

UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRÉS
FACULTAD DE HUMANIDADES Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA



TESIS DE GRADO
CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS Y RENDIMIENTO
DEPORTIVO EN JUGADORAS DE FUTSAL DEL CLUB
DIKAXI

POR: PAMELA MILENCA QUISPE CALLIZAYA

TUTOR: MSC. LIC. ALIDA HUAMAN VALDEZ

LA PAZ – BOLIVIA

Agosto, 2019

DEDICATORIA

A mi madre, por haberme forjado como la persona que soy ahora, por su amor, apoyo y complicidad incondicional.

A mi padre, por los consejos que me dio a lo largo de mi vida, y que, pese a que no siempre estuvo conmigo, unas palabras bastaban.

Ustedes me formaron con reglas y algunas libertades, pero, al final de cuentas, me motivaron siempre a alcanzar mis sueños.

A mis hermanas Dulce y Alexandra por su cariño siempre.

AGRADECIMIENTOS

A la Lic. Alida Huamán Valdez, por su guía en el desarrollo de este trabajo.

A la Prof. Natividad Cari Quispe, por brindarme sus conocimientos de futsal.

A Oscar, por el apoyo en el proceso de elaboración de esta investigación.

Al Club Dikaxi, por abrirme los brazos para trabajar con el equipo.

A la Universidad Mayor de San Andrés, que me acogió durante el tiempo de mi formación académica.

RESUMEN

La presente investigación se centra en un equipo de futsal femenino, perteneciente a la asociación de El Alto (AMFSEA) en la categoría de honores llamado DIKAXI.

Un equipo reconocido en el futsal femenino, ya que cuenta con varios títulos en la asociación, como equipo e individualmente sus jugadoras fueron reconocidas como mejor jugadora y mejor arquera.

Esta investigación tuvo como finalidad determinar si las características psicológicas que poseen las jugadoras de futsal del equipo Dikaxi se relacionan con el rendimiento deportivo de las mismas, y el nivel en que se encuentran las jugadoras tanto en su rendimiento deportivo como en cada una de las características psicológicas que se toman en cuenta.

El deporte implica no solo el cuerpo o lo físico, sino también la mente. En este caso se habla de futsal, que es un deporte que ha crecido mucho en los últimos años, tanto el masculino como el femenino, tanto que, se administra dinero en él, para el desarrollo de los campeonatos, siendo así que los organizadores de dichos campeonatos o de los mismos clubes invierten dinero en la mejora de sus equipos, en pases de jugadores, entrenamientos, sin embargo, muchas veces la falencia que existe en cuanto al rendimiento no se da a causa de falta de técnica, táctica o física, sino viene por la parte psicológica.

Se aborda un tipo de investigación correlacional, ya que se busca determinar la relación que existe entre las características psicológicas y rendimiento deportivo de las jugadoras. Y un diseño de investigación No Experimental, porque se evaluarán las variables sin manipularlas deliberadamente. Al aplicar las pruebas pertinentes se observó que, las características psicológicas en este caso las relacionadas al ámbito deportivo (control de estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, habilidad mental, cohesión de equipo, motivación) se relacionan positivamente con el rendimiento deportivo de las jugadoras del Club.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO I.....	3
<u>PROBLEMA Y OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN.....</u>	3
1.1. ÁREA PROBLEMÁTICA.....	3
1.2. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	5
1.3. OBJETIVOS.....	7
1.4. HIPÓTESIS.....	7
1.5. JUSTIFICACIÓN.....	8
CAPÍTULO II.....	11
MARCO TEÓRICO.....	11
2.1. PSICOLOGÍA DEL DEPORTE.....	11
2.1.1. PSICOLOGÍA CLÍNICA DEL DEPORTE.....	14
2.1.2. ENSEÑANZA DE LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE.....	14
2.1.3. HISTORIA DE LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE.....	15
2.1.4. LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE COMO UN ARTE.....	23
2.2. HISTORIA DEL FÚTBOL.....	23
2.3. LA MUJER Y EL FÚTBOL.....	34
2.4. HISTORIA DEL FUTSAL.....	38
2.4.1. FUTSAL FEMENINO EN BOLIVIA.....	42
2.4.1.1. CLUB DIKAXI.....	44
2.5. CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS.....	45
2.5.1. CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS EN EL DEPORTE.....	47

1) CONTROL DEL ESTRÉS.....	47
2) INFLUENCIA DE LA EVALUACIÓN DEL RENDIMIENTO.....	50
3) MOTIVACIÓN	63
4) HABILIDAD MENTAL	70
5) COHESIÓN DE EQUIPO.....	76
2.6. RENDIMIENTO DEPORTIVO.....	79
CAPÍTULO III.....	82
METODOLOGÍA.....	82
3.1. TIPO, DISEÑO Y AMBIENTE DE INVESTIGACIÓN.....	82
3.2. VARIABLES.....	84
3.3. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.....	84
3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA.....	88
3.5. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN.....	89
3.5.1. CUESTIONARIO DE CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS DE RENDIMIENTO DEPORTIVO (C.P.R.D.).....	89
3.5.2. PLANILLA DE REGISTRO DEL RENDIMIENTO DEPORTIVO.....	93
3.6. PROCEDIMIENTO.....	94
CAPÍTULO IV.....	95
PRESENTACIÓN DE RESULTADOS.....	95
1. DESCRIPCIÓN DE LOS DATOS DEMOGRÁFICOS DEL GRUPO DE INVESTIGACIÓN:.....	96
2. DESCRIPCIÓN DE LAS VARIABLES.....	98
2.1. DESCRIPCIÓN DE LA V1: CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS.....	98
2.2. RENDIMIENTO DEPORTIVO.....	103

3. RESULTADOS GENERALES DEL CLUB.....	107
4. LOS RESULTADOS EN TÉRMINOS DE CORRELACIONES.....	108
4.1 TIPOS DE CORRELACIÓN.....	108
CAPÍTULO V.....	115
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	115
4.1. CONCLUSIONES.....	115
4.2. RECOMENDACIONES.....	119
BIBLIOGRAFÍA DE REFERENCIA.....	121
ANEXOS.....	124

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro N° 1.1 Resultados generales de las edades.....	96
Cuadro N° 1.2 Resultados generales tiempo que pertenecen al Club Dikaxi.....	97
Cuadro 2.1.1 Resultados generales C.P.R.D.....	99
Cuadro 2.1.2 Rangos de evaluación C.P.R.D.....	99
Cuadro 2.1.3 Rangos de las características psicológicas evaluadas (C.P.R.D.)...	100
Cuadro 2.2.1 Tipos de indicadores del rendimiento deportivo.....	104
Cuadro 2.2.2 Puntuación de las conductas del rendimiento deportivo.....	105
Cuadro 2.2.3 Rangos de evaluación de la planilla de registro de rendimiento deportivo.....	105
Cuadro 2.2.4 Rangos de las conductas del rendimiento deportivo.....	106

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N° 1.1 Resultados generales de las edades.....	96
Gráfico N° 1.2 Resultados generales tiempo que pertenecen al Club Dikaxi.....	97
Gráfico N° 2.1.1 Control de estrés.....	101
Gráfico N° 2.1.2 Influencia de la Evaluación del rendimiento.....	101
Gráfico N° 2.1.3 Motivación.....	102
Gráfico N° 2.1.4 Habilidad Mental.....	102
Gráfico N° 2.1.5 Cohesión de Equipo.....	103
Gráfico N° 2.2.1 Rendimiento Deportivo.....	106
Gráfico N° 3.1 Resultados generales del club.....	107
Gráfico 4.1 Correlación Control de Estrés y Rendimiento Deportivo.....	109
Gráfico 4.2 Correlación Influencia de la evaluación del Rendimiento y Rendimiento Deportivo.....	110
Gráfico 4.3 Correlación Motivación y Rendimiento Deportivo.....	111
Gráfico 4.4 Correlación Habilidad Mental y Rendimiento Deportivo.....	112
Gráfico 4.5 Correlación Cohesión de Equipo y Rendimiento Deportivo.....	113
Gráfico 4.6 Correlación de todas las características psicológicas respecto al Rendimiento Deportivo.....	114

INTRODUCCIÓN

La presente investigación se centra en un equipo de futsal femenino, perteneciente a la asociación de El Alto (AMFSEA), este equipo participa en el campeonato que inicia cada mes de abril en la división de Honores. Al concluir dicho campeonato el ganador tiene la oportunidad de participar en otro campeonato a nivel interdepartamental denominado “Torneo de Clubes Campeones”.

Muchas veces cuando un equipo participa en una competencia, existen factores que benefician o perjudican su desempeño, éstos pueden ser físicos, tácticos, técnicos o psicológicos. Sin embargo, en varias ocasiones, no se le da la importancia adecuada a éste último, los directores técnicos, entrenadores y asistentes solo se dedican a entrenar lo que es el ejercicio físico, implementando o incrementando rutinas de ejercicio, sistemas de juego y otros similares, pero, con frecuencia, el auténtico problema no es la falta de destrezas físicas, sino psicológicas.

En los últimos años, la importancia de los factores psicológicos dentro de este deporte ha crecido, algunos equipos profesionales de élite cuentan con especialistas en psicología del deporte que implementan estrategias para fortalecer cualidades psicológicas positivas o disminuir factores psicológicos negativos que se encuentran dentro de un equipo, ya sean a nivel grupal o individual, aunque, en nuestro país aún no se le da el lugar correspondiente a ello, y menos con los equipos femeninos, si bien existen unas pocas investigaciones sobre fútbol, estas se centran en equipos masculinos y en su gran mayoría fútbol, no futsal. El estudio en una población de futsal femenino es igual de importante que un estudio en una población de fútbol masculino.

El fútbol y el futsal son deportes colectivos, ambos de equipos, pero son distintos en el número de jugadores, las tácticas y técnicas que emplean, en las reglas, en los saques e incluso en los reemplazos de jugadores que realizan, pero tienen algo en común, todo el equipo tiene una sola meta, anotar goles al otro equipo, además que necesita de todos los

integrantes para poder vencer al rival. En el preciso momento en que inicia un partido, el equipo puede jugar con tranquilidad, pasión, miedo, ansiedad, ira, alegría y de muchas otras formas, o éstas pueden ir surgiendo a medida que se desarrolle dicho partido, el resultado final depende de cómo decidan manejarlo, y las herramientas que tienen para sobrellevarlo, pero, ¿Y si no tienen herramientas?

Si se habla del futsal femenino, el contexto en el que se desarrolla esta actividad genera presión constante en las jugadoras y no brinda herramientas para abordar esta situación, debido a que, las investigaciones y bibliografía sobre estas situaciones son escasas. Existe información sobre psicología del Deporte, sobre ejercicios físicos para mejorar técnicas y tácticas, pero ¿Cómo detectar el problema, si es psicológico?, ¿Cómo abordar esta dificultad que implica psicología, la salud de la mente? Por esta razón es importante abordar este factor en el fútbol de salón.

Es importante ampliar el campo de acción de la psicología en el deporte, sobre todo en el deporte colectivo (deporte en equipo). Además, se dará a conocer a todas las entidades deportivas y escolares, a dirigentes, entrenadores, patrocinadores y medios de comunicación que, según estudios basados en el desarrollo de la mujer deportista, existe muy poco interés para el apoyo a niñas y mujeres que desean encaminarse y tener un alto perfil para el desenvolvimiento del fútbol y futsal femenino.

Esta investigación tuvo como finalidad determinar las características psicológicas que poseen las jugadoras de futsal del equipo Dikaxi, y si estas características se relacionan con el rendimiento deportivo de las mismas. Una vez conocidos los resultados, existirá una visión más amplia de las causas a las que se deben ciertas falencias que tienen las jugadoras desde el ámbito psicológico. Se aborda un tipo de investigación correlacional, ya que se busca determinar la relación que existe entre las características psicológicas y rendimiento deportivo de las jugadoras. Y un diseño de investigación No Experimental, porque se evaluarán las variables sin manipularlas deliberadamente.

CAPÍTULO I

PROBLEMA Y OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN

1.1. ÁREA PROBLEMÁTICA

El futsal es un deporte bastante similar al fútbol como tal, consta de un número de jugadores más pequeño y algunas de las reglas son distintas. En Bolivia existen asociaciones que administran equipos en este deporte, cada departamento, ciudad, tiene un conjunto de equipos pertenecientes a éstas. Las ciudades y regiones de La Paz no son excepción, tanto Viacha, Caranavi y El Alto poseen equipos en distintas categorías como damas, varones, sénior, sub 18, infantil (niños, niñas, mixtos), mosquitos, mamaderas y muchos otros.

La presente investigación se centró en el equipo femenino “Dikaxi” perteneciente a la categoría Honores - damas de la asociación de futsal perteneciente a la ciudad de El Alto, mientras éste participa en el campeonato de primera fase que inicia en el mes de abril de la gestión 2018. La misma cuenta con 12 equipos femeninos dentro de la categoría, estos son: Defensor Sporting, J. Portugal, Cosmos, Casanova, Cariocas, Palmeiras, Amigas por Siempre, Lady Sport, San Xavier, San Simón, Municipal y el equipo con el que se realiza la investigación Dikaxi.

El fútbol es un deporte que es estudiado por distintas disciplinas, Educación física, medicina, economía, marketing, psicología y otras. De la misma forma el fútbol de salón mejor conocido como futsal, claro que hay menos estudios sobre esta. En nuestro país no se le da la importancia adecuada a este deporte, son escasos los estudios que existen y más aún en el ámbito femenino, sin embargo, el último mencionado es de igual importante para las investigaciones.

El inicio del fútbol en el ámbito femenino surge el año 1892 y está ligado a la lucha por los derechos de la mujer, fue la activista Nettie Honeyball la que fundó el primer club

deportivo femenino denominado British Ladies Football Club con el objetivo de demostrar que la mujer podía emanciparse. El siguiente empujón viene con la primera guerra mundial, el hecho de que los hombres debían enlistarse en la guerra dejó un vacío en las fábricas, y es ahí donde se incorpora la mano de obra femenina de forma masiva. Pese a ello se negó y prohibió la participación de la mujer en este deporte.

Es hasta 1969 que se crea la rama femenina de la FA (Asociación de Fútbol), y desde 1971 se fomenta el fútbol femenino que no ha dejado de consolidarse en los últimos años, hoy en día se pueden apreciar campeonatos femeninos de fútbol muy importantes. Actualmente la FIFA reconoce la participación de la mujer en este deporte. (Olimpiadas de Fútbol, 2009).

De la misma forma en el futsal, existen Copa libertadores, Copa América, la Copa Sudamericana e incluso campeonatos mundiales ya sean de selecciones o clubes que se dan tanto en la categoría varones como la de damas. Por esta razón, el presente estudio se realiza en mujeres que practican este deporte, y se enfoca en determinar qué tan relacionados están el rendimiento deportivo de estas jugadoras y las características psicológicas que poseen. Es importante determinar éstas, ya que brindaran aspectos que, en un futuro, pueden trabajarse y así mejorar falencias que se encuentren en las jugadoras.

La psicología del Deporte es uno de los ámbitos que más contribuye a éstas investigaciones, si bien en los varones existen aspectos que pueden trabajarse para su progreso, tanto en rendimiento deportivo y características psicológicas como motivación, cohesión de grupo, y demás, seguramente puede trabajarse de igual forma en las mujeres, tomando en cuenta que las damas son más emocionales que los varones y ellas expresan las mismas con mayor libertad que los varones.

1.2. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

El deporte se ha visto implicado en un acelerado crecimiento y desarrollo que exige mayor demanda de apoyo técnico y científico. Hoy los deportistas sostienen retos, y alcanzan metas que hacia algunos años parecían sueños. Para ello se someten a rigurosos entrenamientos que cuentan con numerosas demandas que según la psicología del deporte son necesarias si se quiere llegar a la cumbre. Es una actividad multifacética que influye en el hombre, lo impulsa a ampliar los límites de sus posibilidades, presentándole un mundo de emociones originadas por los éxitos o fracasos, es una actividad que, como recreación, más de una vez la han realizado gran parte de los componentes de una comunidad social. Los deportistas de élite conforman del 2 al 2.5% de toda fuerza laboral mundial. (Diario Deportivo As, 2006).

El fútbol, un deporte exageradamente humano, lleno de emociones, ilusiones, cataclismos, sueños, pesadillas, opiniones, desencuentros, polémicas y muchas tantas otras, tanto para el jugador como para el aficionado. Todo inicia de nuevo en cada partido, es energía renovable que convierte al fútbol en un juego incierto, un maravilloso espectáculo que es un fenómeno social inagotable, una aventura colectiva en la que se puede triunfar y fracasar, y bastan solo unos segundos para que en medio de esta guerra se desate un terremoto emocional. (Valdano, 2016).

Sin embargo éste deporte no es tomado en cuenta por la historia, se constituye en un campo de estudio marginalizado, que no es explorado debidamente, pese a que en la temporada 2000 – 2001 solo en el continente Europeo, se movilizó una cantidad cercana a los 1300 millones de dólares solo en transferencias de jugadores de equipos de primera y segunda división, cantidad superior a la industria de armas y del tráfico ilícito de drogas, solo superada en un 7% por la industria de la música y en un 15% de la industria Hollywoodense. Página oficial de la S.A.Y.S.O. “Asociación de Promoción del Fútbol en los Estados Unidos”.

Pese a estos datos, en nuestro País existen pocos estudios y antecedentes de investigaciones psicológicas realizadas en el campo del deporte, en este caso el fútbol de salón. Claro que en países más desarrollados si hay. Existe una gran importancia de la secuencia educativa y multidisciplinar de este deporte, así como la consideración de las diversas etapas críticas de desarrollo, para la formación y desarrollo de futbolistas orientados a alcanzar altos rendimientos deportivos.

En este proceso se señalan 5 áreas esenciales: Primero la reglamentaria; Segundo la técnica; Tercero lo físico; Cuarto la táctica; y Quinto la psicológica. Curiosamente es esta última la más demandada por muchos entrenadores, directores técnicos, dirigentes y los mismos jugadores, argumentado en las constantes presiones, conflictos, situaciones de abandono deportivo, falta de compromiso, concentración, motivación, entre otros muchos conceptos que son señalados y demandados en el proceso de la formación y desarrollo de un equipo de futsal femenino en competencia.

A partir de esto, entendemos a un grupo de damas que se dedican a éste deporte, un ámbito que implica mucha competencia, y no ofrece herramientas a la altura de las demandas personales o sociales, un conjunto de actores (jugadoras, entrenadores, y asistentes) que atribuyen a variables psicológicas gran parte de la responsabilidad de su rendimiento deportivo, además de la necesidad de mayor comprensión y desarrollo para su entrenamiento.

Frente a esto nace la inquietud de poder aclarar la pregunta de investigación. **¿Qué relación existe entre las características psicológicas y el rendimiento deportivo de las jugadoras de futsal del Club Dikaxi?**

El estudio pretende determinar las características psicológicas que poseen las integrantes de un equipo de futsal y como se relacionan con el rendimiento deportivo. Para ello se evaluó a aquellas jugadoras que conforman el equipo Dikaxi, perteneciente a la asociación de la Ciudad de El Alto, a través del cuestionario de características

psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo C.P.R.D. Y una planilla de registro de rendimiento deportivo de del futsal.

1.3. OBJETIVOS

1.3.1. OBJETIVO GENERAL

Determinar la relación entre las características psicológicas y el rendimiento deportivo de las jugadoras de Futsal del Club Deportivo Dikaxi.

1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Identificar las características psicológicas (deportivas) que se encuentran en las jugadoras del club Dikaxi.
- Medir el nivel de las características psicológicas que se encuentran en las jugadoras del Club Dikaxi.
- Establecer el nivel de rendimiento deportivo de las jugadoras del club.

1.4. HIPÓTESIS

“Las características psicológicas (control de estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, motivación, habilidad mental, y cohesión de equipo) están relacionadas con el rendimiento deportivo que poseen las jugadoras de Futsal Femenino del Club Dikaxi.”

El futsal al ser un deporte de competición, contacto y de equipo exige ciertas características para su óptimo desempeño, ello hace que las jugadoras necesiten ciertas cualidades para contribuir al equipo, individuales y colectivas, tanto en entrenamientos como en el desarrollo de cada partido.

1.5. JUSTIFICACIÓN

El deporte implica desde hace mucho tiempo atrás, una conjunción de “Mente sana en cuerpo sano”, por lo tanto, se entiende que tiene una facultad que abarca el concepto de salud, no solo física sino también psicológica.

El fútbol es un deporte que está sujeto a diversas variables (tácticas, técnicas, psicológicas, contextuales) que influyen en el rendimiento de un deportista. En nuestro caso, trabajamos la parte psicológica, área fundamental que no siempre tienen en cuenta los técnicos pero que es necesaria para explicar muchos de los comportamientos y actitudes que tienen los deportistas a la hora de competir o de entrenar.

En la actualidad el fútbol es uno de los ámbitos que administra dinero, en países de jugadores a nivel élite, de la misma forma en el futsal, e incluso en las denominadas “villas” que son los campeonatos de zonas, los jugadores reciben un monto de dinero como pago o se realizan otras atenciones para éste.

Las continuas competencias en este deporte, obligan a las personas involucradas a realizar evaluaciones continuas que determinan decisiones acerca de lo que se debe hacer para conseguir las metas, ya sea ganar las competencias en las que participan, esto afecta a los jugadores y observadores del mismo hecho.

Lo más común en un futbolista que no tiene un óptimo bienestar psicológico y sin una gran fortaleza mental, es que su rendimiento caiga con facilidad posteriormente, es ahí donde interviene la Psicología del Deporte. (Borras, 2001).

Muchos entrenadores intentan corregir las deficiencias de ejecución haciendo simplemente que el jugador se dedique más horas a su entrenamiento, pero, con frecuencia, el auténtico problema no es la falta de destrezas físicas, sino psicológicas.

El ensayo de jugadas no ayudara a superar la presión cuando tenga que tirar un penal o un tiro libre, peor aun cuando esté en un momento comprometido. (Pacheco, 2004). El futbolista necesita aprender destrezas para relajarse física y mentalmente cuando se halle bajo presión o cuando tenga que combatir éstas, a algunos les hará falta mejorar la concentración, confianza, motivación, cohesión de grupo, control de estrés, habilidad mental.

Sin embargo, no existen investigaciones adecuadas para ello, al menos no en el ámbito de futsal femenino, además hay una escasa bibliografía. Por esta razón es importante investigar sobre lo psicológico en el deporte, en este caso fútbol de salón.

Con este trabajo se le da un aporte a esta disciplina, es un recurso que permitirá en una instancia determinar la importancia de ciertos aspectos y características en cuanto a la psicología, que se relacionan con el rendimiento deportivo, y que, por tanto, debe mejorar o corregirse.

Esta investigación tiene relevancia Científica, debido a que en primera instancia la investigación aporta nuevos conocimientos en el ámbito estudiado, le da un mayor valor teórico y se obtendrá información relevante de ciertos aspectos que pueden estar muy relacionados con el deporte del futsal, y de esta manera se podrán planificar líneas de acción para mejorar las falencias que pueden existir dentro de los equipos en esta disciplina como el rendimiento deportivo.

En segunda instancia, se brinda pautas de las características psicológicas que mayor apoyo deben tener en cuanto a rendimiento deportivo, o sea, las que más relacionadas estén con esta. Además, se logra reconocer la importancia que tiene la psicología en los deportes.

De la misma forma existe una Relevancia Social, ya que el hecho de conocer factores que pueden relacionarse con el rendimiento deportivo genera un gran impacto tanto en jugadores, entrenadores, dirigentes, directores técnicos y en aficionados del futsal. Mediante los resultados que se obtengan de esta investigación, se podrán percatar de la importancia que tienen las características psicológicas, y que aplicando y tratándolas correctamente pueden lograr que el nivel deportivo en futsal crezca aún más.

El alcance social de esta investigación es alto, ya que el futsal es un ámbito en el que muchos aficionados a este deporte se concentran en distintos escenarios de juego solo para verlos, además que, administra dinero, muchas personas invierten en este deporte, y que mejor que conocer factores que no se tomaban en cuenta para la mejora de esta disciplina.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

Se refiere al estudio científico de las personas y sus conductas dentro del ámbito deportivo y la aplicación práctica de dicho conocimiento, busca entender en que forma los factores psicológicos afectan el rendimiento físico y en que forma la participación de las actividades deportivas y físicas afectan el desarrollo psicológico, la salud y el bienestar de una persona. (Weinberg & Gould, 2010).

La psicología del deporte se aplica en una amplia base poblacional, trabaja con profesionales de élite para mejorar su desempeño, pero también trabaja con niños, personas con incapacidades físicas o mentales, personas mayores y población en general, ya que ésta desarrolla estrategias para motivar a personas con vida sedentaria a realizar ejercicios físicos, y así lograr su máxima participación.

La Asociación de Psicólogos Americanos APA define a la Psicología del Deporte como el estudio científico de los factores psicológicos que están asociados con la participación y el rendimiento en el deporte, el ejercicio y otro tipo de actividad física. (Dos Santos, 2014). Los profesionales de la psicología del deporte se interesan por dos objetivos principales: Por un lado, ayudar a los deportistas a utilizar principios psicológicos para mejorar su rendimiento; Por otro lado, comprender como la participación en el deporte, ejercicio y actividad física afectan al desarrollo psicológico del individuo, su salud y bienestar a lo largo de su ciclo vital.

La psicología del deporte es una disciplina en desarrollo constante y de aplicación actual. Cuenta con su propia teoría de referencia, la cual es aprovechada y empleada en todos los campos donde el ser humano practica deporte. (Heredia, 2009).

Se puede considerar a la psicología del deporte como una ciencia relativamente nueva, enfocada en el análisis e investigación de los fenómenos psicológicos que tienen lugar en la interacción entre participante, ejecución y condiciones de su realización, que caracterizan la actividad deportiva.

Según Weinberg & Gould (2010): Los especialistas en psicología del deporte de nuestro tiempo se desempeñan en distintos ámbitos profesionales. Principalmente trabajan en tres áreas: la investigación, la educación y los servicios de asesoramiento.

- **ÁREA DE INVESTIGACIÓN**

Una de las principales funciones de quienes se desempeñan en el ámbito académico es profundizar los conocimientos a través de la investigación. La mayoría de los psicólogos especializados en deporte y ejercicios físicos, que se desempeña en el ámbito universitario, trabaja en investigación. Por ejemplo, estudian las motivaciones de los niños para participar en actividades deportivas, la influencia de la visualización sobre el rendimiento cuando se ejecuta el putting en golf, la forma en que salir a correr veinte minutos cuatro veces por semana modifica el nivel de angustia de una persona, o la relación que existe entre la educación del movimiento y la autopercepción entre los estudiantes de nivel primario que practican educación física.

En la actualidad, los profesionales especializados en psicología del deporte y el ejercicio participan en equipos interdisciplinarios de investigación que estudian problemas, como: la constancia para cumplir con un programa de actividades físicas, la psicología de las lesiones deportivas y el rol de las actividades físicas en el tratamiento del HIV.

- **ÁREA DE EDUCACIÓN**

Muchos profesionales especializados en psicología del deporte y el ejercicio tienen a su cargo el dictado de materias universitarias como psicología del ejercicio, psicología del

deporte aplicada y psicología social del deporte.

Estos especialistas también pueden estar a cargo de materias como psicología de la personalidad o psicología del desarrollo si trabajan en el departamento de psicología o materias como aprendizaje y control de la motricidad, o sociología del deporte si trabajan en un programa de ciencias deportivas.

- **SERVICIOS DE ASESORAMIENTO**

Un tercer rol importante se relaciona con los servicios de consultoría brindados a deportistas o equipos deportivos con el fin de desarrollar habilidades psicológicas tendientes a mejorar el rendimiento durante los entrenamientos y las competencias. De hecho, el Comité Olímpico de los Estados Unidos y las principales universidades contratan consultores de tiempo completo especializados en psicología del deporte, y muchos deportistas y equipos deportivos contratan asesores de tiempo parcial para el entrenamiento de las habilidades psicológicas. Muchos consultores trabajan juntamente con los entrenadores en la organización de clínicas y talleres.

Actualmente, algunos profesionales especializados en psicología del deporte y el ejercicio trabajan en el área del acondicionamiento físico y diseñan programas de ejercicios que maximizan la participación y promueven el bienestar físico y psicológico. Algunos consultores se desempeñan como adjuntos para respaldar la tarea de las clínicas de medicina del deporte o de tratamiento físico, brindando servicios psicológicos para deportistas lesionados.

Además de estas se debe hacer la distinción entre dos especialidades en cuanto a la Psicología del Deporte, que son:

2.1.1. PSICOLOGÍA CLÍNICA DEL DEPORTE

Estos especialistas tienen una vasta formación en psicología, por lo tanto, pueden detectar y tratar a personas con trastornos emocionales como depresión grave, tendencias suicidas y otros que llegan a ser graves. Los especializados en esta rama cuentan con la matrícula profesional otorgada por entes oficiales que los habilita para brindar tratamiento a personas con trastornos emocionales y han completado una capacitación especial en psicología del deporte y el ejercicio físico y ciencias afines al deporte. Estos psicólogos son necesarios porque, al igual que sucede en la población general, algunos deportistas y personas que practican actividades físicas, desarrollan graves trastornos emocionales y necesitan tratamientos especiales. Brewer & Petrie (citado por Weinberg, 2010).

Los trastornos de la conducta alimentaria y el abuso de sustancias constituyen dos áreas en las que el psicólogo especializado en psicología clínica del deporte puede ayudar a los deportistas y personas que realizan ejercicios físicos.

2.1.2. ENSEÑANZA DE LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

Los especialistas en la enseñanza de psicología del deporte cuentan con una amplia capacitación en ciencia del deporte y el ejercicio, educación física y kinesiología, también son idóneos en la psicología del movimiento humano, en especial en su relación con los ámbitos deportivos y los lugares donde se practican actividades físicas. Muchas veces estos especialistas han realizado cursos avanzados de posgrado en psicología y consultoría, pero no están capacitados para realizar el tratamiento de personas con trastornos emocionales ni tienen matrícula profesional de psicólogos.

Una buena manera de imaginarse a un especialista en enseñanza de psicología del deporte es concebirlo como un “Entrenador de habilidades mentales” que, a través de

sesiones grupales o individuales, enseña habilidades psicológicas y técnicas para su desarrollo a deportistas y personas que practican ejercicios físicos.

El manejo de la angustia, el desarrollo de la confianza en uno mismo, el mejoramiento de la comunicación, son algunas de las áreas que maneja el especialista en enseñanza de psicología del deporte. Cuando un consultor especializado en enseñanza de psicología del deporte se encuentra frente a un deportista que tiene un trastorno emocional, lo deriva a un psicólogo clínico matriculado o, preferentemente a un especialista en psicología clínica del deporte para su tratamiento. (Weinberg & Gould, 2010).

Tanto los especialistas en psicología clínica del deporte y enseñanza de psicología del deporte deben tener un conocimiento exhaustivo de psicología y de ciencia del deporte. En 1991, la AAASP (Asociación para el Desarrollo de la Psicología del Deporte) organizó un programa para otorgar matrícula de consultor, para obtener dicha matrícula los candidatos deben tener una sólida formación tanto en psicología como en ciencias deportivas, este requisito tiene el propósito de proteger al público del accionar de personas que no tengan suficiente calificación y presuman ser psicólogos especializados en deporte y ejercicios físicos.

2.1.3. HISTORIA DE LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

En la actualidad, la psicología del deporte tiene el mayor impacto de toda su historia. Sin embargo, es un error pensar que este campo sólo se desarrolló en los últimos tiempos. La psicología del deporte nace entre fines del siglo XIX y principios del XX. Wiggins (citado por Weinberg & Gould, 2010).

Existen seis períodos en la historia de su desarrollo, junto con algunos eventos y personalidades destacadas en cada uno de ellos. Estas etapas tienen características diferentes y a la vez se relacionan entre sí. Juntos han colaborado al desarrollo del área y su creciente importancia.

- PERÍODO 1:

Los primeros años (1895–1920)

En América del Norte, la psicología del deporte empezó a desarrollarse en la década de 1890. Norman Triplett, psicólogo de la Universidad de Indiana y aficionado a las carreras de bicicleta, procuraba entender por qué, muchas veces, los ciclistas corrían más rápido cuando corrían en grupo, o de a pares, que cuando corrían solos. Triplett (citado por Weinberg & Gould, 2010).

Primero verificó que sus observaciones originales fuesen correctas al analizar los anales de las carreras de ciclismo. Para poder comprobar su hipótesis, realizó un experimento con niños pequeños que tenían que recoger la línea de la caña de pescar tan rápido como pudieran. Triplett descubrió que los niños recogían más rápido la línea cuando trabajaban ante la presencia de otros niños. Este experimento le permitió realizar predicciones más confiables con respecto a situaciones en que era esperable que los ciclistas tuvieran mejor rendimiento.

En la época de Triplett, los psicólogos y los profesores de educación física recién empezaban a explorar los aspectos psicológicos del deporte y el aprendizaje de las destrezas motrices. Midieron los tiempos de reacción de los deportistas, estudiaron en qué forma las personas desarrollan destrezas deportivas y analizaron el rol del deporte en la formación de la personalidad y el carácter, pero poco hicieron para aplicar estos estudios. La gente tenía un escaso interés en la psicología del deporte y nadie se especializaba en la disciplina.

Algunos acontecimientos destacados que ocurrieron durante este periodo fueron:

1. 1897: Norman Triplett realiza el primer experimento de psicología social y psicología del deporte, y estudia los efectos de la presencia de otros participantes sobre el rendimiento de los ciclistas.

2. 1899: E. W. Scripture, de Yale, describe aspectos de la personalidad que considera que se pueden desarrollar a través de la práctica deportiva.
3. 1903: G. T. W. Patrick analiza la psicología del juego.
4. 1914: R. Cummins evalúa las reacciones motoras, la atención y las habilidades en su relación con el deporte.
5. 1918: Durante su época de estudiante, Coleman Griffith lleva adelante estudios informales con jugadores de fútbol americano y baloncesto en la Universidad de Illinois.

- PERÍODO 2:

La era Griffith (1921–1938)

Coleman Griffith fue el primer norteamericano que dedicó parte importante de su carrera a la psicología del deporte y está considerado como el padre de la psicología del deporte en los Estados Unidos, fue psicólogo de la Universidad de Illinois, quien también trabajó en el Departamento de Bienestar Físico (Educación Física y Deporte), desarrolló el primer laboratorio de psicología del deporte, ayudó a organizar una de las primeras escuelas de entrenamiento de los Estados Unidos y escribió dos libros clásicos, *Psychology of Coaching* (Psicología del entrenamiento) y *Psychology of Athletics* (Psicología del deporte). Kroll y Lewis (citado por Weinberg & Gould, 2010).

También llevó a cabo una serie de estudios con el equipo de béisbol de los Chicago Cubs y realizó el perfil psicológico de jugadores legendarios como Dizzy Dean. Estuvo de acuerdo con Knute Rockne, entrenador del equipo de fútbol americano del Notre Dame, en cuanto a la mejor forma de preparar al equipo desde el punto de vista psicológico, y cuestionó las ideas de Red Grange, integrante del Salón de la Fama, por la forma de dirigir al equipo. Griffith trabajó en forma aislada, pero la calidad de sus

investigaciones y su gran compromiso por mejorar las prácticas siguen siendo un modelo excelente para los psicólogos del deporte y el ejercicio físico.

En este periodo los hechos importantes que sucedieron fueron:

1. 1921–1931: Griffith publica 25 artículos de investigación sobre psicología del deporte.
2. 1925: se crea el laboratorio de investigaciones deportivas de la Universidad de Illinois; Griffith es designado director.
3. 1926: Griffith publica el libro Psicología del entrenamiento.
4. 1928: Griffith publica el libro Psicología del deporte.

- PERÍODO 3:

Preparación para el futuro (1939–1965)

Franklin Henry, de la Universidad de California en Berkeley, fue responsable en gran medida del desarrollo científico de este campo. Dedicó su carrera al estudio académico de los aspectos psicológicos del deporte y la adquisición de habilidades motoras. Más importante aún, capacitó a muchos otros profesores de educación física, que después se convirtieron en profesores universitarios y desarrollaron programas de investigación sistemática. Algunos de sus estudiantes llegaron a la función pública, reformularon planes de estudio y promovieron el campo de la kinesiología tal como lo conocemos hoy en día. (Weinberg & Gould, 2010).

Otros investigadores desde 1938 hasta 1965, como Warren Johnson y Arthur Slatter Hammel, ayudaron a sentar las bases para el estudio futuro de la psicología del deporte. Ayudaron a crear la disciplina académica de la ciencia del ejercicio y el deporte. Sin embargo, el trabajo aplicado en psicología del deporte seguía siendo escaso.

1. 1938: Franklin Henry se hace cargo del Departamento de Educación Física de la Universidad de California en Berkeley y crea el programa de posgrado en psicología de las actividades físicas.
2. 1949: Warren Johnson evalúa la situación emocional de los deportistas antes de competir.
3. 1951: John Lawther escribe *Psychology of Coaching*.
4. 1965: se realiza en Roma el Primer Congreso Internacional de Psicología del Deporte.

- PERÍODO 4:

Creación de la academia de psicología del deporte (1966–1977)

A mediados de la década de 1960, la educación física se había convertido en una disciplina académica (ahora llamada kinesiología o ciencia del deporte y el ejercicio) y la psicología del deporte había pasado a ser un componente separado dentro de esa disciplina, diferente al aprendizaje motor. Los especialistas en aprendizaje motor se dedicaban, al estudio de la forma en que las personas adquirirían las destrezas motoras y a las condiciones de práctica, retroalimentación y coordinación temporal. Por su parte, los profesionales en psicología del deporte estudiaban la forma en que los factores psicológicos como la angustia, autoestima y personalidad influían sobre el rendimiento de las habilidades deportivas y motoras, y la forma en que la participación en los deportes influía sobre el desarrollo psicológico. (Weinberg & Gould, 2010).

Los especialistas en psicología del deporte aplicada empezaron a trabajar con deportistas y equipos. Bruce Ogilvie, de la San Jose State University, fue uno de los pioneros y, a menudo, se lo reconoce como el padre de la psicología del deporte aplicada en América del Norte. Con el mayor interés suscitado dentro del campo se crearon en la región las primeras asociaciones profesionales de psicología del deporte.

Los acontecimientos más relevantes de este periodo fueron:

1. 1966: Los psicólogos clínicos Bruce Ogilvie y Thomas Tutko escriben el libro, *Deportistas problema y cómo manejarlos*. Empiezan a trabajar como consultores con deportistas y equipos.
2. 1967: B. Cratty, de UCLA, escribe *Psicología de la actividad física*.
3. 1967: Se realiza la primera conferencia anual de la NASPSPA (Sociedad Norteamericana de Psicología del Deporte y la Actividad Física).
4. 1974: Se publican por primera vez las actas de la conferencia de la NASPSPA.

- PERÍODO 5:

Ciencia multidisciplinaria y práctica de la psicología del deporte y el ejercicio (1978–2000)

Desde mediados de la década de 1970 hasta el año 2000 la psicología del deporte y el ejercicio tuvo un importante crecimiento, tanto en América del Norte como en el resto del mundo. La disciplina tuvo mayor difusión y reconocimiento. El interés por temas aplicados constituye una de las características de este período, al igual que el crecimiento y el desarrollo de la psicología del deporte como área de especialización para investigadores y profesionales.

La psicología del deporte también se separó de las demás especialidades de aprendizaje y control motor y desarrollo motor relacionadas con el deporte y las actividades físicas desde el punto de vista psicológico. (Weinberg & Gould, 2010).

Surgieron nuevas formas de investigación cualitativa e interpretativa que tuvieron mayor aceptación hacia fines de este período. También aparecieron revistas especializadas y conferencias sobre esta disciplina y se publicaron numerosos libros. Esta área de estudio

atrajo una gran cantidad de estudiantes y profesionales formados en la psicología general.

El campo confrontó con diversos temas relacionados con la práctica profesional, como la definición de los niveles de capacitación necesarios para los que se incorporaban al ámbito profesional, la elaboración de principios éticos, la necesidad de matricularse para ejercer la práctica profesional y la creación de cargos de dedicación exclusiva para un número cada vez mayor de personas que se incorporaban a la actividad.

Los hechos más importantes de este periodo son:

1. 1979: Aparece el Journal of Sport Psychology (Revista de Psicología del Deporte) ahora llamada Sport and Exercise Psychology (Psicología del Deporte y el Ejercicio).
2. 1980: El Comité Olímpico de los Estados Unidos crea la Junta de Asesoramiento de Psicología del Deporte.
3. 1984: La cobertura televisiva de los Juegos Olímpicos en los Estados Unidos destaca el papel de la psicología del deporte.
4. 1985: El Comité Olímpico de los Estados Unidos contrata con dedicación exclusiva al primer profesional especializado en psicología del deporte.
5. 1986: Aparece The Sport Psychologist, la primera revista académica.
6. 1986: Se crea la AAASP (Asociación para el Desarrollo de la Psicología del Deporte Aplicada).
7. 1987: Se funda la División 47 de la APA (Asociación de Psicología de los Estados Unidos).
8. 1988: Por primera vez un especialista en psicología del deporte, con reconocimiento oficial, acompaña al equipo olímpico de los Estados Unidos.

9. 1989: Comienza a publicarse el Journal of Applied Sport Psychology (Revista de Psicología del Deporte Aplicada).

10. 1991: La AAASP crea el cargo de “consultor certificado”.

- PERÍODO 6:

Psicología del deporte y el ejercicio contemporánea (2000 - a la actualidad)

Hoy en día, la psicología del deporte y el ejercicio es un área interesante, con intensa actividad y un futuro brillante. Sin embargo, debe prestarse especial atención a algunos aspectos importantes. A continuación, se incluyen aspectos clave de la psicología del deporte y el ejercicio contemporánea:

1. Se crea y se publica en Europa la revista Psychology of Sport and Exercise (Psicología del Deporte y el Ejercicio Físico).
2. En 2005 se realiza la Conferencia Internacional de la Sociedad de Psicología del Deporte en Australia con la presencia de más de 700 personas de 70 países.
3. Surgen inquietudes con respecto a la mejor forma de preparar y formar a los estudiantes.
4. La División 47 de la APA se aboca a la psicología del deporte como un área especializada de competencia.
5. Florece la psicología del deporte, especialmente en los ambientes universitarios, gracias a recursos externos de financiación y debido a su utilidad como herramienta para promover el bienestar y reducir los costos de atención de la salud.
6. Se organizan programas sólidos, diversos y sustentables de investigación en todo el mundo.
7. Sigue aumentando el interés por la psicología del deporte aplicada.

2.1.4. LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE COMO UN ARTE

La psicología es una ciencia social. Es diferente de la física: en tanto los objetos inanimados no se modifican en gran medida con el transcurso del tiempo, los seres humanos sí cambian. Las personas que practican deportes y ejercicios físicos también piensan y manipulan el ambiente en el que actúan, lo que hace más difícil predecir la conducta.

Doc Counsilman, legendario entrenador olímpico de natación y defensor clave de un enfoque científico del entrenamiento, sintetizó con gran tino la necesidad de tener en cuenta la individualidad cuando afirmó que los entrenadores, entrenan usando principios generales de la ciencia del entrenamiento. Kimiecik y Gould (citado por Weinberg & Gould, 2010).

El arte de entrenar aparece en el momento en que el entrenador reconoce cuándo y en qué situaciones debe personalizar esos principios generales. Este mismo principio “de la ciencia a la práctica” es válido para la psicología del deporte.

Algunos investigadores (Brown, Gould y Foster, 2005) han empezado a estudiar la inteligencia contextual, que se refiere a la capacidad de los individuos de entender y leer los contextos en los que trabajan y su desarrollo, esta corriente aporta elementos para entender mejor cómo aprendemos el arte de la práctica profesional.

2.2. HISTORIA DEL FÚTBOL

La palabra fútbol viene del inglés Football que significa: Foot; pie y Ball; pelota, balón. En castellano también nos referimos a este deporte como balompié.

El fútbol es uno de los deportes más antiguos de la historia, se ha caracterizado por ser uno de los deportes más populares a nivel mundial. Este deporte abarca más de 100 años de existencia, comenzó en 1863 cuando en Inglaterra se separan los caminos del Rugby

– football (Rugby) y del Association football (fútbol), fundándose la asociación más antigua del mundo: La “Football Association” (Asociación de fútbol de Inglaterra), el primer órgano gubernativo del deporte. (Salazar, 2016).

Ambos tipos de juego tiene la misma raíz y un árbol genealógico de muy vasta ramificación. Una profunda y minuciosa investigación ha dado con una media docena de diferentes juegos en los cuales hay aspectos que remiten el origen y desarrollo histórico del fútbol. A pesar de las deducciones que se hagan, dos cosas son claras: primero, que el balón se jugaba con el pie desde hacía miles de años y, segundo, que no existe ningún motivo para considerar el juego con el pie como una forma secundaria degenerada del juego con la mano.

Aparte de la necesidad de tener que luchar con todo el cuerpo por el balón en un gran tumulto (empleando las piernas y los pies), generalmente sin reglas, parece que, desde sus comienzos, se consideraba esta actividad como extremadamente difícil, por lo tanto, dominar el balón con el pie generaba admiración. La forma más antigua del juego, de la que se tenga ciencia cierta, es un manual de ejercicios militares que remonta a la China de la dinastía de Han, en los siglos II y III AC.

Se lo conocía como "Ts'uh Kúh", y consistía en una bola de cuero rellena con plumas y pelos, que tenía que ser lanzada con el pie a una pequeña red. Ésta estaba colocada entre largas varas de bambú, separadas por una apertura de 30 a 40 centímetros. Otra modalidad, consistía en que los jugadores, en su camino a la meta, debían sortear los ataques de un rival, pudiendo jugar la bola con pies, pecho, espalda y hombros, pero no con la mano. (Fifa.com)

Del Lejano Oriente proviene, una forma diferente: el Kemari japonés, que se menciona por primera vez unos 500 a 600 años más tarde, y que aún se juega hoy en día. Es un ejercicio ceremonial, que si bien exige cierta habilidad, no tiene ningún carácter

competitivo como el juego chino, puesto que no hay lucha alguna por el balón. En una superficie relativamente pequeña, los actores deben pasárselo sin dejarlo caer al suelo.

Mucho más animados eran el "Epislcyros" griego, del cual se sabe relativamente poco, y el "Harpastum" romano. Los romanos tenían un balón más chico y dos equipos jugaban en un terreno rectangular, limitado con líneas de marcación y dividido con una línea media. El objetivo era enviar el balón al campo del oponente, para lo cual se lo pasaban entre ellos, apelando a la astucia para lograrlo. Este deporte fue muy popular entre los años 700 y 800, y si bien los romanos lo introdujeron en Gran Bretaña, el uso del pie era tan infrecuente que su ascendencia en el fútbol es relativa.

- Oposición al deporte 1888

Si desde sus comienzos el fútbol generó un enorme entusiasmo en la gente común de las Islas Británicas, también provocó, aunque sin éxito, constantes intervenciones de las autoridades, que no estaban de acuerdo ante las reacciones violentas que, a veces, el deporte generaba. En el año 1314, el alcalde de Londres se vio obligado a prohibir el fútbol dentro de la ciudad, con pena de cárcel, a causa de lo que ocasionaba.

Durante la llamada "Guerra de los cien años" que libraron Inglaterra y Francia (1337-1453), el fútbol no era bien visto en la Corte, pero esta vez por otras razones: Eduardo III, Ricardo II, Enrique IV y Enrique V castigaban a todos los que lo practicaban porque privaba a sus súbditos de practicar los ejercicios militares más útiles, principalmente el tiro con arco.

Todos los reyes escoceses del siglo XV se sintieron obligados a censurar, y hasta prohibir, el fútbol. Muy famoso es el decreto publicado por el parlamento convocado por Jaime I en Perth en 1424: "That no man play at the Fute-ball" (Que ningún hombre juegue al fútbol). Todo esto, sin embargo, no sirvió de mucho: el amor de luchar por el balón era demasiado profundo para ser abandonado. (Fifa.com.)

La pasión por el fútbol fue muy notoria en Inglaterra durante la época isabelina. Ayudó a intensificar el entusiasmo local, la influencia heredada de la Italia del Renacimiento, especialmente desde Florencia, aunque también desde Venecia y otras ciudades, donde se conocía una forma de juego propia llamada "calcio". Éste estaba mejor reglamentado que el fútbol inglés y los equipos vestían uniformes de distintos colores, y era jugado en eventos especiales.

En Inglaterra, el juego siguió siendo rudo y poco elegante, pero encontró en esa época un seguidor prominente, que lo alababa por otras razones diferentes a las de los jugadores: el famoso pedagogo Richard Mulcaster. Director de los renombrados colegios Londinenses Merchant Taylors y de St. Pauls Mulcaster le adjudicó a la causa valores educativos positivos, señalando que el fútbol fomentaba la salud y la fuerza. Además, propuso eliminar las brusquedades, limitar el número de participantes por equipo y la incorporación de árbitros más severos.

Hasta esa época, la oposición al fútbol se debía a cuestiones relacionadas con el desorden público. En 1608, por ejemplo, en Manchester se lo prohibió por la cantidad de vidrios de ventanas rotos a causa de su práctica. En el transcurso del siglo XVI, sumó un nuevo frente de ataque: en los lugares donde comenzó a expandirse el puritanismo, se tildó a los deportes de frívolos en general, con el fútbol a la cabeza. (Fifa.com).

Se lo consideraba, en primer lugar, perturbador del descanso dominical y, al igual que el teatro, fuente de ocio y vicios. En esta época se sentaron las bases de la prohibición de entretenimientos los domingos, y la práctica del fútbol pasó a ser considerada tabú. Permaneció así durante los próximos 300 años hasta que se lo pudo practicar de nuevo, primero en forma no oficial y luego dentro del marco la "Football Association", aunque sin eventos a gran escala. Durante varios siglos no se registró casi ningún desarrollo en el fútbol. Este deporte, prohibido durante 500 años, no pudo ser eliminado.

- Las Islas Británicas, el hogar del fútbol

El juego que florecía desde el siglo VIII hasta el siglo XIX en las Islas Británicas, practicado en las formas más diversas según el lugar o la región, y que luego se perfeccionó hasta el fútbol que conocemos hoy, se diferenciaba notoriamente en su carácter de las formas conocidas hasta entonces.

El fútbol primitivo no estaba regulado, era más violento y espontáneo, y no tenía limitación en el número de participantes. Muchas veces se jugaba ardientemente entre pueblos enteros y pequeñas ciudades, a lo largo de las calles, a campo traviesa, a través de zarzales, cercados y riachuelos. Casi todo estaba permitido, como también patear el balón. Sin embargo, es muy probable que hayan existido modalidades que no permitieron emplear el pie, por la simple razón del tamaño y del peso del esférico con el que se jugaban (El tamaño y el peso del balón fueron determinados recién nueve años después de la primera fijación de las reglas de fútbol, en 1863). (Fifa.com).

Entonces, por aquellos tiempos, el uso de los pies, que se empleaban más bien para frenar al adversario, se decidía siempre en cada caso, en el momento cuando se acordaba una competición. Un ejemplo es el disputado entre Londres y Sheffield en 1866, evento donde además se acordó, por primera vez, la fijación de la duración del partido en una hora y media.

A la categoría del "fútbol masivo", esto es, sin limitación del número de participantes y sin reglas demasiado estrictas, pertenece, por ejemplo, el "Shrovetide Football". Según un antiguo manual de Workington, Inglaterra, en su época de origen todo estaba permitido para llevar el balón a la meta contraria, con excepción de asesinato y el homicidio. Existe una teoría que defiende el origen anglosajón del juego, y sobre sus primeras expresiones existen varias leyendas. Una cuenta que en Kingston-on-Thames, y también en Chester, la primera vez se jugó con la cabeza cortada de un príncipe danés

derrotado. En Derby, la fecha es incluso anterior, mencionando una celebración posterior a una victoria sobre los romanos en el siglo III.

A pesar de estas versiones, existe escasa evidencia de que el deporte haya sido practicado en dicha época en el continente. De hecho, antes de la conquista normanda, la única prueba de la existencia de un juego con pelota parecido remite a una fuente celta. Sin embargo, existe otra hipótesis: mientras que, en las Islas Británicas, en los primeros siglos, se jugaba aquel tipo de fútbol masivo, en Francia, principalmente en Normandía y Brittany, se practicaba un juego muy similar. Quizás fue de esta manera como los normandos llevaron la lucha por el balón a Inglaterra.

Investigadores han sugerido que, además del impulso natural de demostrar fuerza y habilidad, en muchos casos fueron ciertas costumbres paganas, como los ritos de fertilidad, los que motivaron a los estos "primeros futbolistas". El esférico simbolizaba al sol, el cual debía "conquistarse" para lograr buenas cosechas. Esto se lograba llevando el balón a través del campo sobre los cultivos, y para ello debía evitarse que los oponentes lo arrebataran. (Fifa.com).

Un significado parecido tenía el desafío entre hombres casados y solteros, tradición que se conservó en algunos lugares de Inglaterra durante siglos, o entre mujeres casadas y solteras en Inveresk, Escocia, a fines del siglo XVII (se dice que ganaban siempre las casadas, quizás por obligación). Parece que tampoco el fútbol femenino no es tan nuevo como se suele creer.

Por más que los eruditos debatan sobre el origen del juego y sobre las influencias de los cultos, una cosa no puede ser refutada: si bien en su aspecto rudimentario nació hace más de mil años, el fútbol tal y como hoy lo conocemos tiene su cuna en las Islas Británicas.

- El crecimiento global

Recién a comienzos del siglo XIX se vislumbra el cambio: el fútbol fue ganando cada vez más terreno en los colegios, principalmente en escuelas públicas, y fue en este ambiente comenzó su proceso de innovación y desarrollo.

Pese a todo, el fútbol continuaba siendo un juego sin reglamentación, es decir, no existía una forma determinada de jugarlo. Cada colegio aplicaba sus propias reglas, las cuales divergían, a veces, considerablemente entre sí. Además de aferrarse a las tradiciones, su práctica dependía también de los terrenos de juego a disposición. En los lugares donde se jugaba en patios de colegios, con suelos empedrados y muros, no había lugar para partidos masivos.

Es así que en los colegios de Charterhouse, Westminster, Eton y Harrow comienza a verse como el juego se basa más en la habilidad del regateo que en la potencia necesaria en medio del tumulto. Por otro lado, los colegios como Cheltenham y Rugby tendían hacia una práctica más ruda, donde el balón se podía jugar y hasta llevar con la mano.

Con el correr del Siglo XIX, la imagen del fútbol comenzó a cambiar. Las autoridades escolares comenzaron a verlo como un medio de fomentar la lealtad, la facultad de sacrificio, la colaboración mutua y la subordinación a la idea de equipo. El deporte comenzó a figurar los programas de las escuelas y la participación en el fútbol se hizo obligatoria. Una contribución esencial al respecto provino de parte del Dr. Thomas Arnolds, director del colegio de Rugby. (Fifa.com).

Según la FIF: En 1846, se fijaron en Rugby las primeras reglas de fútbol con carácter obligatorio. Sin embargo, el juego se mantuvo rudo: por ejemplo, estaba permitido patear la pierna de adversario debajo de la rodilla, pero no sujetar al adversario y patearlo al mismo tiempo. También se podía jugar con la mano y, desde que en 1823,

para sorpresa de su equipo y de los adversarios, William Webb Ellis corrió con el balón debajo del brazo, se permitió llevar el balón con la mano.

Si bien varios colegios adoptaron las reglas elaboradas en Rugby, otros se opusieron a este tipo de fútbol, por ejemplo, Eton, Harrow y Winchester. Allí se prohibía llevar el balón con la mano y figuraba, en primer lugar, el dominio de la pelota con el pie. También Charterhouse y Westminster apoyaron el juego sin las manos, pero no se aislaron como algunas escuelas, sino que se transformaron en puntos de partida para la difusión de su propia versión del juego. (Fifa.com).

En 1863, su desarrollo comenzó a necesitar una toma de decisión. Así, en la Universidad de Cambridge, se trató de hallar una base común y fijar reglas aceptables para todos. Que sucediera aquí no es extraño, puesto que ya en 1848, un grupo de ex estudiantes de diferentes colegios habían hecho un primer intento en unificar la gran variedad de versiones existentes del deporte.

La mayoría se pronunció en contra los métodos rudos, tales como hacer zancadillas, patear la canilla del contrario y otras varias formas de violencia. También comenzó a aceptarse firmemente la idea de prohibir el juego con la mano. Después de esto, la fracción de Rugby decidió separarse. Ellos hubieran aceptado el no patear la pierna del adversario, cosa que se suprimió más adelante de las reglas del rugby, pero no querían prescindir del juego con la mano y de llevar la pelota debajo del brazo. La reunión de Cambridge fue un intento de introducir orden en las reglas.

En Londres, el 26 de octubre de 1863, día en el que once clubes y numerosos colegios Londinenses enviaron a sus representantes a la taberna Freemasons. El objetivo: establecer una serie de reglas válidas para todos, bajo las cuales jugar los partidos entre sí. Así nació la Football Association (Asociación de Fútbol). (Fifa .com).

Los eternos puntos de discordia fueron patear la canilla, hacer la zancadilla, llevar el balón con la mano, éstos se discutieron a detalle en esta reunión y en otras similares. El 8 de diciembre de 1863, finalmente, los férreos defensores del rugby se retiraron definitivamente de las conversaciones, marcando su separación definitiva del fútbol. Seis años más tarde, este "divorcio" quedó más evidente aún, cuando en las reglas de fútbol se prohibió en general el juego con la mano.

De ahí en adelante, el deporte se desarrolló a un ritmo vertiginoso. En 1871, apenas ocho años después de su fundación, la Asociación Inglesa de Fútbol contaba ya con 50 clubes. En 1872 se celebra la primera competición organizada de mundo: la Copa Inglesa. El primer campeonato de liga, en cambio, vio la luz 16 años más tarde, en 1888. (Fifa.com).

Mientras que en Europa y en otras partes del mundo casi no se hablaba de fútbol organizado, en Gran Bretaña ya se organizaban partidos internacionales. El primero, entre Inglaterra y Escocia, se disputó en 1872. Así, con el crecimiento del fútbol organizado y el ya sorprendentemente alto número de espectadores, se presentaron allí los inevitables problemas con los cuales tuvieron que enfrentarse, aunque mucho más tarde, el resto de los países. El profesionalismo fue uno de ellos.

La primera referencia al respecto data del año 1879, cuando un pequeño club de Lancashire, Darwen, alcanzó dos veces un empate sensacional contra el imbatible Old Etonians en la Copa Inglesa. Dos jugadores del equipo de Darwen, los escoceses John Love y Fergus Suter, parecen haber sido los primeros en haber recibido dinero por su arte futbolístico. Estos casos se multiplicaron y ya en 1885, la Asociación de Fútbol estuvo obligada a legalizar oficialmente el profesionalismo. Esto fue cuatro años antes de que se fundaran las asociaciones nacionales de Holanda y la de Dinamarca, las primeras fuera del sector británico. (Fifa.com).

Antes que estas dos, y posteriormente a la creación de la Asociación Inglesa, se habían fundado la Asociación Escocesa de Fútbol (1873), la Asociación del País de Gales (1875) y la Asociación Irlandesa (1880). Considerando estrictamente el asunto, cuando se jugó aquel primer partido internacional en la historia del fútbol entre Inglaterra y Escocia, el 30 de noviembre de 1872, la asociación escocesa todavía no existía (se crearía recién tres meses más tarde).

Contra Inglaterra jugó el equipo del club escocés más antiguo, el Queen's Park FC, pero como en la actualidad, los escoceses vistieron uniforme azul y los ingleses, uniforme blanco. Los dos equipos emplearon lo que sería considerada hoy una táctica súper ofensiva (Escocia, un 2-2-6, Inglaterra un 1-1-8), pero el encuentro mostró que todavía se jugaba con ciertas características típicas del fútbol masivo.

Fuera de Inglaterra, el fútbol fue expandiéndose, principalmente a causa de la influencia británica, primero lentamente y luego cada vez más rápido. Después de la fundación de las asociaciones de Holanda y Dinamarca (1889), siguieron las de Nueva Zelanda (1891), Argentina (1893), Chile, Suiza y Bélgica (1895), Italia (1898), Alemania y Uruguay (1900), Hungría (1901), Noruega (1902), Suecia (1904), España (1905), Paraguay (1906) y Finlandia (1907). (Fifa.com).

En mayo de 1904 se nació la FIFA, que tuvo siete miembros fundadores: Francia, Bélgica, Dinamarca, Holanda, España, Suecia y Suiza. La Asociación Alemana declaró, el mismo día, su intención de afiliación vía telegrama. La comunidad internacional de fútbol fue creciendo, no exenta de reveses y obstáculos, como puede imaginarse. En 1912, la Federation Internationale de Football Association (FIFA) contaba ya con 21 asociaciones, en 1925 con 36, en 1930 año de la primera Copa Mundial, con 41.

Entre 1937 y 1938, las Reglas del Juego modernas fueron establecidas por Santley Rous, quien sería más adelante Presidente de la FIFA. Rous tomó las reglas originales, creadas en 1886, y las ordenó de manera racional. (Fifa.com).

Para el año 1950, cuando se volvió a competir por tercera vez por un título del mundo (no hubo torneos durante la II Guerra Mundial), la FIFA contaba ya con 73 asociaciones. Durante la segunda mitad del Siglo XX, la popularidad del fútbol atrajo nuevos devotos, y para el Congreso de la FIFA de 2007, FIFA contaba con 208 asociaciones miembro en cada rincón del planeta.

Para Jérôme Valcke, FIFA: “El fútbol es para todos, es un deporte que se convierte en una escuela de vida y sirve para inculcar en los jóvenes principios como el trabajo en equipo y la entrega, o bien virtudes como la perseverancia. Además, enseña cómo se puede llevar una vida sana. Por todo ello, debemos concentrarnos en el desarrollo del fútbol en sus raíces, en la juventud, si queremos encauzar la fuerza de este deporte para garantizar su futuro”.

La historia del futbol va desde un hermoso viaje de placer, hasta un viaje de deber. A medida que el deporte se a industrializado, ha ido desterrando la belleza que nace de la alegría de jugar porque sí. En este siglo, el fútbol profesional, condena lo que es inútil, lo que no es rentable, a nadie le da esa locura que hace que el hombre sea niño por un momento, jugando como juega el niño con un globo, como juega un gato con una bolita de lana, jugando sin saber que juega, sin tiempo, sin ser juzgado, sin presión y solo porque le gusta. (Galeano, 2002).

El juego ahora es solamente un espectáculo, con escasos protagonistas y varios espectadores, es un fútbol para mirar, y este espectáculo es ahora un negocio, uno de los más lucrativos del mundo, que no se organiza para jugar, sino para impedir que se juegue. La tecnocracia del deporte profesional ha ido imponiendo un fútbol de pura velocidad y mucha fuerza que, deja de lado a la fantasía, la alegría y prohíbe la osadía.

Pero hoy en día, con un poco de suerte, aparece en la cancha, muy rara vez, algún descarado que se sale de lo previsto, que rompe el libreto y sale a jugar, a gambetear a

todo el equipo rival, al árbitro, al juez, a los espectadores, solo por el simple goce del cuerpo que se lanza a la prohibida aventura de la libertad, la libertad en el juego, la libertad del fútbol.

2.3. LA MUJER Y EL FÚTBOL

Históricamente, la mirada sobre el deporte ha sido una mirada construida desde el punto de vista del varón, una arena simbólica de un entorno masculino, donde la presencia femenina es exaltada desde los atributos físicos del género y también desde las escasas, aunque peculiares prácticas de algunas mujeres que, como en los casos de la “Gorda Matosas” y “La Raulito”, fueron objeto de un registro corporal.

Posiblemente, si se rastreara la historia del fútbol en clave de género, aparecería el momento de su institucionalización, hacia mediados del siglo XIX, como el momento decisivo en que esa práctica es capturada por las instancias de escolarización primero, de esparcimiento después y de profesionalización, por último, y, las mujeres, que en épocas pre modernas jugaban, junto con niños y adultos varones, a una especie de fútbol recreativo, quedaron definitivamente afuera. Con la modernidad, el discurso de esa práctica y su representación, se constituyeron como un mundo masculino en el cual las reglas objetivas y los valores que circulan interna y externamente a ella, pertenecen a su dominio. (Binello, Conde, Martínez & Rodríguez, 2001).

¿Qué ocurre entonces cuando las mujeres, especialmente en los últimos años, se introducen en un mundo en el cual enunciadores y enunciados son del orden de lo masculino? Si, como afirman Bourdieu y Wacquant (citado por Binello, Conde, Martínez & Rodríguez, 2001), el poder simbólico y la autoridad para imponerlo provienen simplemente de “el poder de constituir lo dado, enunciándolo” la aparición de un “otro” que está afuera del discurso, se presenta como un extranjero que perturba el campo y al que es necesario definir.

Dicho en otras palabras, si el fútbol es narrado por los hombres, es el discurso del “otro” el que definirá el campo de las prácticas de las mujeres, sean éstas espectadoras más mediáticas, deportistas, asistentes a los estadios, hinchas militantes o barras bravas. De ahí que la identidad de la mujer respecto de este particular universo necesariamente deba constituirse en forma heterónoma, es decir con las reglas y los valores del otro.

Aunque ello no signifique que estas prácticas no puedan constituirse de manera alternativa, la ausencia de lucha simbólica, así como de otras formas de conflicto entre géneros parece indicar, en una primera mirada, que la aparición de las mujeres en el universo futbolístico no se presenta como una amenaza, ni siquiera como un desafío que implique la posibilidad de modificar el actual estado de las cosas. En otras palabras, el fútbol no es un territorio a conquistar: es un territorio conquistado. (Binello, Conde, Martínez & Rodríguez, 2001).

El fútbol femenino surge el año 1892, fue la activista Nettie Honeyball la que fundó el primer club deportivo femenino denominado “British Ladies Football Club” con el objetivo de demostrar que la mujer podía emanciparse. El siguiente empujón viene con la primera guerra mundial, el hecho de que los hombres debían enlistarse en la guerra dejó un vacío en las fábricas, y es ahí donde se incorpora la mano de obra femenina de forma masiva. Pese a ello se negó y prohibió la participación de la mujer en este deporte.

Hasta mediados del siglo XX, el fútbol era exclusivo para hombres, diferentes fuentes bibliográficas sólo dan cuenta de torneos para este sexo. Desde 1930 hasta 1986 sólo se realizaron Campeonatos de fútbol masculino en diferentes lugares del mundo.

La mujer empieza a incursionar en el deporte tras los logros obtenidos a principios del siglo XX, con los movimientos feministas, donde logra obtener protagonismo a nivel social, económico y político. Sin embargo, esos deportes estaban condicionados a garantizar y perpetuar la feminidad que debía conservar la mujer, incluso en el plano

deportivo, hasta ese entonces la cultura patriarcal no permitía permear el pensamiento frente a lo que se consideraba femenino. (Cardona, 2005).

A raíz de estos lentos pero importantes logros a nivel deportivo y a consecuencia de los cambios culturales en Europa y Norteamérica, la mujer empezó a incursionar en el fútbol, de tal manera que se han alcanzado logros casi inesperados en las últimas 3 décadas. Así, la FIFA, al evidenciar el auge del fútbol femenino realiza el primer campeonato a nivel mundial en la China en 1991.

La situación del fútbol femenino para Latinoamérica y el Medio Oriente sigue en desventaja por las condiciones socioculturales que siguen enmarcando estas sociedades, donde el predominio patriarcal opaca la función de la mujer en el espacio público, incluyendo el deporte.

Es hasta 1969 que se crea la rama femenina de la FA (Asociación de Fútbol), y desde 1971 se fomenta el fútbol femenino que no ha dejado de consolidarse en los últimos años, hoy en día se pueden apreciar campeonatos femeninos de fútbol muy importantes. Actualmente la FIFA reconoce la participación de la mujer en este deporte. (Olimpiadas de Fútbol, 2009).

De acuerdo con datos de la misma FIFA, del 2000 al 2006, el incremento de la participación de las mujeres en estructuras organizadas se dio en 54%. En el caso de los jóvenes, aumentó el 54.7% en hombres y 69.6% en mujeres. El fútbol de aficionados creció en 16% en hombres y 138% en mujeres. Los torneos femeninos también se han incrementado: 135 selecciones femeninas absolutas figuran en la Clasificación Mundial FIFA/Coca-Cola y en el próximo mundial que se llevará a cabo en Canadá, participarán 24 selecciones. (Kunz, 2006).

El dirigente de la Federación Internacional de Fútbol Asociación (FIFA), Joseph Blatter, señalaba en el 2007, que “El futuro del fútbol es femenino”. En el 2012, con motivo del

Día Internacional de la mujer, dijo: El fútbol en particular, ha desempeñado un importante papel en la emancipación de las mujeres desde el principio. En este sentido, el fútbol femenino tiene una dimensión social más fuerte que el masculino, y tanto las futbolistas como las espectadoras entablan una relación diferente con su deporte. Esto no rebaja el fútbol femenino a la categoría de mera competición deportiva; al contrario, lo realza. (Kunz. 2006).

Sin embargo, se observaban conductas machistas respecto a la participación de la mujer en este deporte. Cuando la futbolista Maribel Domínguez firmó contrato en el 2004 con el Celaya, en ese entonces club de la primera división, el periódico La Jornada tituló una nota: “El juego del hombre en las piernas de una mujer”. No me imagino cómo hubiera titulado una nota referente a Virginia Tovar, la primera árbitra profesional en México: “La honra de los hombres de verdad en el pito de una mujer”.

En cuanto a los dirigentes y jugadores, las declaraciones que hacen sobre las futbolistas o de otro deporte están cargadas de gran desprecio hacia ellas. Cuauhtémoc Blanco había mandado a Tovar a lavar los trastes. El año pasado, el famoso piloto mexicano Sergio Pérez declaró: “Imagínate el cuerpo que se te queda si te gana una chica, mejor que se vaya a la cocina”, en referencia a la piloto de Fórmula 1, Williams Susie Wolff. (López, 2016).

Frente a este panorama, las mujeres mueven el balón con absoluta desventaja. Son vistas como extrañas e invasoras. La jugadora sueca del equipo francés Olympique de Lyon, en su división femenil, Lotta Schelin, expresó: “El mundo es masculino. Pero nosotras estamos en el fútbol para cambiar eso. Lo que de verdad cuenta es que cada chica tenga la posibilidad de jugar al fútbol si ése es su deseo”. Fifa (Citado por López, 2016).

Pero para miles de mujeres, ese deseo es anulado desde la infancia: “el fútbol no es para niñas”, es la frase que más escuchan aquellas que quieren vivir de la patada.

“Hay hombres que viven del fútbol, independientemente de que sean muy buenos o muy malos, pero viven del fútbol. Para una mujer eso es imposible”, dice Elia Echeverría, de profesión física. “¡Ay, Andrea! Tu fútbol es un capricho, lo mío es un trabajo”, cuenta Andrea Rodebaugh, exfútbolista profesional y entrenadora de fútbol, que así le dijo uno de sus novios. Osorio y Moreno (Citado por López, 2016).

Brisa Rangel Mata, comenta que los periodistas no cubren el fútbol de mujeres, mucho menos los entrenamientos. Solo lo hacen cuando hay eventos como los mundiales. En cambio, el fútbol de hombres, pese a que sus resultados no son buenos, tiene más cobertura. Los jugadores, dice, deben estar conscientes de la responsabilidad que tienen al representar en su país, pero solo se preocupan por su imagen.

En la actualidad, el presidente de la FIFA, el Licenciado Gianni Vincenzo Infantino (06-Febrero-2016) aseguró que "el fútbol femenino es una prioridad" y urgió a la comunidad futbolística a aumentar la presencia de la mujer en los puestos de decisión para asegurar el futuro de este deporte.

El fútbol femenino se ha destacado a nivel mundial, dando a conocer que es un deporte que ha trascendido y que existe potencial, sin embargo en nuestro país el proceso de desarrollo para este deporte se ha quedado en el abandono.

2.4. HISTORIA DEL FUTSAL

El futsal es un deporte lleno de acción, atractivo, y constantemente tiene jugadas de gol. El Futsal es un deporte joven que se deriva de otros deportes; como el fútbol que es la base del juego, pero también tiene elementos del baloncesto, del waterpolo, del balonmano y del voleibol, por lo que es muy atractivo jugarlo. El nacimiento de este Deporte tiene dos versiones:

Una afirma que el Fútbol de Salón o Fútbol Sala nació en Montevideo (Uruguay) en el

año 1930, cuando las mieles del éxito futbolístico oriental vivían en su máximo esplendor ya que habían conquistado los Juegos Olímpicos de 1924 (Amsterdam / Holanda), 1928 (Colombia / Francia) y la Copa del Mundo de 1930 disputada en ese país.

Cuando la Selección Uruguaya de futbol ganó el campeonato del mundo y la medalla olímpica de oro, surgieron tantos aficionados que querían jugar futbol que no había canchas disponibles para todos, y fue entonces que, en el año 1930, gracias al profesor Juan Carlos Ceriani, se produjo como ante las necesidades de jugar al fútbol de aquellos niños que no tenían la posibilidad de disponer de campos al aire libre, y debido a eso debían disponer campos de baloncesto para sus partidos. El nombre de futsal es un acrónimo de “Fútbol de Salón”, es decir, fútbol de interior.

El profesor simplemente detecto un problema y le dio solución buscando canchas más pequeñas. El profesor Ceriani utilizó y adapto reglas de otros deportes de campo cubierto, por ejemplo, del baloncesto se tomó la duración del partido, la cantidad de jugadores por equipo, la falta personal, el cambio de jugadores, del balón mano, el balón, la portería de pocas dimensiones, la medida de la cancha y el no poder marcar gol desde cualquier distancia; del fútbol sus propias condiciones y del waterpolo las reglas referentes al portero. (UEFA, 2017).

La otra versión es que fue en Brasil donde, según afirma Luis Gonzaga, el futbol de salón ya era practicado por la Asociación Cristiana de Jóvenes a quienes les corresponde el ser los pioneros de este deporte. (Ochoa, 2008).

Sin embargo, no fue hasta 1982 que el nombre de Futsal se utilizó oficialmente en el Mundial de Sao Paulo, Brasil.

Así comenzó la historia del fútbol sala y con él un furor impresionante en el Uruguay con respecto al Fútbol de Salón que trascendió fronteras, fue así que se expandió por

Brasil, Perú, Chile, Paraguay, Argentina, cruzó el Atlántico para llegar a España y posteriormente al Resto del Mundo.

Para 1965 se creó la Confederación Sudamericana de Fútbol Sala, también se desarrolló el primer torneo sudamericano. En 1971 se fundó en la ciudad de San Pablo la Federación Internacional de Fútbol Sala (FIFUSA), la misma llevó a la disputa del primer campeonato del mundo en el año 1982. La FIFUSA fue una organización independiente hasta el 2002, año de su desaparición.

En 1985 a través del congreso de FIFUSA, nació la denominación “Fútbol Sala” que viene de las palabras “Fútbol” y “Sala”, ya que la FIFA prohibió la utilización del término “Fútbol”. Para 1990 y continuando con la historia del fútbol sala las asociaciones sudamericanas se unieron junto con las del resto de América para así formar la PANAFÚTSAL (Confederación Panamericana de Fútbol Sala), esta organización que se había separado del FIFUSA tuvo toda la intención de asociarse a la FIFA cuando corría el año 2000, pero al no prosperar la idea, se unieron diferentes asociaciones de otros países que formaron una nueva organización mundial. (De la Cruz & Galán, 2012).

Fue así que para el año 2002 se fundó la Asociación Mundial de Fútbol Sala (AMF), cuya sede se encuentra en la ciudad de Asunción (Paraguay) y el presidente actual es el paraguayo Ricardo Alarcón. Esencialmente el juego en ambas Federaciones posee las mismas reglas, pero sufren algunas variantes.

Hoy en día conviven dos organizaciones del Fútbol Sala, la AMF y la FIFA. Para los países del continente sudamericano se le conoce como Fútbol Sala, ahora en los que cohabitan las dos federaciones, se conoce como Fútbol Sala al de AMF y Fútbol Sala-FIFA.

El fútbol sala es un deporte entre dos equipos basado en el fútbol, es un juego de cooperación/oposición: unimos nuestros esfuerzos con otros para conseguir el objetivo común (conseguir gol en la portería del equipo contrario). El objetivo de cada equipo es

introducir el balón en la portería del equipo contrario y evitar que el otro equipo obtenga el control del balón y consiga marcar un gol de acuerdo con las reglas de juego.

Una de las copas mundiales más recientes de la FIFA es la del fútbol sala, conocida oficialmente como futsal. Brasil dominó en los tres primeros campeonatos, disputados en los Países Bajos en 1989, en Hong Kong en 1992 y en España en 1996. Durante el cuarto torneo, jugado en Guatemala en 2000, España arrebató el título a Brasil, convirtiéndose así en el nuevo campeón de Futsal, al vencer a los auriverdes en una emocionante final. A este primer triunfo pronto le siguió el segundo título de la copa de futsal de 2004, donde España se impuso a Italia. Sin embargo, se pudieron apreciar magníficas actuaciones de países de menos renombre, para los cuales el fútbol sala abre nuevos horizontes y posibilidades de lucirse en el ámbito internacional. (Fifa.com).

Aunque la FIFA reconoce la relevancia deportiva del futsal, ha optado por no alejarse demasiado de los principios básicos del fútbol clásico, cuyas reglas sirven de base a las reglas del futsal. La FIFA presta actualmente mayor atención a las nuevas variantes del fútbol, especialmente el fútbol playa y el fútbol para personas discapacitadas.

La FIFA está convencida de que el futsal es y será siendo una parte atractiva e importante del fútbol. El creciente interés en el futsal se traduce también en el aumento de las inscripciones para la clasificación de las copas mundiales de futsal de la FIFA. Mientras que en España 1996 participaron 46 naciones, para Guatemala 2000 la cifra aumentó a 70 y para Chinese Taipei 2004 se inscribieron incluso 86 naciones.

La FIFA quiere fomentar el futsal, convertirlo en un deporte más popular, formar a sus representantes y lanzar varios proyectos relacionados con esta variante del fútbol. Una de las medidas adoptadas más importantes ha sido la revisión de las Reglas de Juego de 1995. Las nuevas reglas entraron en vigor el 1 de enero de 2000. (Fifa.com).

Los cinco campeonatos mundiales de fútbol de la FIFA celebrados hasta hoy, se disputaron dos veces en Europa (Holanda 1989, España 1996), dos veces en Asia (Hong Kong 1992 y Chinese Taipei 2004) y una vez en Centroamérica (Guatemala 2000). En 2004 debutaron en una copa mundial de fútbol el anfitrión Chinese Taipei y la República Checa, con lo que el número de asociaciones participantes en la Copa Mundial de Fútbol de la FIFA asciende a 35. Y los cuatro mundiales organizados por la AMF fueron: Paraguay 2003, Argentina 2007, Colombia 2011 y Bielorrusia 2015.

Brasil domina las estadísticas de los triunfos de estos campeonatos mundiales, y ha sufrido únicamente 2 derrotas, en 1996 y 2004, ambas a manos de los españoles. Además de Brasil y España, también han participado siempre hasta la fecha, Argentina, Australia y Holanda, que en 2004 estuvieron ausentes. (Fifa.com).

En cuanto al fútbol femenino están los campeonatos de Copa América, Libertadores y Sudamericana (Que también se da en la categoría de varones). Los mundiales femeninos organizados por la AMF fueron Corrientes 2006 (Argentina, torneo piloto), Reus 2008 (España), Barrancabermeja 2013 (Colombia), Balaguer 2017 (Cataluña). (AFM en los Juegos Mundiales.com).

2.4.1. FUTSAL FEMENINO EN BOLIVIA

El fútbol femenino en Bolivia es un ámbito que ha crecido lentamente en los últimos años, tanto a nivel asociaciones como en las ligas. Si se hiciera una comparación de cómo eran los campeonatos de este deporte hace unos años, y como son ahora, se nota un cambio trascendental. No se observaba a muchas mujeres participar en éstos, además que no se les daba la importancia adecuada a las mismas. Con el transcurso de los años este deporte en su rama femenina dentro del País se ha ido desarrollando gracias al esfuerzo de cada jugadora, el desempeño que ponen, otro factor importante fue el que la FIFA y la AMF llevaran a cabo torneos femeninos.

Debido a ello las asociaciones de cada departamento del país tuvieron que implementar el futsal femenino, frente a ello la necesidad de darle mayor importancia a su participación, ya que se necesitaba que ellas tuvieran un óptimo rendimiento para que pudiesen participar a nivel departamental e incluso nacional.

Hoy en día existen diversos campeonatos femeninos en las denominadas “Villas”, que tienen la misma importancia que los masculinos, al igual que ellos se hace la inversión de dinero para traer a jugadoras con buen nivel en el juego, los equipos femeninos cuentan con dirigentes. Los equipos también participan en campeonatos que se llevan a cabo en pueblos (área rural) en determinadas fechas como semana santa al igual que el de los hombres.

En cuanto a los campeonatos más serios, los que hay en asociaciones, clubes, departamentales, el crecimiento es óptimo, ya que se dan junto a los campeonatos de varones y tienen casi el mismo impacto, para los clubes a nivel departamental está el famoso torneo de “Clubes Campeones” que consiste en un encuentro de todos los clubes campeones de cada ciudad, el último se llevó a cabo en la Ciudad de El Alto, donde el Club Atlantes de La Paz se consolidó como campeón. El Campeón de este torneo tiene el privilegio de representar al País en la Copa libertadores de futsal femenino.

En los campeonatos departamentales los equipos que participan son seleccionados mediante un campeonato previo, donde las asociaciones de cada ciudad seleccionan un equipo con las mejores jugadoras de cada club, por ejemplo, en la ciudad de La Paz se enfrentan equipos de las asociaciones de La Paz, El Alto, Caranavi y Viacha, el campeón de ellos es el que representa a La Paz en los departamentales. De la misma forma en los demás departamentos y su selección.

En los campeonatos que requieren una selección nacional (selección boliviana), se elige jugadoras ya no por Club o por departamento sino individualmente, para ello son de gran

importancia y utilidad los torneos que se realizan a nivel departamental, los ya mencionados Torneos de clubes campeones y los interdepartamentales. En el desarrollo de estos juegos se observan a las jugadoras con mayor talento y rendimiento, se las convoca, se hace la debida selección y se entrena con ellas, para que hagan una buena representación del País.

El último torneo nacional que se realizó, fue el de los Juegos Suramericanos 2018, que se realizó en el Departamento de Cochabamba – Bolivia, donde la Selección femenina boliviana de futsal, hizo una gran representación llevándose la medalla de Bronce al derrotar a la Selección de futsal Argentina. Estos acontecimientos son de gran inspiración para niñas y jóvenes que se dedican a practicar este deporte, de esta manera el futsal femenino sigue creciendo día a día.

El futsal femenino ha llegado a imponerse en el país, sin embargo, aún existen las críticas en cuanto a la participación de la mujer en este deporte, esto debido a que aún se vive el machismo (claro que no como antes). Algunos padres de familia no están de acuerdo en que sus hijas practiquen estos deportes, ya que piensan que es “solo para hombres”, e incluso algunos varones no están de acuerdo con la participación de las mujeres en éste entorno, esto se debe a que en la actualidad se maneja el futsal femenino casi al mismo nivel que el masculino y se le ha quitado un poco de espacio, se invierte dinero en jugadoras mujeres como en los varones, e incluso algunos dirigentes optan por manejar equipos femeninos y ya no los masculinos.

2.4.1.1 CLUB DIKAXI

El Club Dikaxi fue fundado un 25 de septiembre de 2002, este club perteneció a la asociación de la ciudad de El Alto y actualmente sigue perteneciendo al mismo. Este equipo fue uno de los más importantes en la liga femenina de futsal de la ciudad de El Alto denominado como “Dikaxi la reina del futsal”, ya que cuando se iniciaban las escuelas de futsal para damas por parte del gobierno municipal, este equipo destaco

entre los demás por su gran calidad de juego y por sus dedicadas deportistas. (El Alteño, 2007).

Este equipo se consagro 3 veces campeón de la liga de la asociación de la ciudad de El Alto, y 2 veces en su categoría sub 17 damas, además, el equipo obtuvo el reconocimiento a: Mejor jugadora Srta. Karina Mamani Aranibar y mejor arquera: Srta. Natividad Cari Quispe, esta última es ahora la Entrenadora y directora técnica del equipo, también dirigió la selección femenina de futsal alteña.

El equipo aún pertenece a la categoría de damas de dicha asociación y ahí se mantiene, sin descender. Las integrantes del equipo han cambiado en su mayoría con el transcurso del tiempo, muchas de las jugadoras cambiaron de equipo, dejaron de jugar, o simplemente el pasar de los años ha hecho que se dediquen a otras actividades. La ahora entrenadora Natividad Cari Quispe expresa tener muchas expectativas para y con el equipo, por ello que realizan sus entrenamientos todos los sábados durante 3 horas de trabajo arduo, tanto para arqueras y jugadoras.

2.5. CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS

Podemos entender como **características psicológicas**, a todas aquellas cualidades que se presentan en los individuos y que le permiten distinguirse y sobresalir en alguna materia en especial. Así podemos apreciar plenamente una serie de distintivos en la psicología de los líderes, de los jóvenes, de los deportistas o de algún tipo de persona o rama de personas, las mismas que tienen una formación psicológica especial o diferente. (Warren, 2001).

Todas estas apreciaciones y distintivos psicológicos, permiten separar a las personas en individuos mentalmente calificados para la realización de un cierto tipo de actividad. Es claro que por la naturaleza misma de la psicología y de la naturaleza humana, siempre

existirán cambios, principalmente por la influencia de la psicología social e incluso por la influencia de intereses políticos o sociales que pueden influenciar al pensar humano. Estas características (cualidades), pueden establecerse en el individuo dependiendo a su edad, actividades que realiza, por ejemplo:

- **Niños.-** Los niños tienen su psicología adecuada a la edad, y adolecen de una cierta ingenuidad e ideas ajenas a la realidad que le permite fantasear una realidad alterna.
- **Adolescentes.-** Los adolescentes perciben una realidad más elevada y distinta a la de los niños, por lo que se tornan en aspectos libertarios e incluso depresivos; en esta etapa los adolescentes pueden desarrollar tanto enamoramientos fugaces como diversas pasiones.
- **Adultos.-** La formación psicológica de una persona adulta promedio se sintetiza en la responsabilidad e incluso puede encaminarse en roles específicos, su mente se encuentra predispuesta a la solución de problemas y desvirtúa parcialmente los sueños y un gran margen de trivialidades muy marcadas en la adolescencia.
- **Ancianos.-** La formación psicológica de las personas de la tercera edad es muy variada y a la vez muy acentuadas, se puede encontrar cercana a una acentuación de conocimientos o una disolución debida a los procesos propios de la edad.
- **Deportistas.-** Los deportistas tienen una necesidad de auto-superación que les permite enfrentarse a sí mismo antes que a enfrentar a sus contrarios, lo que le permite una auto-superación ya no tanto deportiva sino personal. Así, los deportistas tienen una actividad social y psicológica diferente si son deportistas de equipo o deportistas individuales, pues su desarrollo mental es plenamente diferente.
- **Profesionistas.-** Los profesionistas tienen una cualidad formativa más elevada, la cual puede influir plenamente en sus aspectos privados de vida.

2.5.1. CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS EN EL DEPORTE

Las características psicológicas involucradas en la actividad física o deportiva son numerosas, tantas como los procesos biopsicosociales que involucran a todo ser humano en esta actividad.

A continuación, se mencionarán a aquellas características consideradas las más importantes y fundamentales para los procesos de evaluación en la psicología deportiva, en especial las pertinentes al fútbol que son las de mayor interés en la presente investigación.

1) CONTROL DEL ESTRÉS

El estrés puede originarse a causa de una secuencia de eventos que conduce a un fin concreto. Se define como “un desequilibrio sustancial entre la capacidad de demanda (física o psicológica) y la capacidad de respuesta, en condiciones en las que el fracaso en la situación de dicha demanda tiene consecuencias importantes”. MacGrath (citado por Dos Santos, 2014).

El modelo de MacGrath, expresa que el estrés consiste en cuatro fases interrelacionadas: **Fase 1:** Demanda medioambiental física o psicológica; Como en el caso de un jugador de fútbol de divisiones inferiores que tiene que ejecutar un penal o alguna destreza recién aprendida, o el de los padres que presionan a un deportista juvenil a que gane una competición.

Fase 2: Percepción de las demandas; El nivel de ansiedad, rasgo de una persona influye mucho en la forma de percibir el mundo. Las que tienen un nivel elevado de ansiedad, tienden a percibir más situaciones (sobre todo las de evaluación y competitivas) como amenazadoras que las que presentan este nivel más bajo. Por este motivo el rasgo de ansiedad rasgo influye de manera importante en esta fase.

Fase 3: Respuesta de estrés física y psicológica de la persona a la percepción de la situación (cambios en la ansiedad o activación); Hay otras reacciones como las de concentración y el aumento de la tensión muscular que acompañan al aumento del estado de ansiedad.

Fase 4: Consecuencias conductuales; Conducta real de la persona sometida a estrés. La fase final del proceso genera información que incluye en la primera fase.

Si un futbolista se ve excesivamente amenazado y tiene un rendimiento pobre frente a sus compañeros, se puede generar una valoración negativa que se transformará en una demanda adicional sobre él mismo. Por lo tanto, el proceso del estrés es un espiral. (Weinberg & Gould, 2010).

La autoestima también está relacionada con las percepciones de amenaza y sus cambios correspondientes en el estado de ansiedad. Por ejemplo, los deportistas con baja autoestima tienen menos confianza y expresan un mayor estado de ansiedad que los que exhiben una autoestima más elevada. Las estrategias de la mejora de autoconfianza son medios importantes para reducir el nivel del estado de ansiedad que experimentan las personas. A partir de lo anterior, los recursos psicológicos implicados en el control del estrés serían: autoconfianza, nivel de ansiedad, nivel de activación, concentración.

Las Situaciones que se inmiscuyen en la importancia e influencia de la presión del medio sobre la reacción y actuación de los jugadores de fútbol en su rendimiento deportivo son innumerables y constantes. Este es el denominado “Miedo escénico” (1986) popularizada por Jorge Valdano para definir el temor del jugador al saltar al estadio. (Valdano, 2016).

Al Conocido ataque de convulsiones que tuvo el astro brasileño Ronaldo la noche previa a la final de la copa del mundo Francia 1998, en la cual el médico de la selección brasileña Lidio Toledo menciona: “Se le hicieron todos los exámenes, pero no se le

detectó nada. La crisis fue desatada por el estrés emocional al que el jugador está sometido”. Cada una de ellas, expresiones históricas de hechos cotidianos que se viven tanto en las competencias como entrenamientos de fútbol, en los cuales los jugadores hablan de ser capaces de soportar y manejar diversas cargas de “estrés” tanto físicas como psicológicas. (Galeano, 2002).

Entonces en control de estrés, es la capacidad del deportista de afrontar la demanda física o psicológica de manera tal que, frente a esta, su respuesta en el contexto deportivo, sea exitosa. (Weinberg & Gould, 2010). Es decir, que se adapten al objetivo deportivo, reduciendo o eliminando las fuentes de inquietud, presión, daño o resistencia al desarrollo físico o integridad del yo, a través de los mecanismos de defensa, en la cual necesariamente se verán involucrados los recursos psicológicos de autoconfianza, nivel de ansiedad, nivel de activación y concentración.

La psicología del deporte incluye en su bagaje teórico también a los términos de ansiedad y arousal como mutuamente excluyentes y explicadores del funcionamiento mental y físico del atleta de alto rendimiento. (Weinberg & Gould, 2010).

- a) Arousal:** Es una activación general fisiológica y psicológica del organismo o persona, variable a lo largo de un continuo que va desde el sueño profundo hasta la excitación interna. Gould & Krane (citado por Pacheco, 2004).

El término hace referencia a las dimensiones de la activación corporal y psicológica, en cuanto a la intensidad de un momento concreto, en un conjunto que se extiende desde la falta absoluta del arousal (estado de coma), hasta el arousal máximo, (frenesí).

- b) Ansiedad:** Es un estado emocional negativo, que incluye sensaciones de nerviosismo, preocupación y aprensión, relacionadas con la activación o arousal del organismo. Así pues, la ansiedad tiene un componente de pensamiento o cognitivo (por ejemplo, la preocupación) y un componente de ansiedad somática,

que constituye el grado de activación física percibida. Forbes (citado por Pacheco, 2004).

Las fuentes del estrés son innumerables, los psicólogos deportivos han demostrado que tanto los sucesos importantes en la vida, un cambio de equipo o ciudad, la muerte de un familiar, y los contratiempos cotidianos como una avería de coche, una discusión con un compañero de equipo, provocan estrés y afectan la salud física y mental. (Pacheco 2004).

Sin embargo, son dos las fuentes principales de estrés en cuanto a la competición del fútbol; Importancia del evento, que cuanto más importante sea (una final, una clasificación, un ascenso), mayor estrés provoca. La incertidumbre del resultado; que depende de la primera, cuáles son las expectativas que el jugador mismo tenga, o la que los demás tengan de él.

2) INFLUENCIA DE LA EVALUACIÓN DEL RENDIMIENTO

Es la capacidad del deportista de afrontar la demanda física o psicológica que surge de la evaluación del rendimiento que percibe el sujeto de su entorno, o que esta autoimpuesta por el propio deportista frente a su ejecución deportiva, de manera tal que, frente a esta, tanto su percepción como respuesta en el contexto deportivo, sea exitosa, es decir, adaptativa y funcional para los objetivos deportivos, reduciendo o eliminando las fuentes de inquietud, presión, daño o resistencia al desarrollo físico o integridad del yo, a través de los mecanismos de defensa, en la cual necesariamente se verán involucrados los recursos psicológicos de autoconfianza, nivel de ansiedad, nivel de activación y concentración.

Se refiere también a la capacidad del futbolista para controlar las evaluaciones negativas y positivas que de su rendimiento a su entorno. La valoración de los rendimientos deportivos sobre lavase de factores tan variados que van desde la experiencia personal

hasta la presencia en un partido, desempeñan quiérase o no, un gran papel en la manera en que los deportistas pueden tener una medida objetiva de su rendimiento, con independencia de las fuentes evaluativas, estableciendo un grado de control de las evaluaciones negativas. Buceta (citado por Fernández, 2005).

Un deportista que se presenta a una competición desearía salir vencedor, o por lo menos ocupar un buen lugar en comparación con sus competidores. Pero ambas cosas solo son posibles si el rendimiento de los competidores se valora con la misma vara, de modo que se pueda establecer una clasificación de acuerdo con los rendimientos, muy aparte de la situación en la competición, incluso durante el prolongado periodo de entrenamiento, al deportista le interesa también y cuenta con que se evalúe su rendimiento. Desea conocer que mejoras ha conseguido durante el entrenamiento, si la evolución de su rendimiento guarda proporción con relación al esfuerzo realizado durante el entrenamiento, o en que aspecto debe mejorar. De esta forma, el análisis del rendimiento y los juicios de valor que de él hace el entorno del deportista se convierten una parte sumamente influyente que afecta la motivación, la disposición para el esfuerzo, la satisfacción y la confianza del mismo atleta. (Buceta, 2000).

El mismo deportista siente la necesidad espontánea, inmediatamente después de realizar un movimiento y con frecuencia durante su misma ejecución, la sensación de haber acertado y de haber fracasado. Ello significa que antes de saber nada sobre el rendimiento conseguido, él mismo basándose en experiencias anteriores, en las observaciones y en los sentimientos durante la realización de los movimientos, ya tendrá una idea más o menos clara de la calidad de su propio rendimiento. (Weinberg & Gould, 2010).

Ahora bien, la valoración de objetos, personas y acontecimientos de nuestro entorno cotidiano, se ha convertido en una cosa tan natural que ya no somos realmente conscientes de los resultados de las valoraciones que conseguimos, en forma de juicios

absolutos o relativos. Se valora directamente por comparación con otros objetos, situaciones o personas en sentido absoluto como bello, rico o simpático. O bien se valora de forma relativa con relación a otros como mejor, más contundente, más agresivo. Estas valoraciones pueden concordar con las establecidas por otras personas, generándose una corriente de opinión, pero también pueden discrepar de ellas, polarizando la opinión muchas veces influyente.

Entonces es posible que, un deportista no acepte los hábitos valorativos de algunos periodistas, o de la totalidad del sistema empleado para las valoraciones, los valores asignados a su rendimiento, puede mantener la opinión de que lo han infravalorado, incluso en el caso de que el deportista acepte el proceso de valoración, su disposición para identificarse con el resultado asignado a su rendimiento dependerá del concepto que tenga de la persona encargada de valorar en cuanto a su objetividad y conocimientos técnicos. (Weinberg & Gould, 2010).

Heredia (2009) afirma que: El ambiente del deportista, en este caso del futbolista, es el que emite juicios sobre su rendimiento, juicios que podrían afectar este rendimiento. Los factores externos en general y los humanos son los que forman el ambiente de cada persona, este ambiente incluye actitudes, creencias, ritos, gustos, prejuicios y los patrones del comportamiento. Una persona percibe su medio principalmente a través del oído y la vista, esta relación no cambia en este deporte, pese a que el deportista evalúa su ambiente, el ambiente también lo evalúa. El entorno del futbolista está constituido por varios elementos que pueden emitir una evaluación de su rendimiento, algunos importantes son:

a) El futbolista

Valdano (2016) dice que: “El futbolista sabe cuándo jugó bien o mal; no es necesario decírselo en público”. Quien mejor que el mismo jugador para evaluar su propio

desempeño en un partido, sin embargo, esta autoevaluación que el realiza debe ser lo más objetiva posible, ya que, es una habilidad esencial para mejorar el conocimiento de lo que se está haciendo mal o bien. Sin embargo, muchas veces la evaluación que se hace un jugador es inapropiada, desde el punto de vista psicológico, y esto puede resultar muy perjudicial.

La evaluación incorrecta que hacen muchos de los jugadores constituye un feedback inadecuado que dificulta establecer contingencias apropiadas entre las propias conductas y sus consecuencias. Por esta razón a veces se entorpece las acciones pertinentes para mejorar el rendimiento. Además, puede favorecer un estado de indefensión, caracterizado por una falta de control sobre lo que sucede, que deteriora la autoconfianza y propicia la presencia de respuestas emocionales adversas (culpabilidad, ansiedad, desánimo). (Pacheco, 2004).

Según Basil & Baker (citado por Pacheco, 2004), se han identificado ciertas pautas de los futbolistas en relación al tiempo en que éstos evalúan su propio rendimiento.

- La consideración del rendimiento (las propias conductas) con independencia de sus resultados (los resultados deportivos que dependen, aunque no del todo, de tales conductas).
- La contemplación de las circunstancias precedentes que delimiten un contexto en que se producen las conductas (regreso de una lesión, presión por un gran partido, experiencia del futbolista, presencia de evaluadores externos, representantes de otro equipo en busca de jugadores).
- La consideración de todos los datos objetivos posibles (velocidad del balón, clima, estado del campo de juego, conducta de los rivales, decisiones propias y decisiones de los compañeros).
- La estimación de las expectativas previas realistas ¿Cómo debería rendir hoy?, como criterio para juzgar la bondad del rendimiento logrado ¿Cómo han sido los

datos que tengo sobre mi rendimiento actual con relación a las expectativas previas?

- La valoración de cualquier circunstancia que objetivamente, haya podido influir en el rendimiento registrado (lesiones propias y de los rivales, número de oportunidades reales, decisiones arbitrales).

b) El Entrenador

El principal evaluador de un futbolista sin duda es su entrenador, las decisiones que toma un entrenador sobre el rendimiento de los jugadores de su equipo siempre influyen de alguna manera. El entrenador no solo es un evaluador, sino que, es el que toma la última decisión acerca del desempeño, rendimiento del jugadores, lo califica como bueno o malo, es el quien decide que se debe trabajar para corregir falencias, para mejorar tácticas, técnicas y otros aspectos que considere de relevancia.

El entrenador debe realizar el establecimiento de objetivos, como herramienta básica de motivación de los jugadores, a corto y mediano plazo, en el entrenamiento y en la competición. Además, debe tomar decisiones; este factor, de la misma manera que ocurre con el futbolista, es básico en el entrenador. Todas sus decisiones son de riesgo, desde aquellas que parecen las más irrelevantes hasta las más definitivas.

Los criterios de decisión en el fútbol por parte del entrenador son bastante subjetivos y deslindan la intervención psicológica en muchos casos, aunque esta tendencia ya ha ido cambiando. Por la primera, informa que casi el 96% de los entrenadores de segunda y tercera división en España no trabajan con psicólogos durante toda la temporada, y cerca de 80% de jugadores que se hacen técnicos no trabajaron nunca con un psicólogo. (Buceta, 2000).

La experiencia, la presión dirigencial, la actitud de los jugadores en el entrenamiento y

en la competición son algunos de los criterios subjetivos, pero no por eso inválidos, que utilizan los técnicos a la hora de evaluar a sus pupilos. (Pacheco, 2004). El mismo comportamiento del entrenador puede influir en el rendimiento producto de sus propias conductas. Así como la influencia que emite el entrenador a sus jugadores también lo hace el cuerpo técnico que incluye profesionales importantes como:

- El segundo entrenador
- Preparador físico
- Fisioterapeutas
- Médicos
- El utilero

Es evidente, desde un punto de vista práctico, que todos ellos son a la vez fuentes de información acerca de cuestiones especializadas en este deporte, pero también son susceptibles de emitir algún juicio de valor sobre el rendimiento del jugador, cuya influencia es importante en la decisión del entrenador.

c) Los compañeros

Los compañeros de equipo pueden ser una fuente de numerosas satisfacciones, pero también un origen de conflictos, el perseguir una meta común en la que se puede triunfar o fracasar, suele unir a las personas de forma intensa, pero eso no deja de lado que son los mismos compañeros los que evalúan el rendimiento de sus colegas. Stoichkov (citado por Heredia, 2009).

Uno de los casos es cuando alguno de los miembros del grupo está sufriendo un trato injusto por parte de sus compañeros. Esta situación se puede dar porque el jugador mencionado rompió códigos de disciplina, de comportamiento dentro del grupo o por su rendimiento egoísta y egocéntrico dentro de una competición. También, dado que la presión por los resultados, es con frecuencia, excesiva dentro del fútbol y futsal

profesional, una tendencia humana consiste en encontrar responsables de la derrota en los demás compañeros de equipo.

Muchas veces son los mismos compañeros quienes buscan identificar a un culpable en el caso de perder un partido, esto suele afectar la unidad y armonía de un equipo y a su vez al rendimiento deportivo tanto del equipo como el de un jugador.

d) Los Padres

Constituyen una de las fuentes de mayor influencia en la evaluación del rendimiento, en especial cuando el futbolista es joven. La participación de los hijos en deportes de alta competición crea generalmente ansiedad en los padres. Éstos, por ejemplo, se preocupan mucho en deportes como el fútbol o futsal, de las posibles lesiones debidas al juego. Unos padres presionaran para que sus hijos no jueguen porque opinan que descuidan el estudio y otras cosas importantes. Algunos padres ven en el entrenador una figura autoritaria, lo que puede conducir a enfrentamientos con el entrenador.

Otros sienten celos cuando el entrenador les quita el afecto de sus hijos. Otros incluso sienten resentimiento de que sus hijos tengan oportunidades que se les negaron a ellos (en el caso especial de futbolistas cuyos padres fueron futbolistas también). Muchos padres a veces, sin saberlo, suelen mostrar demandas desproporcionadas, creyendo que así favorecen el progreso y rendimiento de sus hijos, cuando lo que consiguen es una presión intolerable. Richards (citado por Fernández, 2005).

El rol de los padres proporcionando soporte emocional y tangible a los jugadores de élite. Los padres, eran evaluados negativamente por los jugadores y los entrenadores, cuando éstos se llegaban a involucrar demasiado en las competiciones, que también habían sido identificadas previamente como una fuente de estrés en el deporte. (Cabanillas, 2005).

Los descubrimientos relacionados con el consejo específico deportivo de los padres, difiere del trabajo de Hellstedt (1990), quien investigó las interacciones padres - atleta en familias de esquiadores de edades comprendidas entre los 12 y 13 años. Él se dio cuenta de que los padres daban soporte mediante el entrenamiento (enseñando y dando consejo) durante la sesión o después de ella. Similarmente, en un estudio de jugadores adolescentes de fútbol de Inglaterra y Canadá, encontraron que los padres jugaban un rol dando soporte de información específica deportiva a sus hijos/as.

Puede ser, que el consejo de los padres sea bienvenido cuando los chicos los perciben como personas con experiencia y conocimiento que ofrecer (de su anterior experiencia con el deporte), pero los padres pueden ser una fuente de estrés, cuando dan consejos en el área competitiva y tienen poca o ninguna experiencia propia en esos temas. (Cabanillas, 2005).

Estos descubrimientos, también corroboran la investigación del soporte social, que, tiene que ver con los atletas de edad escolar de Rosenfeld, Richman, & Hardy (citado por Cabanillas, 2005). Estos autores, descubrieron que el soporte emocional era dado por los amigos y los padres, mientras que la información técnica era proporcionada por los entrenadores/as y los compañeros de equipo. Además, el soporte que requería destreza técnica, era proporcionado por aquella gente con el conocimiento técnico requerido. Similarmente, se podía argumentar que los padres están en la mejor posición de proporcionar soporte emocional porque ellos tienen el conocimiento más íntimo de la personalidad, comportamiento y humor del deportista.

e) La pareja afectiva

La relación afectiva del novio, novia, esposo y esposa, puede ejercer una gran influencia sobre el futbolista. El otro miembro de la pareja puede ser, además de confidente, la mayor fuente de incentivación o de conflicto en la práctica del deporte.

Por otro lado, la pareja es el miembro de la familia que más ayuda al control del futbolista sobre los juicios negativos que se hace sobre su rendimiento. A veces, entre el otro miembro de la pareja y el entrenador se establece una pugna sorda, el entrenador piensa que el otro miembro de la pareja le quita el tiempo a su pupilo para dedicarse a practicar, mientras la pareja acusa al entrenador de excesivas exigencias de tiempo en el deporte.

Uno de los problemas de fondo que están presentes se refiere a las relaciones sexuales previas a la competición. Durante muchos años ha sido el tema de debate de la prensa mundial. En los años 60 saltaron a la prensa historias como la de cierto nadador norteamericano y buceador australiano de éxito quienes encontraron que el sexo antes de una competición les relajaba y actuaban mejor en la competición.

La costumbre en una competición regular, como la de fútbol o futsal, en concentrarse un hotel, alejados de su pareja, la noche anterior a la competición semanal. La mayoría de los individuos que se hallaban implicados en un acontecimiento de larga duración, como de unos juegos olímpicos, torneos internacionales o campeonatos mundiales, informaron que, generalmente, se abstenían de relaciones íntimas durante esos acontecimientos. (Fernández, 2005).

La razón de esta abstinencia fue que su foco emocional era necesitado para producir una elevada actuación en el día de la competición. Las relaciones sexuales forman una parte casi integral de la relación de pareja, y por lo tanto de la estabilidad de la misma. Cuando el futbolista no se encuentra en total capacidad de controlar los juicios negativos acerca de su rendimiento, la pareja funciona como un colchón de apoyo, el mejor elemento de contraste emocional y de resistencia a las críticas de toda la red social del futbolista.

f) Los Espectadores

El deporte difícilmente puede sobrevivir sin la presencia de sus aficionados, el fútbol y futsal son los deportes que mayor demanda de espectadores tienen, su influencia en los equipos es en su gran mayoría positiva, ya que muchas veces el apoyo que brindan a sus equipos en momentos difíciles es importante, un hincha de corazón como se dice, no deja de alentar a su equipo, aunque pierda, este apunto de descender de categoría o distintas situaciones que atraviere el mismo. No existe nada más gratificante que ver las graderías repletas de seguidores, espectadores, aficionados e hinchas de los equipos. Ya lo dijo el conocido escritor uruguayo fanático de este deporte Eduardo Galeano “Jugar sin hinchada es como bailar sin música”.

Sin embargo, también existe la influencia negativa, la provocan los espectadores que solo apoyan al equipo cuando gana, pero si pierde, se los critica, los insultan e incluso dentro de los mismos partidos, el rendimiento de un jugador puede variar en cada partido, y es eso lo que algunos aficionados no comprenden.

Algunos aspectos positivos que brindan los espectadores son:

Apoyo al equipo en omentos difíciles, para corresponder a los aficionados, los deportistas tratan de dar lo mejor de sí mismos, intentando conseguir buenos resultados. Casi todos los seguidores así lo comprenden y siguen prestando su apoyo y calor cuando el equipo hace todo lo que puede por ganar, aunque no siempre lo consiga.

El deseo de no defraudar a sus reales seguidores motiva a los deportistas a esforzarse al límite de sus fuerzas y habilidades. El jugador se siente respetado, recompensado, admirado y reconocido por su esfuerzo, sabe que vale la pena. La popularidad es una fuente importante de motivación porque el deportista constata que multitud de personas se preocupan por su bienestar, por sus éxitos, por sus familias y por todo lo suyo, como

propio. Esto produce un conjunto de sentimientos extremadamente positivos. Los aficionados son una gran inspiración en momentos de inseguridad y dramatismo. (Pacheco, 2004).

De la misma forma los espectadores a veces generan ciertos aspectos negativos para el deportista los cuales pueden ser:

Las críticas cuando los resultados no acompañan, la menor presencia en las gradas, los insultos desde las gradas por fracasos, son una de las pruebas más penosas para los deportistas, confiesan que esta actitud de los aficionados les afecta, no es exacto y no pueden librarse de su influencia negativa. Su deseo de agradar a los aficionados es tan intenso, que ese deseo, en ocasiones, interfiere con su habilidad y deteriora su rendimiento. (Weinberg & Gould, 2010).

Peor se ponen las cosas cuando los resultados son negativos y los aficionados aplauden aciertos al rival, es su participar y absurda venganza por defraudar sus expectativas de éxito. Otros aspectos que pueden ser negativos, sobre todo en tiempos de competición, es la búsqueda de autógrafos, las llamadas telefónicas y los encuentros provocados por los más audaces para acceder a los deportistas. Lo que sí es cierto es que la presencia de aficionados e el campo de fútbol es lo que posibilita el desarrollo económico del deporte, así como modelos deportivos para la iniciación de jóvenes en la práctica. (Pacheco, 2004).

El público recibe como una de sus más decisivas retroalimentaciones la información de los medios sobre parámetros de resultado de su propia práctica. El control de los modelos de la práctica futbolística y en este caso de la futsalera, multiplicados por los medios de comunicación y publicidad, debe ser una de las fuentes que más afecta al público en la evaluación del rendimiento de los y las jugadoras, que está por demás decirlo, desinformada, volátil, cambiante, no uniforme, pero poderosa en la opinión de aquellos que tienen el poder de decisión en el fútbol.

g) Los medios de comunicación

Es conocida su influencia de la prensa deportiva, positiva o negativa, en el rendimiento de los deportistas y de los equipos.

En campeonatos importantes existen mayor cobertura por parte de los medios de comunicación y los deportistas son perseguidos con mayor insistencia, esto puede generar mayor distracción que en situaciones “normales”. Aunque el contacto con los medios de comunicación no tiene que ser considerado como un factor negativo, pero requiere de una cuidadosa planificación. (Heredia, 2009).

Un aspecto a destacar es la función que asumen los periodistas deportivos en forma de críticos, las críticas pueden contribuir a mejorar o destruir jugadores y equipos. Muchos periodistas son excelentes críticos y aprecian una buena actuación con independencia del resultado, pero, como en todas las profesiones, algunos reporteros tienden a destacar solamente las deficiencias de los deportistas, y eso es un grave error, ya que un crítico debe ser objetivo y en sus juicios debe reflejar no solo lo negativo, sino también lo positivo de cada jugador.

Cabe recalcar que los periodistas deportivos son el puente entre el mundo del deporte y el público, el valor del reconocimiento social de un comportamiento adecuado es un modo formidable de motivar al jugador y al equipo. En cambio, una crítica poco responsable puede iniciar la decadencia de un jugador o generar problemas en el equipo.

Los medios de comunicación pueden ayudar a construir una buena imagen que se puede traducir en buenos resultados. Lo contrario también es cierto, una campaña negativa de prensa acaba interfiriendo en los resultados. Es de sobra conocido el hecho de la ansiedad con la que la mayoría de los futbolistas esperan las calificaciones de los periodistas y medios de comunicación al finalizar cada jornada de una liga, con

frecuencia estas calificaciones están en función del resultado obtenido y no tanto de la actuación y esfuerzo realizado por los jugadores.

Los juicios favorables sobre un jugador o equipo con frecuencia contribuyen a que los jugadores se comporten de forma que traten de cumplir lo que de ellos se espera. Los reporteros suelen ser, por lo general, notarios de la realidad. Si el entrenador o alguien de la entidad deportiva transmiten algún defecto de los jugadores que puedan ser utilizados como grito de guerra por los oponentes, puede generarse un verdadero problema de rendimiento en confrontaciones futuras. Los comentarios hirientes, fruto de resentimiento de algunos informadores que se consideran maltratados por el entrenador o los componentes del equipo, pueden deteriorar gradualmente la motivación y el rendimiento de los equipos enteros o de los jugadores de forma individual. (Weinberg & Gould, 2010).

A veces después de un mal resultado, el entrenador puede hacer algún comentario no atractivo del equipo o de algún jugador que en ese estado de acaloramiento creará dificultades en sus deportistas cuando lo oigan. Una vez que se ha dicho algo inconveniente que en frío nunca se comentaría, ya no se puede retroceder y es posible que lo lamente el resto de su carrera, pero ya es difícil remediarlo o no lo tiene.

Los medios de comunicación tienen responsabilidades por su parte, en cuanto a la vida privada de los deportistas, se supone que solamente debería juzgarse la actuación deportiva, pero, la intimidad de la persona debe ser respetada como la de cualquier ciudadano. A veces, por hacer su trabajo, insisten en recabar información y declaraciones de los jugadores en momentos como la salida de los jugadores del campo, el cambio de un jugador por otro, los descansos, la concentración del hotel previa al partido, y es aquí donde la preparación psicológica para rendir bien puede afectarse de manera perjudicial. Es cierto que los periodistas no pretenden nada de eso, pero con la

mejor voluntad, se puede influir desconcentrando al deportista de lo que tiene que hacer, esto perjudica la actuación del mismo en el momento de competir. (Pacheco, 2004).

Las mediciones del impacto que tienen las evaluaciones negativas sobre los jugadores y el control que estos puedan tener sobre estas evaluaciones no ha sido estudiada de forma científica, pero se sabe que, una evaluación negativa puede ser fácilmente controlada, mientras que una campaña de evaluaciones negativas llega a afectar el rendimiento del equipo y del deportista de manera individual, hasta la pérdida de contratos.

3) MOTIVACIÓN

Uno de los temas centrales de los que se ocupa el psicólogo del deporte es la motivación del deportista. Sin embargo, existe una marcada amplitud en la definición, dado en la variación de los fenómenos y eventos relacionados en su estudio. El concepto de motivación es sumamente amplio; tan amplio, de hecho, que los psicólogos han intentado reducirlo (seleccionando) este o aquel aspecto de los complejos aspectos de la determinación.

La motivación puede ser definida sencillamente como la dirección e intensidad del esfuerzo del individuo. La dirección del esfuerzo se refiere a la forma como un individuo busca, es atraído, o se aproxima de una situación. La intensidad del esfuerzo se refiere a la cantidad de esfuerzo emprendida por el individuo en una determinada situación. (Weinberg & Gould, 2010).

Balaguer (citado por Dos Santos, 2014), la define como “el conjunto de un producto de variables individuales, sociales y ambientales que determinan la elección de una actividad física, la intensidad en la práctica, la persistencia en la tarea y el rendimiento del deportista”

Según Dos Santos (2014), el estudio de la motivación en el deporte intenta dar respuesta a varias cuestiones que empiezan con un “porqué”. Más en concreto esas cuestiones están relacionadas con tres dimensiones del comportamiento de los atletas:

- a) **Dirección:** ¿Por qué ciertos atletas eligen determinados deportes para participar?
- b) **Intensidad:** ¿Por qué ciertos atletas se esfuerzan más o juegan con mayor intensidad que otros?
- c) **Persistencia:** ¿Por qué ciertos atletas continúan la práctica deportiva y otros la abandonan?

En esta perspectiva es fácil entender por qué este constructo es tan importante para los investigadores de la Psicología del Deporte, así como para los practicantes de deporte, que visan el maximizar la participación en actividades físicas y sus beneficios.

En verdad, la motivación es responsable por la selección y preferencia por alguna actividad, por la persistencia en esa actividad, por la intensidad y vigor (esfuerzo) del rendimiento y por el carácter adecuado del rendimiento relativamente a determinados patrones. Como hemos visto la motivación en sí misma, constituye, un concepto que puede abarcar diversos factores, no obstante, es necesario considerar que, alude a un proceso que, si bien es complejo, puede definirse simplemente como la dirección e intensidad del esfuerzo”. (Weinberg & Gould, 2010).

Ryan, propone una distinción teórica entre motivación extrínseca y la motivación intrínseca:

La conducta intrínsecamente motivada se define como aquella conducta que se realiza únicamente por el interés y el placer de realizarla. Se basa en una serie de necesidades psicológicas definidas, incluyendo las causas personales, la efectividad y la curiosidad. Cuando las personas realizan actividades de causa personal, efectividad o curiosidad,

entonces, actúan por motivación intrínseca. La competición generalmente aumenta esta motivación intrínseca.

La conducta extrínsecamente motivada en cambio, refiere a una conducta premiada, la motivación es a cambio de algo, reconocimiento social, remuneración económica y otros factores que se pueden otorgar por cierto logro.

Según Rodríguez (2009), las características de la conducta motivada son:

- Estar dirigida a una meta que el individuo quiere alcanzar, integrando aspectos cognitivos y afectivos.
- Es fuerte y persistente, implicando un gran gasto de energía, aunque la fuerza de los motivos cambia con el tiempo.
- Los motivos están organizados jerárquicamente: desde los motivos de supervivencia a los de crecimiento personal.
- Los motivos pueden ser comprensibles o inexplicables, conscientes o inconscientes. No siempre somos conscientes de la motivación de nuestra conducta.
- Los motivos pueden ser intrínsecos (se realiza por interés y el placer de realizarla) o extrínsecos (conseguir dinero, reputación).
- Una característica del ser humano es su constante insatisfacción, su deseo de cosas nuevas.

Según Cabanillas (2009), la imaginación o visualización positiva son factores de la motivación que permiten:

- Inspiración y visiones positivas.
- Apuntar a objetivos específicos y cotidianos.
- Acelerar el proceso de aprendizaje.
- Preparar para seguir el plan de juego y desarrollar la capacidad.

- Actuar y reaccionar en las formas más positivas.
- Mejorar la ejecución sin fisuras de tus habilidades.
- Aumentar la confianza.

- **Motivación desde la Psicología del Deporte**

La definición que más se utiliza cuando se pretende hablar o analizar la motivación deportiva es la de Sage (citado por Pacheco, 2004), que refiere a la misma como “La dirección e intensidad del esfuerzo”.

- a) **Dirección del esfuerzo.**

Se refiere a si el individuo busca, se aproxima o se siente atraído por ciertas situaciones. Por ejemplo, un estudiante puede estar motivado para ir a jugar con su equipo, un entrenador para asistir a un curso de actualización, un deportista lesionado a conseguir un tratamiento médico adecuado para recuperarse lo antes posible y así seguir practicando el deporte que le gusta.

- b) **Intensidad del esfuerzo**

Se refiere a la cantidad de empeño que una persona emplea en una situación determinada. Por ejemplo, un estudiante puede asistir a una clase de educación física, pero sin invertir mucho esfuerzo en la misma. Por otro lado, un jugador de fútbol puede lanzar un tiro penal tan malo, que, a partir de ese momento, se siente más tenso y como consecuencia de ello, su rendimiento disminuye. O bien a causa de ello su desempeño se acelere por remediar el fallo.

- c) **Relación entre la dirección y la intensidad del esfuerzo**

Aunque para propósitos de estudio conviene separar la dirección de la intensidad del esfuerzo (Weinberg & Gould, 2010), para la mayoría de la gente ambas están

relacionadas entre sí. Por ejemplo, los estudiantes o los deportistas rara vez se pierden una clase o un entrenamiento, siempre llegan temprano y normalmente realizan un gran esfuerzo durante su participación. A la inversa, los que llegan tarde y pierden clases, entrenamientos, cuando asisten, exhiben a menudo un bajo nivel de esfuerzo.

Problemas con las definiciones vagas de motivación:

En la vida cotidiana, la palabra motivación se utiliza de diversas formas, y se plantea aproximadamente de cualquiera de las siguientes formas:

- Como una característica interna de la personalidad, por ejemplo; “una persona muy motivada lo es porque es ambiciosa”.
- Como una influencia externa, por ejemplo; “necesito algo que me motive”.
- Como una consecuencia o una explicación de nuestra conducta, por ejemplo; “simplemente lo deseaba”.

La definición imprecisa del término y su uso en formas muy distintas tiene dos desventajas; En primer lugar, si los entrenadores y psicólogos deportivos les dicen a sus deportistas que necesitan estar motivados sin explicarles que pretenden decir específicamente con este término, éstos tendrán que deducirlo por sí mismos, lo que puede provocar conflictos y malentendidos. Por ejemplo, un preparador físico puede decirles a sus pupilos que deben estar más motivados si quieren alcanzar niveles de forma física deseados, lo que significa que deberán establecerse objetivos y esforzarse mucho para lograrlos.

En segundo lugar, el psicólogo del deporte desarrolla estrategias o técnicas específicas para motivar a las personas que, son independientes de las recompensas extrínsecas, como los trofeos o el dinero, los que pueden tener efectos poderosos y muy positivos en la motivación del deportista, pero, también a veces estas estrategias pueden fallar y

producir realmente efectos negativos sobre la motivación, según la forma en que se utilicen. Soto (citado por Pacheco, 2004).

La psicología del deporte considera la motivación a partir de diversos puntos de referencia específicos, incluyendo la motivación extrínseca e intrínseca, la motivación de logro y la motivación en forma de estrés competitivo. Estos distintos tipos de motivación forman parte de una definición de motivación más general, que se divide en tres orientaciones generales (Weinberg & Gould, 2010):

a) Orientación centrada en el rasgo

También conocida como centrada en el participante, sostiene que la conducta es ante todo una función de características individuales. Es decir, la personalidad, las necesidades y los objetivos de un deportista, son los determinantes principales de su conducta motivada. Por ello, los entrenadores definen a menudo a un deportista como un auténtico ganador, dando a entender que esta persona tiene un carácter que le permite destacar en el deporte, mientras que, de manera similar a otro se le puede describir como un perdedor que no tiene empuje.

Algunas personas poseen atributos propios que parecen predisponerlas al éxito y a niveles de motivación elevados, mientras que otros parecen carecer de motivación, de deseos y de objetivos personales. Sin embargo, la mayoría de los investigadores están de acuerdo en aceptar la influencia parcial de las situaciones en que las personas se encuentran.

Por tanto, pasar por alto las influencias externas de la motivación es poco realista, siendo además una de las razones por las que la psicología deportiva en sus intervenciones, no respalda la perspectiva centrada en el rasgo. (Weinberg & Gould, 2010).

b) Orientación centrada en la situación

Sostiene que el nivel de motivación está determinado principalmente por la situación. Por ejemplo, cualquier joven o señorita practicante de fútbol podría estar auténticamente motivado pateando y jugando con el balón en su casa, pero no así en una situación de deporte competitivo. Puede existir otro caso, en el que, por ejemplo, un jugador juegue con un equipo en el que el entrenador este constantemente gritándole y criticándole, y que, con todo el jugador no se marche ni pierda la motivación en ningún momento. En tal caso, está claro que la situación no es el factor principal que influye en el nivel de motivación. Por este motivo, la psicología del deporte no recomienda ni respalda la perspectiva centrada en la situación. (Weinberg & Gould, 2010).

c) Orientación interaccional

En la actualidad, el punto de vista moderno acerca de la motivación y que es más ampliamente respaldado por la psicología del deporte es la perspectiva interaccional del “participante en situación”. Los interaccionistas afirman que la motivación no deriva únicamente de factores del participante como la personalidad, las necesidades, los intereses o los objetivos, ni solo de los factores situacionales como el éxito de su entrenador o el historial de victorias y derrotas de su equipo, sino que, más bien, la mejor forma de comprender la motivación es examinando el modo en que interactúan esos dos conjuntos de factores. (Weinberg & Gould, 2010).

Entonces la motivación se refiere a la dirección e intensidad del esfuerzo del individuo. La dirección del esfuerzo se refiere a la forma como un individuo busca, es atraído, o se aproxima a una situación, intensidad del esfuerzo emprendida por el individuo. (Weinberg & Gould, 2010). Esta motivación es responsable por la selección y preferencia hacia alguna actividad, por el vigor del rendimiento y por el carácter adecuado. Entonces la motivación alude a un proceso que, si bien es complejo, puede definirse simplemente como la dirección e intensidad del esfuerzo.

4) HABILIDAD MENTAL

La definición de habilidad hace referencia al grado de competencia, destreza, aptitud innata o desarrollada que expresa el sujeto en cuestión. En este caso habilidad mental, o psicológica, hará referencia al uso consciente del deportista de algunas técnicas, métodos o estrategias comúnmente utilizadas para la mejora del rendimiento deportivo.

Algunas de ellas pueden ser: Crear oportunidades de aprendizaje positivo, aprovechar las oportunidades de aprendizaje, desarrollar habilidades físicas, mentales y técnicas que son esenciales para sobresalir en tu campo, planificar, preparar y evaluar de forma eficaz, sigue un camino que saque lo mejor que hay en ti, relájate y se capaz de centrarte en otros ámbitos, además del profesional. (Cabanillas, 2005).

Es importante distinguir los términos habilidades psicológicas y métodos/estrategias psicológicas, puesto que se suelen utilizar indistintamente en el ámbito de la actividad física y deporte. Las técnicas, métodos o estrategias se refieren a la práctica que lleva a adquirir una determinada habilidad psicológica como el establecimiento de objetivos, visualización, relajación progresiva, auto-habla, meditación o hipnosis. Mientras que las habilidades psicológicas son las características que tiene el deportista y que hacen posible que tenga éxito en el deporte, como la motivación intrínseca, autoconfianza, control atencional, control del nivel de activación, control de la ansiedad y autoconocimiento general. Cox (citado por Dos Santos, 2010).

Por lo que en estricto rigor y siendo consecuente con nuestro pensar lo que en nuestra investigación señalaremos como habilidad mental más bien corresponde a la exploración de estrategias psicológicas utilizadas por los deportistas, esto con la intención de corresponder a los factores descritos por el Cuestionario Psicológico De Rendimiento Deportivo (C.P.R.D.).

Por tanto, en la presente investigación describiremos el uso de estrategias o métodos psicológicos para de desarrollo de habilidades mentales a través de: Establecimiento de objetivos, visualización, autodiálogo del deportista, concentración.

a) Establecimiento de objetivos

Es un procedimiento que lleva al sujeto a alcanzar determinados objetivos brindando una dirección a sus acciones. En realidad, dentro del deporte la actividad del deportista puede ser definida como obtención de metas. Por ejemplo, lograr una puntuación o romper un record. El establecimiento de metas ayuda a los deportistas a tomar conciencia de cuáles son las metas tanto del punto de vista parcial como el objetivo final de sus acciones, focaliza la atención y regula sus esfuerzos. (Weinberg & Gould, 2010).

Investigaciones realizadas sobre los deportistas que emplean el establecimiento de metas señalan que:

- Sufren de menos estrés y ansiedad.
- Su concentración es mayor.
- Muestran, una mayor auto confianza.
- Rinden mejor.
- Son felices con sus ejecuciones.

Una de las habilidades mentales y psicológicas más importantes que un atleta puede desarrollar es la habilidad para establecer objetivo efectivos de actuación. Las investigaciones han demostrado consistentemente, que las metas positivas mejoran la actuación. De hecho, la efectividad de las metas para el mejoramiento de la actuación es uno de los descubrimientos más consistentes en la literatura psicológica. Entrenadores y atletas reconocen el valor potencial para realzar la actuación por muchos años. Ucha (citado por Dos Santos, 2014).

Desafortunadamente, muchos de estos entrenadores y atletas no han entendido realmente como las metas influyen en las actuaciones y esta falta de entendimiento, les ha hecho que ellos seleccionen metas que no sean siempre las más efectivas para un mejoramiento a largo plazo. En algunos casos, estas metas pueden realmente, haber mantenido al atleta jugando al máximo de sus capacidades.

Según Dos Santos (2014); Las metas u objetivos pueden tener varias funciones:

- Centran la atención y la acción estando más atentos a la tarea
- Movilizan la energía y el esfuerzo.
- Aumentan la persistencia.
- Ayuda a la elaboración de estrategias.

Para que la fijación de metas realmente sea útil deben ser: específicas, difíciles y desafiantes, pero posibles de lograr. Además, existe un elemento importante, el feedback, la persona necesita feedback para poder potenciar al máximo los logros.

En síntesis, el procedimiento de establecimiento de metas y objetivos da lugar a un programa racional, dirigido a alcanzar los más elevados rendimientos y esclarecer cual es la línea de acción del deportista.

b) Visualización

El concepto de visualización hace referencia al “uso de todos los sentidos para recrear o crear una experiencia en la mente”. Vealey Y Greenleaf (citado por Dos Santos, 2014).

La mente no solo evoca imágenes visuales apropiadas, sino que puede, así mismo, evocar sensaciones auditivas, olfativas y táctiles, además de la mera ideación o imaginación. Precisamente a esa imaginación se le llama visualización. Es decir, es el uso de la imaginación de manera dirigida a obtener determinados estados de conciencia

de la cual hará uso el deportista para la proyección o corrección óptima de la ejecución o actuar deportivo.

Los resultados positivos sobre variables psicológicas del rendimiento a través del trabajo de visualización son numerosos, mejora de la concentración, de la activación, ansiedad, motivación, eficiencia del establecimiento de metas, y autoconfianza, son algunos ejemplos.

Respecto a la habilidad sobre el uso de la imaginación en el deporte cabe señalar que “La habilidad del deportista en crear una imagen mental de sí mismo, realizando un rendimiento cumbre, es el medio más eficaz que se usa en el arsenal de entrenamiento psicológico.” Ucha (citado por Dos Santos, 2014).

Los mejores deportistas del mundo han desarrollado extremadamente bien sus habilidades de visualización. Utilizan a diario la visualización como preparación para obtener lo que quieren de los entrenamientos, para perfeccionar sus habilidades dentro de las sesiones de entrenamiento, para realizar correcciones técnicas, para superar obstáculos, para imaginarse a si mismos triunfando en la competición y para fortalecer la creencia en su capacidad de alcanzar sus objetivos definitivos. (Orlick, 2004)

c) Autodiálogo del deportista

"Tanto si piensas que puedes, como si piensas que no puedes, estás en lo cierto."

— Henry Ford

De alguna manera, siempre que una persona piensa sobre algo está hablando consigo mismo. Este autodiálogo puede adoptar varias formas, siendo clasificada como positiva si ésta potencia la autoestima, la motivación, el foco atencional y el rendimiento. Por el contrario, se clasifica de negativa si esta es auto-degradante, dificulta el logro de objetivos, y es inductora de ansiedad. (Weinberg & Gould, 2010).

Sentimos según pensamos, por consiguiente, debemos cambiar nuestra forma de pensar si deseamos cambiar nuestra forma de sentir. Harris & Harris (citado por Dos Santos, 2014). Nuestras creencias y esperanzas respecto a resultados tienen mucho que ver con el que verdaderamente se ha alcanzado. De hecho, las profecías autorrealizadas son numerosas en las actuaciones deportivas, está demostrado que las creencias acerca de los límites de nuestra actuación cambian y también ocurre lo propio con los límites de nuestra actuación, por cuyo motivo el nivel de rendimiento personal en cualquier empresa es sobre todo cuestión de estar convencidos de nuestras propias capacidades.

Más que críticos, los pensamientos han de ser instructivos y motivacionales los cuales pueden ser apoyados por imágenes o frases preestablecidas. La corrección de la técnica, el ánimo y las señales convenidas para ejecutar la destreza de manera más satisfactoria deberían constituir el centro de atención del habla con uno mismo. A veces resulta difícil llevar acabo esto, pero el resultado es una experiencia más fructífera.

El Autodiálogo es conveniente para la fase formativa del deporte, de aprendizaje de habilidades técnicas o en la fase de corrección de dichas habilidades, a su vez, no es requerido cuando las habilidades ya son aprendidas o durante competencias, ya que, se espera que las acciones ocurran en forma automática, sin necesidad de ser recordados en forma verbal por un instructor o el individuo mismo. (Rotella, 2005).

El Autodiálogo puede facilitar el control atencional a deportistas. Este aspecto es relevante por la gran cantidad de distractores existentes tanto a nivel interno como externo para el deportista. Cuando un atleta desarrolla conciencia de sus pensamientos, ellos mismos descubren que sus autodiálogos varían desde palabras cortas a frases y monólogos largos y complejos. Su contenido general va desde la mejora personal a palabras perjudiciales para sí mismo. La clave es conocer 2 cosas: cuando hablarse y cómo hablarse a sí mismo. (Dos Santos, 2014).

Con un lenguaje más desarrollado, vasto y preciso los individuos están mejor preparados para utilizar autodiálogos como una herramienta dentro de su repertorio deportivo. Cada palabra utilizada en el repertorio del deportista tiene ciertas propiedades que afectan y a su vez tienen un significado para el deportista, lo cual está asociado a la calidad y cantidad de sus movimientos.

d) Concentración

Muchos deportistas se equivocan al pensar que solo es importante concentrarse durante las competiciones reales. Sin embargo, el viejo proverbio “La experiencia conduce a la perfección”, se aplica oportunamente a las destrezas de concentración. Al igual que otras destrezas psicológicas, la concentración se desarrolla mediante la dedicación en la práctica. Incluso en las competiciones que duran horas o días, una pérdida breve de concentración puede echar a perder toda la ejecución y afectar al resultado. Así pues, es fundamental concentrarse a lo largo de toda la competición, a pesar de distracciones potenciales como el ruido de la multitud, las condiciones del clima o cualquier pensamiento fuera de lugar.

Una definición útil de concentración contiene dos partes: Atención en las señales pertinentes del entorno y mantenimiento de ese foco atencional. Los psicólogos del deporte han demostrado que, si éste apropiado, conduce a un buen rendimiento.

Atención en las señales pertinentes; Parte de la definición se refiere a eliminar señales que no vienen al caso. Por ejemplo, una jugadora de futsal que va a lanzar un tiro penal en un partido y que su equipo está perdiendo por un gol ¿Qué señales del entorno de la jugadora son pertinentes y cuáles no?, una de las primeras sería asegurar que se cumple con toda la rutina previa de lanzamiento; respirar profundamente, botar la pelota dos veces, mirar el arco, mirar a la arquera y centrar la atención en el balón. Entre las señales ajenas a la acción se podría incluir a los jugadores dispuestos a ir al rebote o el ruido y

los movimientos de los seguidores. La capacidad atencional de centrarse en la rutina previa al lanzamiento y en el arco, junto a la eliminación de todos los ruidos y movimientos externos, son decisivas para la ejecución satisfactoria del lanzamiento. (Pacheco, 2004).

Bandura (citado por Pacheco, 2004), formuló un modelo conceptual claro u útil de autoeficacia que refundó los conceptos de “confianza y expectativa”. La autoeficacia, percepción que una persona de su propia capacidad para realizar satisfactoriamente una tarea, es en realidad una forma de autoconfianza específica de la situación. En otras palabras, es el juicio que la persona hace acerca de lo que puede hacer con sus capacidades en un contexto dado. La teoría de Bandura de la autoeficacia ha sido la más ampliamente utilizada para la investigación de la autoconfianza en los contextos del deporte. La teoría considera a la autoeficacia como un mecanismo cognitivo habitual que media entre la motivación y la conducta.

Entonces la habilidad mental se refiere al uso consciente y racional del deportista del establecimiento de metas o su equivalente, la construcción de objetivos específicos en su deporte, la visualización a través del uso de la imaginación o ensayo mental de la actividad deportiva a realizarse o realizada, la práctica de un autodiálogo positivo como estrategia impulsora de una óptima disposición físico mental a través del uso de lenguaje y pensamientos de manera explícita o introspectiva y la concentración que debe tener al momento de una competición para un óptimo rendimiento.

5) COHESIÓN DE EQUIPO

Es la disposición o actitud del deportista de integrarse o integrar a los miembros del equipo como un solo conjunto orientado hacia un sentido de pertenencia o unidad, ya sea por una razón meramente afectiva y social, o como una orientación hacia la tarea u objetivo competitivo de la disciplina.

El fútbol es un deporte eminentemente de equipo, esto que puede escucharse como una obviedad desbordante, es uno de los mayores desafíos para los entrenadores, es decir, el cómo conseguir que un grupo de jugadores logren trabajar interdependientemente en búsqueda de un objetivo compartido, expresando una filosofía de juego que lo caracterice como propio, con la intención de que con el transcurso del tiempo este equipo sea el mejor de todos.

Para alcanzar esto último se hace imprescindible la continuidad y compromiso de los jugadores a lo largo del tiempo, hecho que significa todo un reto debido a las diferencias de intereses, percepciones, y personalidades que coexisten en las interacciones de todo grupo social. Ahora bien, es a este proceso de permanecer unidos a lo largo del tiempo a pesar de las dificultades que implica toda interacción humana, al que entendemos por cohesión.

La cohesión es “un proceso dinámico que se refleja en la tendencia de un grupo a no separarse y permanecer unido con la finalidad de conseguir sus objetivos instrumentales y para la satisfacción de las necesidades afectivas de sus miembros”, destacándose ya las dos categorías generales; los aspectos sociales y los aspectos de tarea de grupo. Carron, Brawley & Widmeyer (citado por Dos Santos, 2014).

La definición implica la existencia de dos fuerzas distintas que actúan sobre los miembros del grupo: primero, la atractividad del grupo, que alude al deseo individual de interacciones interpersonales; y la segunda, el control de recursos, que se refiere a las ventajas que cada miembro puede obtener de su integración al grupo. Tales fuerzas se expresan en dos dimensiones básicas que contemplan los métodos de evaluación. La cohesión de tarea, la cual refleja el grado en que los miembros del grupo trabajan juntos para alcanzar los objetivos del grupo; y la cohesión social, la cual refleja el grado en que los miembros del grupo se caen bien y disfrutan del compañerismo. (Dos Santos, 2014).

De esta manera, la estabilidad, referida al grado de rotación y movilidad de los miembros del grupo, así como a la cantidad de tiempo que han estado juntos, expresaría mayor grado en relación con la cohesión, dando menores probabilidades de abandono. Pudiendo a la vez estar sustentada esta cohesión tanto por elementos emocionales o afectivos con el grupo, como por razones instrumentales o pragmáticas de éste.

La importancia de esta no solo radica en la disminución de rotación de jugadores a lo largo de una temporada, sino que esta repercutiría significativamente en su rendimiento deportivo.

- a) **Dirección de causalidad:** Esta dirección parte desde dos perspectivas; Cohesión para el rendimiento (la cohesión mide el rendimiento precedente) y Rendimiento para la cohesión (El rendimiento mide la cohesión precedente).

Para evaluar directamente la relación entre rendimiento y cohesión, Carron & Ball (citado por Pacheco, 2004), emplearon un diseño de series temporales cruzadas, que incorpora a la medida factores temporales. Mediante la utilización de este diseño, verificaron la cohesión de 12 equipos Universitarios de hockey sobre hielo al principio, a la mitad y al final de la temporada de ese año.

También se estimaron el rendimiento del equipo en función del porcentaje de victorias y derrotas a mediados y finales del campeonato. Encontraron que ninguna de las correlaciones era significativa en cuanto a las predicciones de la cohesión sobre el rendimiento posterior, pero si se observaban correspondencias importantes entre el rendimiento temprano y la cohesión futura. Es decir, la relación entre el rendimiento a principios de temporada y la cohesión a finales de la misma es más fuerte que la inversa. En un estudio similar en equipos de hockey sobre hielo femenino, se encontraron las mismas conclusiones.

Según Weinberg (2010); los hallazgos acerca de la cohesión y el rendimiento pueden resumirse en las siguientes premisas:

- En general se observan relaciones positivas entre cohesión y rendimiento para tareas interactivas.
- En las tareas de acción paralela, en general no se observan relaciones o éstas son negativas, entre la cohesión y el rendimiento.
- En general, se observan relaciones positivas entre la cohesión de tarea y el rendimiento, más que entre la cohesión social y el rendimiento.
- El rendimiento parece tener un efecto más fuerte sobre la cohesión, que la cohesión sobre el rendimiento.
- Por lo visto, la relación entre la cohesión y rendimiento es circular, de modo que el éxito en la ejecución provoca un aumento en la cohesión, la cual, a su vez, da lugar a un incremento en el rendimiento.

2.6. RENDIMIENTO DEPORTIVO

La aceptación del término “Rendimiento Deportivo” deriva de la palabra *performer*, adoptada del inglés en 1893, que significa cumplir, que en francés antiguo significaba cumplimiento. Entonces se puede definir al rendimiento deportivo como una acción motriz, cuyas reglas son fijadas por una institución deportiva, además permite que el sujeto pueda expresar sus potencialidades físicas y mentales. (Heredia, 2009).

Por lo tanto, podemos hablar de rendimiento deportivo, cualquiera que sea el nivel de realización, desde el momento en que la acción optimiza la relación entre las capacidades físicas y el ejercicio deportivo a realizar. (Buceta, 2000)

El concepto de Rendimiento puede ser interpretado desde distintas vertientes teóricas dentro de las ciencias Sociales. Por ejemplo, desde la concepción de la antropología, el rendimiento del ser humano se asienta en su capacidad de flexibilidad y adaptación del

medioambiente, dando lugar a cierta emancipación y estilos de vida que desemboquen en una autoafirmación.

Desde lo cultural y la filosofía, el rendimiento tiene que ver con aquellas conductas socialmente deseables y culturalmente reforzadas, con una valoración netamente cualitativa, según una escala de valores anteriores. (Pacheco, 2004).

En términos más psicológicos, el rendimiento puede ser leído como una modificación del comportamiento relativamente duradera, producto de un aprendizaje anterior, en el que influyen variables de enseñanza, medios de aprendizaje y refuerzos, junto a los factores del individuo como la atención, memoria, talento y creatividad.

Para Roffe (citado por pacheco, 2004); La psicología del deporte aplicada al fútbol, debe ayudar a proponer una mejor y más íntegra definición de rendimiento, pero esta vez orientada a la práctica del deporte competitivo. Por eso rescata el aporte de Bauer (1998) que señala dentro de la psicología del deporte, el rendimiento es “El proceso de una acción o bien el resultado de acciones entendidas como la superación más eficaz o lo mejor posible a una tarea”.

Una adecuada atmósfera mental, combinada con un entrenamiento satisfactorio, da lugar a un Estado ideal de Rendimiento, el cual es adecuado rendimiento deportivo y los factores que afectan a nivel colectivo e individual, para dar cumplimiento a los objetivos técnicos y tácticos en entrenamientos y competencia. Frecuentemente se entiende que el éxito es igual a un excelente desempeño deportivo, pero afortunadamente se ha cambiado esta mentalidad a pesar de los medios masivos de comunicación que no entienden que un buen jugador ha trabajado excelentemente, no obstante que su equipo perdió.

Los factores que incrementan el rendimiento en el fútbol o futsal son dependientes de las acciones y la relación que existe de los diferentes jugadores del equipo. Existen factores

internos e individuales como el estado físico, la técnica, la fuerza, la elasticidad, resistencia. Así como las colectivas o externas, como estrategias, condiciones de la cancha, ser local o visitante, el clima, el árbitro, el marcador, público, publicidad. Sin embargo, los factores más importantes son los que se encuentran dentro del jugador, sus características psicológicas.

Entonces cuando se habla de alto rendimiento, son éstos los factores a tener en cuenta para que el deportista tenga la posibilidad de llegar a su máxima capacidad, colectivos o individuales.

Por último, en la actualidad, el enfoque bioenergético del rendimiento deportivo es aquel que más está siendo estudiado, debido a su particular énfasis en aspectos como la cantidad de energía necesaria para la realización de una prueba deportiva y el tipo de transformación puesto en juego en función de la duración, intensidad y forma del ejercicio.

De igual forma se hace énfasis en los procesos químicos de interacción entre la masa muscular, el sistema cardiovascular, junto con factores de entorno físico del deportista, como temperatura o altitud, aunque evidentemente deja de lado aspectos fundamentales como la preparación psicológica. Este enfoque intenta ser un aporte más a la teoría del rendimiento deportivo, más que una perspectiva linealmente explicativa. (Warren, 2001).

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1. TIPO, DISEÑO Y AMBIENTE DE INVESTIGACIÓN

3.1.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación es de tipo Correlacional, ya que se busca determinar la relación que existe entre las características psicológicas y rendimiento deportivo de las jugadoras, esta relación entre variables se expresa como X-----Y.

Los estudios de tipo Correlacional tienen como finalidad conocer el grado de relación que existen entre dos o más variables, para ello se primero se mide cada variable, se cuantifican y luego se establecen vinculaciones entre ellas. Las variables a correlacionar deben provenir de los mismos casos o participantes.

El propósito principal de este tipo de investigación es saber cómo se comporta una variable conociendo el comportamiento de la otra. Si dos variables están correlacionadas sucede que si una cambia también lo hace la otra, la correlación puede ser positiva o negativa. (Hernández, Fernández & Baptista, 2014).

3.1.2. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

Diseño de investigación No Experimental, porque se evaluarán las variables sin manipularlas deliberadamente. Transversal ya que se efectuará en un momento determinado. La investigación no experimental es aquella donde no se manipulan las variables. En esta investigación lo que se hace es observar las variables tal y como ocurren en su contexto y así después poder analizarlas.

Además, no se pueden asignar condiciones a los sujetos de estudio, no se les construye ningún tipo de situación se observan situaciones que ya existen y no provocadas por el investigador. En la investigación no experimental las variables independientes ya han

ocurrido, no pueden ser manipuladas, por lo tanto, el investigador no tiene control directo sobre las mismas y no puede influir en ellas porque ya han sucedido al igual que sus efectos.

La investigación transversal recolecta datos en un tiempo único, describe variables y analiza su relación en un momento dado, es como tomar una fotografía de algo que sucede. (Hernández, Fernández & Baptista, 2014).

Para el presente estudio se usó el índice de correlación de Pearson. El coeficiente de correlación de Pearson es una prueba estadística para analizar la relación entre dos variables medidas en un nivel por intervalos o por razón. Su símbolo es una “r”.

Las variables involucradas son dos (V1 y V2), la prueba en sí no considera a una como dependiente o a otra como independiente, ya que, no se trata de una prueba que evalúa la causalidad.

La noción causa – efecto (independiente - dependiente), se puede establecer teóricamente, pero la prueba no considera dicha causalidad. (Hernández, Fernández & Baptista, 2014). Este coeficiente se calcula a partir de las puntuaciones obtenidas en una muestra en dos variables, se relacionan las puntuaciones obtenidas de una variable con las puntuaciones obtenidas de otra variable, en los mismos sujetos.

3.1.3. AMBIENTE DE INVESTIGACIÓN

El ambiente de investigación fue en el Polideportivo Héroes de octubre y en el Campo Deportivo Heriberto Gutierrez (más conocido como la multifuncional de El Alto), ya que estas dos canchas son donde se realizan los partidos de la asociación de la ciudad de El Alto.

3.2. VARIABLES

- Características Psicológicas
- Rendimiento Deportivo

3.2.1. Definición de Variables

V1. Características Psicológicas

Son aquellas cualidades psicológicas que se presentan en los individuos, que le permiten distinguirse y sobresalir en alguna materia en especial, en este caso el deporte. (Warren, 2001).

V2. Rendimiento deportivo

Acción motriz cuyas reglas son fijadas según la disciplina deportiva, que permite al sujeto expresar sus potencialidades físicas y mentales en su máximo aprovechamiento, para poder realizar una tarea lo mejor posible. (Heredia, 2009).

3.3. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES:

TIPO DE VARIABLE	VARIABLE	CATEGORÍA	INDICADORES	INSTRUMENTOS
V1	<p>Características Psicológicas:</p> <p>Son aquellas cualidades psicológicas que se presentan en los individuos, que le permiten distinguirse y sobresalir en alguna materia en especial, en este caso el deporte. (Warren, 2001).</p>	<p>1. Control del Estrés</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Concentración del deportista. - Confianza del deportista. - Tensión del deportista. - Situaciones estresantes el día anterior a una competición. - Situaciones estresantes previas a la competición. - Situaciones estresantes durante la competición. 	<p>Cuestionario de Características Psicológicas De Rendimiento Deportivo (C.P.R.D)</p>
		<p>2. Influencia de la Evaluación del Rendimiento</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Características de la respuesta del deportista (perder la concentración, ansiedad, dudas de hacerlo bien, sentirse motivado). - Las personas que emiten o pueden emitir juicios sobre la ejecución del deportista. - Las situaciones en las que el propio deportista u otras personas emiten o pueden emitir juicios acerca del rendimiento deportivo del mismo. - Las situaciones en las que la actuación del deportista es negativa. 	

		3. Habilidad Mental	<ul style="list-style-type: none"> - Establecimiento de objetivos. - Análisis objetivo del rendimiento. - Ensayo conductual en imaginación. - Autorregulación cognitiva. 	
		4. Cohesión de Equipo	<ul style="list-style-type: none"> - Relación interpersonal con los miembros del equipo. - El nivel de satisfacción trabajando con los otros miembros del equipo. - La actitud más o menos individualista en relación con el grupo. - La importancia que se le concede al “Espíritu del equipo”. - 	
		5. Motivación	<ul style="list-style-type: none"> - Interés de los deportistas por entrenar y superarse día a día. - El establecimiento y consecución de objetivos y metas. - La importancia del deporte en relación a otras facetas y actividades del futbolista. - La relación coste/ beneficio que para el futbolista tiene su actividad deportiva. 	

V2	<p>Rendimiento Deportivo:</p> <p>Acción motriz cuyas reglas son fijadas según la disciplina deportiva, que permite al sujeto expresar sus potencialidades físicas y mentales en su máximo aprovechamiento, para poder realizar una tarea lo mejor posible. (Heredia, 2009).</p>	1. Arquera	<ul style="list-style-type: none"> - Agarrar el balón. - Atajar un penal. - Atajar un tiro libre. - Rechazar el balón. - Desviar al saque de esquina. - Desviar al saque de banda. - Interceptar. - Hacerse meter gol. - Falta sin tarjeta - Amonestación, tarjeta amarilla. - Expulsión tarjeta roja. 	Planilla de registro del Rendimiento Deportivo.
		2. Jugadoras de Campo	<ul style="list-style-type: none"> - Tiros a la portería. - Centros. - Recepción del balón. - Recuperación del balón. - Pases cortos. - Pases largos. - Balones perdidos. - Falta sin tarjeta - Amonestación, tarjeta amarilla. - Expulsión tarjeta roja. 	

3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA

Para la presente investigación, la población está delimitada por todas las jugadoras del Club deportivo Dikaxi de la Ciudad de El Alto.

El equipo consta de 12 jugadoras y oscilan entre los 19 y 30 años de edad, todas son de sexo femenino y son jugadoras estables del equipo, es decir por lo menos pertenecen al equipo 6 meses.

Para este estudio se eligió la muestra, los sujetos de investigación fueron seleccionados por conveniencia, esto se debe a que es un equipo deportivo y el grupo ya estaba conformado. Estos grupos son intactos, la razón por la que surgen y la manera en que se forman son independientes (Hernández, Fernández & Baptista, 2014).

Muestra de tipo No Probabilística o dirigida. En este tipo de muestra la selección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de las causas relacionadas con las características y criterio del que hace la investigación, en este tipo de muestra es importante mencionar que los resultados son solamente para el grupo de investigación, es decir, que dichos resultados no pueden generalizarse para otros equipos de fútbol de salón.

El procedimiento no es mecánico y tampoco en base a fórmulas de probabilidad, sino que depende del proceso de toma de decisiones de una persona o de un grupo de personas, y es por esto que se trata de una muestra por conveniencia. Estas muestras son útiles y válidas cuando los objetivos del estudio así lo requieren (Hernández, Fernández & Baptista, 2014).

3.5. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación se desarrolló basándose en la aplicación de dos instrumentos que son:

3.5.1. CUESTIONARIO DE CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS DE RENDIMIENTO DEPORTIVO (C.P.R.D)

Gimeno, F., Buceta, J. & Pérez, M. (2001) explica que: Este cuestionario está basado en el Psychological Skills Inventory for Sports (PSIS) de Mahoney (Mahoney, Gabriel & Perkins, 1987; Mahoney, 1989). El cuestionario PSIS está compuesto por seis escalas: ansiedad (control de la ansiedad), autoconfianza, concentración, motivación, preparación mental y cohesión de equipo, por medio de las cuales se aporta información específica sobre las necesidades y recursos de los deportistas de competición. Este instrumento fue traducido y adaptado al castellano, y posteriormente completado con 26 nuevos ítems que cubrían cuestiones relevantes que no habían sido contempladas en la versión original.

Esta versión preliminar de 71 ítems conserva el formato de respuesta tipo Likert de 5 puntos del cuestionario PSIS, con una modificación, consistente en la inclusión de una opción de respuesta adicional para aquellos casos en los que el deportista «no entiende el ítem». Con esta modificación, se pretendía evitar que, ante esta circunstancia, los sujetos respondiesen «en blanco» o en la posición central.

El proceso seguido para la elaboración del cuestionario CPRD y la consistencia interna de conjunto total de ítems (coeficiente alfa de Cronbach = 0,85) permiten considerar este instrumento útil, interactuando con la información procedente de otros procedimientos de evaluación, para ayudar al psicólogo deportivo en la detección de necesidades y recursos, el planteamiento de hipótesis explicativas, la realización de análisis

funcionales, la toma de decisión sobre los objetivos de la intervención y la observación del progreso de los deportistas.

El cuestionario C.P.R.D. está definida por cinco escalas que aglutinan un total de 55 ítems: control del estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, motivación, habilidad mental y cohesión de equipo.

- 1. Control de Estrés.-** El contenido de este factor abarca dos categorías de ítems:
 - a) Las características de la respuesta del deportista (concentración, confianza, tensión) en relación con las demandas del entrenamiento y de competición.
 - b) Las situaciones potencialmente estresantes que pueden provocar estrés y en cuya presencia es necesario el control (el día anterior a una a una competición, los momentos previos a la misma y durante la competición, cometer un error, un mal entrenamiento, una lesión). Una puntuación alta en esta escala parece indicar que el deportista dispone de recursos psicológicos para controlar el estrés relacionado con su participación en competiciones deportivas.

Una puntuación alta indica que el deportista dispone de recursos psicológicos para controlar el estrés relacionado con su participación en competiciones deportivas.

- 2. Influencia de la evaluación del rendimiento.-** El contenido de este factor, abarca dos categorías de ítems:
 - a) Las características de la respuesta del deportista (perder la concentración, ansiedad, dudas de hacerlo bien, sentirse motivado) ante situaciones en las que éste evalúa su propio rendimiento o se plantea que lo están evaluando personas significativas a él.
 - b) Los antecedentes que pueden originar o llevan implícita una valoración del rendimiento deportivo del deportista:

Las personas que emiten o pueden emitir juicios sobre la ejecución del deportista (entrenador, compañeros del equipo, espectadores, adversarios).

Las situaciones en las que el propio deportista u otras personas emiten o pueden emitir juicios acerca del rendimiento deportivo del primero (al participar en una competición, al destacar más la labor de otros miembros del equipo, al recibir críticas o reconocimiento, al escuchar y observar las instrucciones, comentarios y gestos del entrenador).

Las situaciones en las que la actuación del deportista es negativa (mala ejecución o error, decisiones en contra de árbitros o jueces, comentarios o actuaciones poco deportivas de los adversarios, éxitos o fracasos en competiciones anteriores). El contenido de esta escala también parece relacionado con el estrés, pero a diferencia de la escala anterior, constituye un factor muy específico relacionado con la evaluación y la ansiedad social, y la evaluación inapropiada que el deportista realiza de su propio rendimiento. Los deportistas que obtuvieran una alta puntuación en los ítems que saturan en este factor, mostrarían una percepción de alto control del impacto de una evaluación negativa sobre su rendimiento procedente de ellos mismos o de otras personas.

El contenido de esta escala parece relacionarse con el estrés, pero a diferencia de la escala anterior, constituye un factor muy específico relacionado con la evaluación y la ansiedad social, la evaluación inapropiada que el futbolista realiza de su propio rendimiento. Los futbolistas que obtienen una alta puntuación en este factor, demostrarán una percepción de alto control del impacto de una evaluación negativa sobre su rendimiento procedente de ellos mismos o de otras personas.

3. Motivación.- Este factor abarca los siguientes contenidos:

- a) La motivación-interés de los deportistas por entrenar y superarse día a día
- b) el establecimiento y consecución de metas u objetivos

- c) La importancia del deporte en relación con otras actividades y facetas de la vida del deportista
- d) La relación coste/beneficio que para el deportista tiene su actividad deportiva.

Una puntuación alta indica un estado motivacional apropiado en los anteriores contenidos.

4. Habilidad mental.- Este factor incluye habilidades psicológicas que pueden favorecer el rendimiento deportivo:

- a) Establecimiento de objetivos
- b) Análisis objetivo del rendimiento
- c) Ensayo conductual en imaginación
- d) Funcionamiento y autorregulación cognitivos

Una puntuación alta indica que el futbolista dispone de estos recursos y es efectivo.

5. Cohesión de equipo.- Este factor se refiere a la integración del deportista en su equipo o grupo deportivo, abarcando los siguientes contenidos:

- a) Relación interpersonal con los miembros del equipo
- b) El nivel de satisfacción trabajando con los otros miembros del equipo
- c) La actitud más o menos individualista en relación con el grupo
- d) La importancia que se le concede al “espíritu de equipo”.

Una vez obtenidos los resultados se procede a utilizar los baremos de dicho instrumento para convertirlos en centiles, una puntuación alta indica una buena predisposición del deportista a trabajar en equipo. Las puntuaciones en cada escala ofrecen una información global sobre la situación en la que se encuentra el futbolista en esa categoría concreta. El análisis conjunto de las puntuaciones globales de las cinco escalas puede servir para plantear hipótesis sobre la variable o la interacción de las variables. El diseño CPRD

permite usarlo como herramienta en el contexto de la investigación porque está pensado para la práctica cotidiana futbolistas que pretenden solucionar problemas u optimizar su rendimiento. Este instrumento fue aplicado anteriormente en la ciudad de La Paz, a un equipo de fútbol profesional para una investigación en el ámbito deportivo.

.5.2. PLANILLA DE REGISTRO DEL RENDIMIENTO DEPORTIVO

Esta planilla registra conductas motoras que se deben realizar en el fútbol de Salón.

En el caso del Arquero existen once indicadores entre conductas de Tipo A, B y C; las conductas de Tipo A son en las que el arquero evita el gol agarrando la pelota, las conductas de Tipo B son en las que el arquero evita el gol, pero con rebote (no agarra la pelota) y las conductas de Tipo C son en la que el arquero permite el gol (el equipo contrario anota un gol), o en las que el arquero es amonestado.

En el caso de los jugadores de campo, de la misma forma existen once indicadores entre conductas de Tipo A, B y C; las conductas de Tipo A son en las que los jugadores anotan goles, las conductas de Tipo B son en las que los jugadores mantienen el dominio del balón y las conductas de Tipo C implican amonestaciones, pérdida del balón. La forma y registro de observación de dichas conductas se realizó en el campo deportivo, fue llenada en cada partido del equipo. El registro se realizó durante toda la primera fase del campeonato con un total de 11 partidos.

El análisis de los resultados lo que se hace es elegir la mayor cantidad de conductas motoras tipo A, B y C, tomando en cuenta ello se clasifica dichas conductas para ver si el rendimiento se encuentra en un nivel bajo, medio, alto o muy alto respecto al equipo.

En el caso de las conductas Tipo A y B, si el resultado es alto entonces el nivel de rendimiento deportivo es alto o muy alto; pero si el resultado es menor el nivel de desempeño deportivo es bajo o medio.

Por el contrario, en el caso de conductas Tipo C, mientras más bajo es el resultado, menor es la incidencia de éstas en el rendimiento y menor es el perjuicio para el equipo; mientras más alto el resultado mayor es la incidencia de estas conductas en el rendimiento y mayor es el perjuicio para el equipo. Tales registros permiten verificar cuantitativamente el desempeño deportivo de las jugadoras del equipo. Este instrumento fue aplicado en una población similar a la con la que se está trabajando, en la misma ciudad, con un equipo masculino, de la misma forma su versión para un equipo de fútbol.

.6. PROCEDIMIENTO

El estudio se llevó a cabo en cinco fases: La primera fase fue la recogida de información, todo lo referente a cerca del futsal, equipos femeninos, campeonatos, psicología del deporte, características psicológicas y los instrumentos que se podrían utilizar en un ámbito como éste.

La segunda fase fue la recogida de información y datos de las jugadoras, o sea, aplicación del cuestionario “Características psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo” (CPRD) a la muestra asignada, demoro dos semanas debido a que la población fueron 12 jugadoras y entrenan dos veces por semana.

La tercera fase fue la revisión y corrección de los datos obtenidos en los cuestionarios aplicados.

La cuarta fase fue la aplicación y llenado del registro del Rendimiento Deportivo. Esta fase fue la más larga ya que, abarcó desde el inicio del campeonato en el que participan las jugadoras hasta la finalización de la primera fase. Se utilizaron métodos estadísticos para determinar el grado de correlación y obtener resultados individuales y del equipo.

La quinta fase consistió en la correlación de las Características Psicológicas y el Rendimiento Deportivo.

CAPÍTULO IV

PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

A continuación, se presentan los resultados obtenidos considerando los objetivos generales y específicos del estudio.

Entonces, en primer lugar, se describen los resultados de las características demográficas de la población, posteriormente, describir los resultados de la aplicación de los cuestionarios por separado y de cada jugadora, por último exponer la relación existente entre las distintas características psicológicas que componen el cuestionario C.P.R.D. que, aparte de determinar las características psicológicas de las jugadoras, recoge información sobre la edad de las mismas, y el tiempo que llevan jugando dentro y fuera del Club.

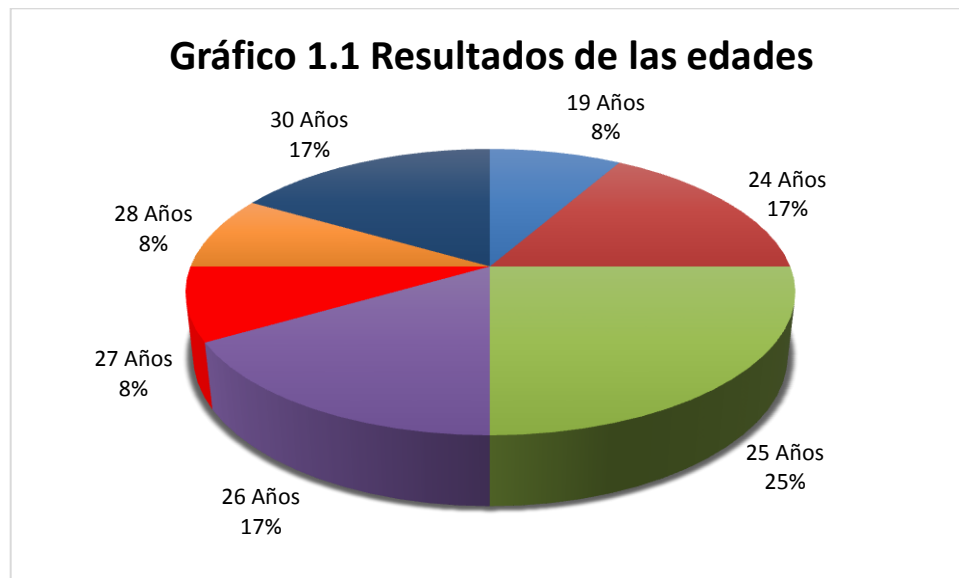
La planilla de registro mide el grado de rendimiento deportivo de las jugadoras dentro del equipo.

Para la tabulación de los datos obtenidos, y determinar la relación que tienen ambas variables se utilizó la prueba estadística “Escala de Pearson” Esta permitió establecer si relación entre las características psicológicas y el rendimiento deportivo de las jugadoras del Club Dikaxi.

1. DESCRIPCIÓN DE LOS DATOS DEMOGRÁFICOS DEL GRUPO DE INVESTIGACIÓN:

Cuadro N° 1.1 Resultados generales de las edades

EDAD	PORCENTAJE	FRECUENCIA
19 Años	8%	1
24 Años	17%	2
25 Años	25%	3
26 Años	17%	2
27 Años	8%	1
28 Años	8%	1
30 Años	17%	2
TOTAL	100%	12

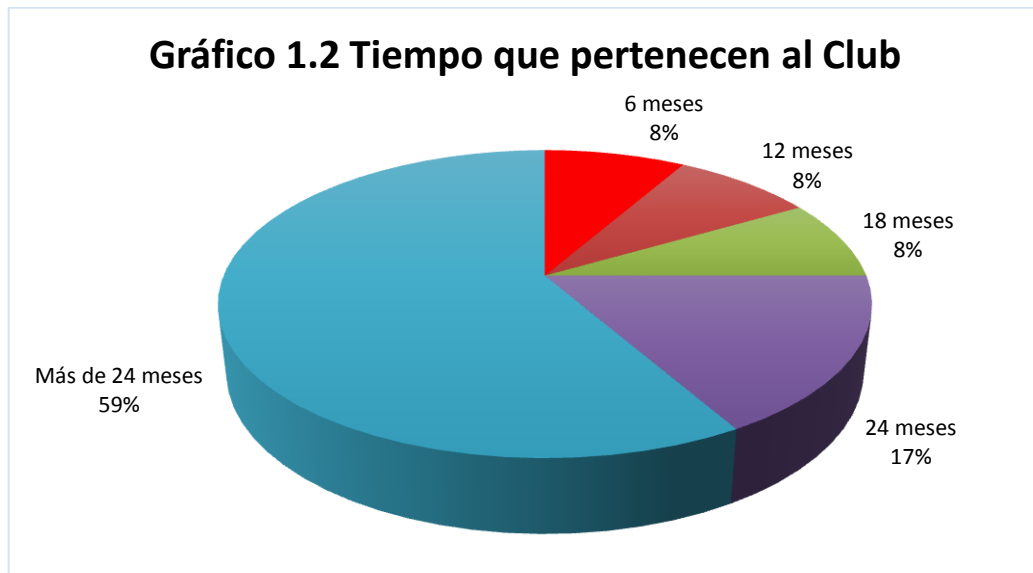


Fuente: Elaboración propia, 2019

Respecto a las edades de las jugadoras del Club Dikaxi, del 100%, el 8% tiene 19 años, 8% comprende los 27 años, 8% tiene 28 años, 17% oscila los 24 años, 17% se encuentra en los 26 años, 17% alcanza los 30 años, y un 25% tiene 25 años.

Cuadro N° 1.2 Resultados generales tiempo que pertenecen al Club Dikaxi.

TIEMPO	PORCENTAJE	FRECUENCIA
6 meses	8%	1
12 meses	8%	1
18 meses	8%	1
24 meses	17%	2
Más de 24 meses	59%	7
TOTAL	100%	12



En cuanto al tiempo que las jugadoras pertenecen al Club Dikaxi, del 100%, el 8% ha estado jugando 6 meses en el equipo, 8% va jugando 12 meses, 8% ya está 18 meses en el Club, 17% se encuentra jugando 24 meses y 59% pertenece al equipo más de 24 meses.

2. DESCRIPCIÓN DE LAS VARIABLES

Las variables involucradas son dos: V1. Características Psicológicas y V2. Rendimiento Deportivo

2.1. DESCRIPCIÓN DE LA V1: CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS

En los siguientes cuadros y gráficos se presentan los datos relacionados a la descripción de la variable 1, para ello se utilizó el instrumento C.P.R.D.

El cuadro 2.1.1 describe los resultados que cada jugadora obtuvo en la aplicación del Cuestionario de Características Psicológicas y Rendimiento Deportivo en sus 5 variables psicológicas. Está clasificada según la posición de cada jugadora del equipo. Además, incluye una clave de la jugadora que sirve para identificarla, omitiendo su nombre, dados los acuerdos de reserva y de absoluta confianza que se tiene con aquellas que aceptaron la aplicación del mencionado cuestionario.

La tabla 2.1.2 muestra los rangos de calificación del C.P.R.D. Y la tabla 2.1.3 describe los resultados del C.P.R.D. pero ya con los rangos establecidos: bajo, medio, alto y muy alto.

A continuación, los 5 gráficos muestran en que rango (bajo, medio, alto, muy alto) se encuentran las jugadoras respecto a: control de estrés, evaluación del rendimiento, motivación, habilidad mental y cohesión de equipo.

Cuadro 2.1.1 Resultados generales C.P.R.D.

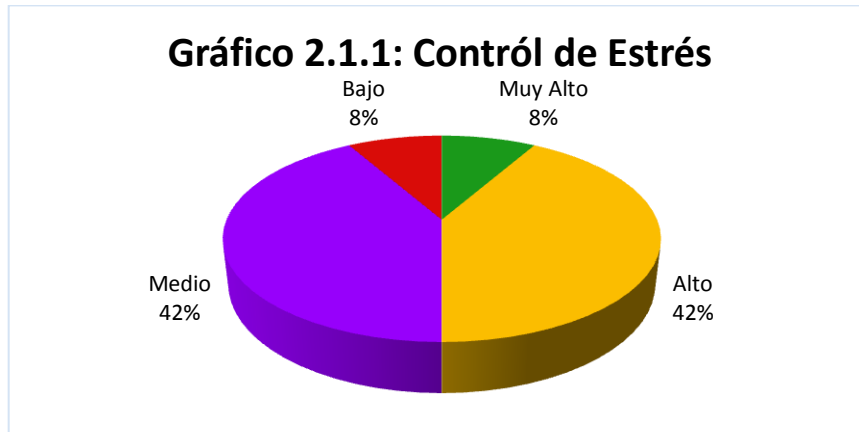
INFORMACIÓN GENERAL		CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS				
CÓDIGO DE LA JUGADORA	PUESTO	Control de Estrés	Influencia de la evaluación del Rendimiento	Motivación	Habilidad Mental	Cohesión de Equipo
N19	Arquera	55	55	95	55	99
P20	Arquera	25	80	65	55	35
C1	Arquera	50	34	50	60	15
K7	Jugadora	50	25	50	50	99
H11	Jugadora	20	50	50	10	65
N8	Jugadora	80	80	85	70	23
G3	Jugadora	55	55	90	1	75
Z6	Jugadora	60	55	65	80	99
M5	Jugadora	65	30	95	55	85
R10	Jugadora	70	55	60	25	85
M9	Jugadora	50	20	20	5	65
N4	Jugadora	50	75	50	50	45

Cuadro 2.1.2 Rangos de evaluación C.P.R.D.

Centiles
1 = Bajo: 1-20
2 = Medio: 25-50
3 = Alto: 55-75
4 = Muy Alto: 80-99

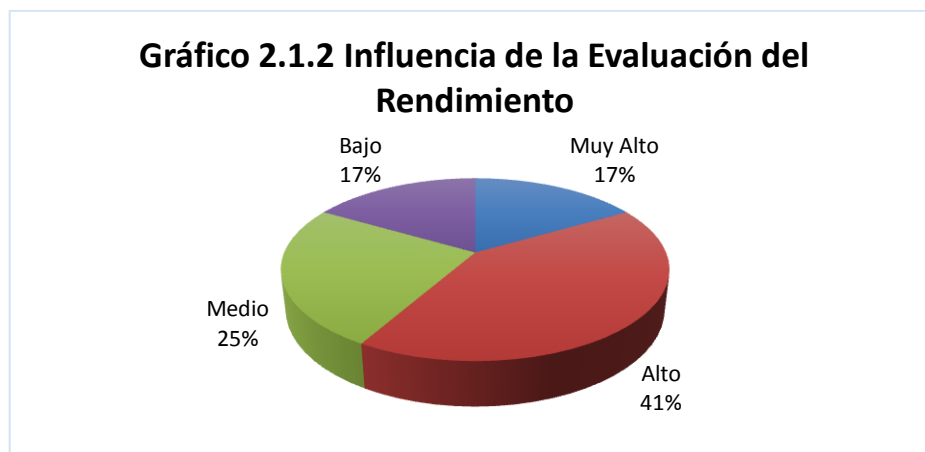
Cuadro 2.1.3 Rangos de las características psicológicas evaluadas (C.P.R.D.)

INFORMACIÓN GENERAL		CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS				
CÓDIGO DE LA JUGADORA	PUESTO	Control de Estrés	Influencia de la evaluación del Rendimiento	Motivación	Habilidad Mental	Cohesión de Equipo
N19	Arquera	3	3	4	3	4
P20	Arquera	2	4	3	3	2
C1	Arquera	2	1	2	3	1
K7	Jugadora	2	2	2	2	4
H11	Jugadora	1	2	2	1	3
N8	Jugadora	4	4	4	3	2
G3	Jugadora	3	3	4	3	3
Z6	Jugadora	3	3	3	4	4
M5	Jugadora	3	2	4	3	4
R10	Jugadora	3	3	3	2	4
M9	Jugadora	2	1	1	1	3
N4	Jugadora	2	3	2	2	2



Descripción del gráfico 2.1.1

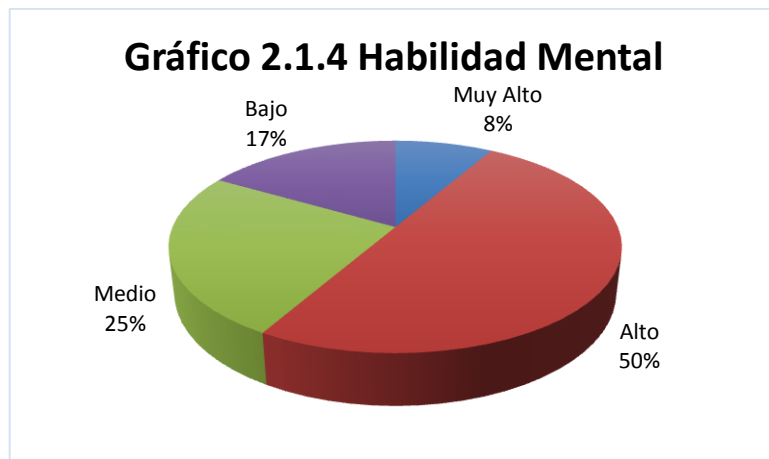
En este gráfico se puede observar el rango en el que se encuentran las jugadoras del club en cuanto al control de estrés, del 100% (12 jugadoras), 8% (1 jugadora) se encuentra en nivel muy alto, 42% (5 jugadoras) en nivel alto, 42% (5 jugadoras) en nivel medio y 8% (1 jugadora) en nivel bajo.



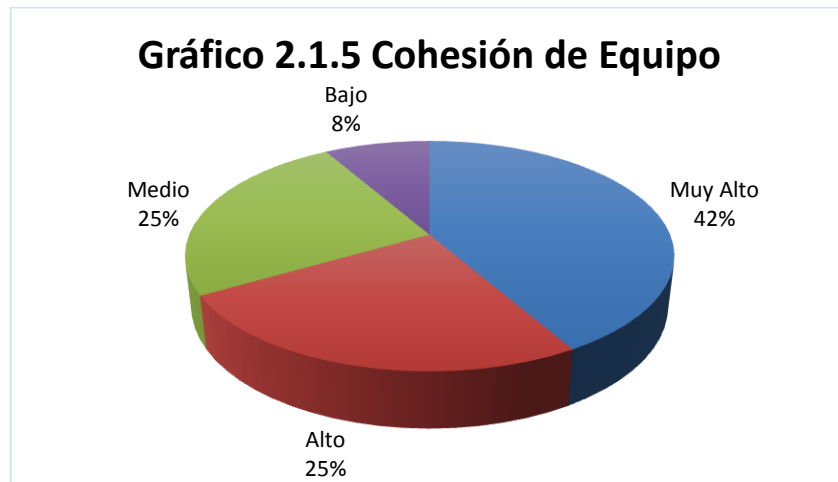
En este gráfico se puede observar el rango en el que se encuentran las jugadoras del club en cuanto al control de estrés, del 100% (12 jugadoras), 17% (2 jugadoras) se encuentra en nivel muy alto, 41% (5 jugadoras) en nivel alto, 25% (3 jugadoras) en nivel medio y 17% (2 jugadoras) en nivel bajo.



En este gráfico se puede observar el rango en el que se encuentran las jugadoras del club en cuanto al control de estrés, del 100% (12 jugadoras), 34% (4 jugadoras) se encuentra en nivel muy alto, 25% (3 jugadoras) en nivel alto, 33% (4 jugadoras) en nivel medio y 8% (1 jugadora) en nivel bajo.



En este gráfico se puede observar el rango en el que se encuentran las jugadoras del club en cuanto al control de estrés, del 100% (12 jugadoras), 8% (1 jugadora) se encuentra en nivel muy alto, 50% (6 jugadoras) en nivel alto, 25% (3 jugadoras) en nivel medio y 17% (2 jugadoras) en nivel bajo.



En este gráfico se puede observar el rango en el que se encuentran las jugadoras del club en cuanto al control de estrés, del 100% (12 jugadoras), 42% (5 jugadoras) se encuentra en nivel muy alto, 25% (3 jugadoras) en nivel alto, 25% (3 jugadoras) en nivel medio y 8% (1 jugadora) en nivel bajo.

2.2. RENDIMIENTO DEPORTIVO

El cuadro 2.2.1 expresa los tipos de indicadores del rendimiento deportivo en base a sus conductas.

El cuadro 2.2.2 manifiestan los resultados en puntaje bruto de la planilla de rendimiento deportivo de las jugadoras.

El cuadro 2.2.3 muestra los rangos de calificación de la planilla de registro de rendimiento deportivo. Y el cuadro 2.2.4 describe los resultados de la planilla, pero ya con los rangos establecidos: bajo, medio, alto, muy alto.

A continuación se expresa en el gráfico el rango (bajo, medio, alto, muy alto) en que se encuentran las jugadoras respecto a: Rendimiento deportivo.

Cuadro 2.2.1 Tipos de indicadores del rendimiento deportivo

PUESTO (TIPO DE JUGADOR)	CONDUCTAS TIPO A	CONDUCTAS TIPO B	CONDUCTAS TIPO C
A R Q U E R A	<ol style="list-style-type: none"> 1. Agarrar el balón 2. Atajar un penal 3. Atajar un tiro libre 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Rechazar el balón 2. Desviar al saque de esquina 3. Desviar al saque de banda 4. Interceptar 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Hacerse meter gol 2. Falta sin tarjeta 3. Amonestación (tarjeta amarilla) 4. Expulsión tarjeta roja).
J U G A D O R A	<ol style="list-style-type: none"> 1. Meter gol. 2. Tiros a la portería. 3. Centro 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Recepción del balón. 2. Recuperación del balón. 3. Pases Cortos. 4. Pases largos. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Balones perdidos. 2. Falta sin tarjeta. 3. Amonestación tarjeta amarilla. 4. Expulsión (tarjeta roja).

Cuadro 2.2.2 Puntuación de las conductas del rendimiento deportivo

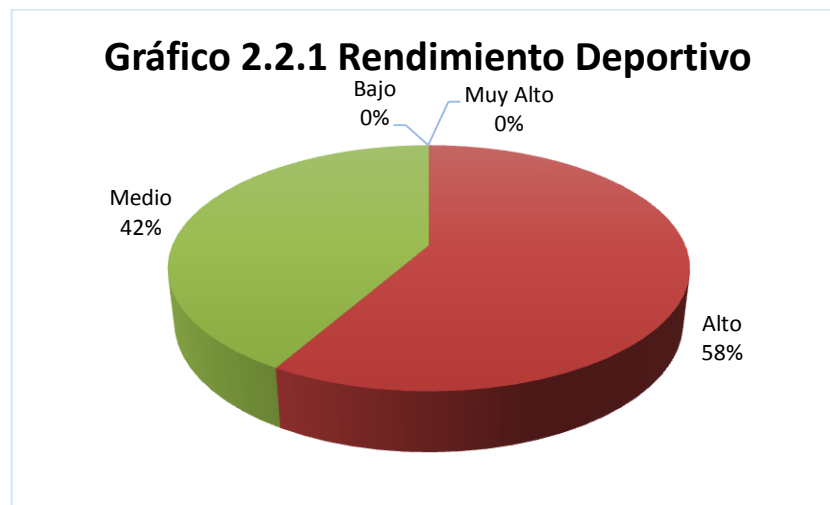
CÓDIGO DE LA JUGADORA	Partidos jugados por la jugadora	Partidos jugados por el equipo	Conductas Tipo A	Conductas Tipo B	Conductas Tipo C
Arqueras					
N19	8	11	38	91	15
P20	6	11	16	31	3
C1	5	11	10	12	12
Jugadoras de Campo					
K7	8	11	7	36	9
H11	5	11	20	49	17
N8	7	11	52	158	52
G3	8	11	20	91	19
Z6	5	11	43	114	33
M5	7	11	31	120	24
R10	9	11	48	162	45
M9	5	11	23	85	32
N4	4	11	19	76	21

Cuadro 2.2.3 Rangos de evaluación de la planilla de registro de rendimiento deportivo

Conducta A	Conducta B	Conducta C
1 = Bajo: 1-13	1 =Bajo: 1-40	1 =Bajo: 40-52
2 = Medio: 14-26	2 = Medio: 41-81	2 = Medio: 27-39
3 = Alto: 27-39	3 = Alto: 82-121	3 = Alto: 14-26
4 = Muy Alto: 40-52	4 = Muy Alto: 122-162	4 = Muy Alto: 1-13

Cuadro 2.2.4 Rangos de las conductas del rendimiento deportivo

CÓDIGO DE LA JUGADORA	Puesto	Rendimiento Deportivo
N19	Arquera	3
P20	Arquera	3
C1	Arquera	2
K7	Jugadora	2
H11	Jugadora	2
N8	Jugadora	3
G3	Jugadora	3
Z6	Jugadora	3
M5	Jugadora	3
R10	Jugadora	3
M9	Jugadora	2
N4	Jugadora	2



En este gráfico se puede observar el rango en el que se encuentran las jugadoras del club en cuanto a su Rendimiento Deportivo, del 100% (12 jugadoras), 0% se encuentra en nivel muy alto, 58% (7 jugadoras) en nivel alto, 42% (5 jugadoras) en nivel medio y 0% en nivel bajo.

3. RESULTADOS GENERALES DEL CLUB



Descripción del gráfico 2.2.1

En este gráfico se puede observar el rango en el que se encuentra el club en general, en todas las características psicológicas más el rendimiento deportivo. El club como equipo se encuentra en nivel alto, tanto en sus características psicológicas como el rendimiento deportivo.

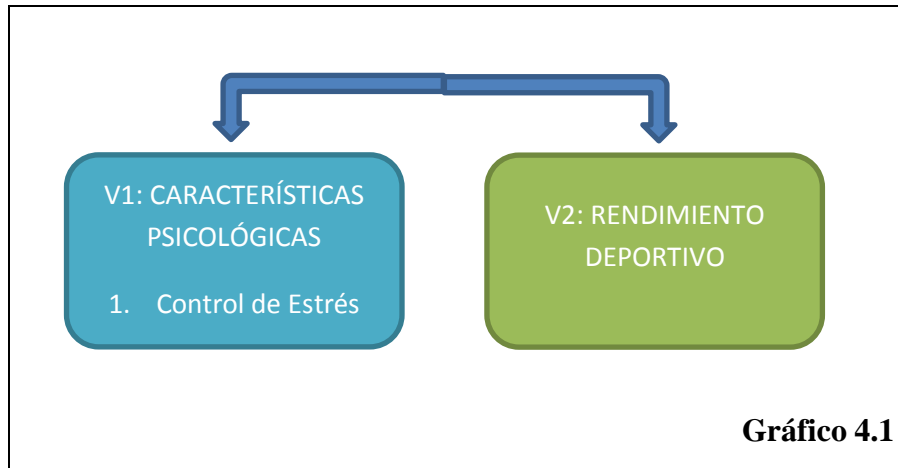
4. LOS RESULTADOS EN TÉRMINOS DE CORRELACIONES

En el cuadro 4.1 se muestran los tipos de correlación para la presente investigación:

4.1 Tipos de Correlación	
TIPO DE CORRELACIÓN	PUNTAJE ASIGNADO
Negativa Perfecta	-1
Negativa Muy Fuerte	-0.90
Negativa Considerable	-0.75
Negativa medida	-0.50
Negativa débil	-0.10
No existe	0
Positiva débil	+0.10
Positiva medida	+0.50
Positiva Considerable	+0.75
Positiva Muy Fuerte	+0.90
Positiva Perfecta	+1

Fuente: McGuigan, 2000

Para realizar las correlaciones se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson para: analizar la relación entre los puntajes de cada instrumento, los puntajes de cada una de las características psicológicas del Cuestionario C.P.R.D. y los puntajes de la planilla de registro de rendimiento deportivo.

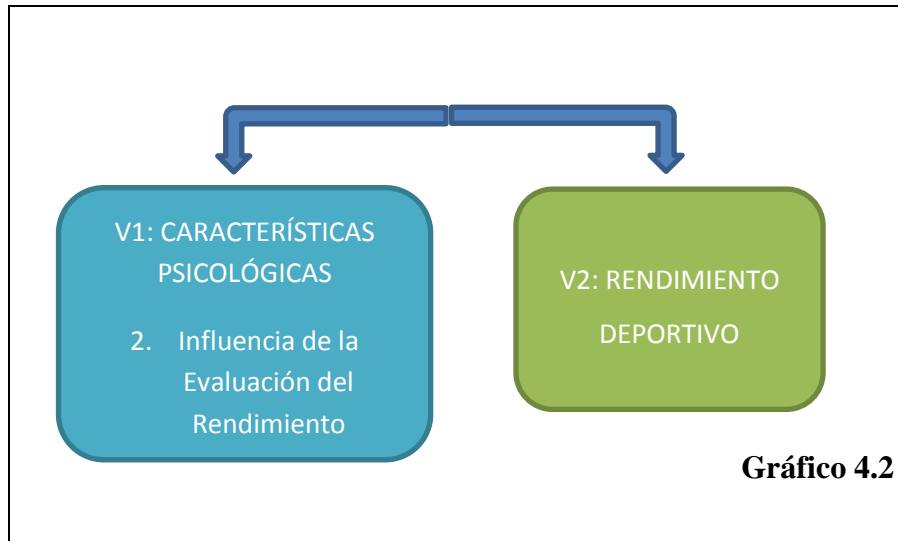


Descripción Gráfico 4.1

El índice de correlación de Pearson que se halló basado en los resultados de Control de Estrés y Rendimiento Deportivo fue:

$$r = 0,775$$

Esto quiere decir que la relación entre la V1: Características psicológicas (Control de Estrés) y la V2: Rendimiento Deportivo es POSITIVA. Y según nuestro cuadro de correlación es positiva muy fuerte.

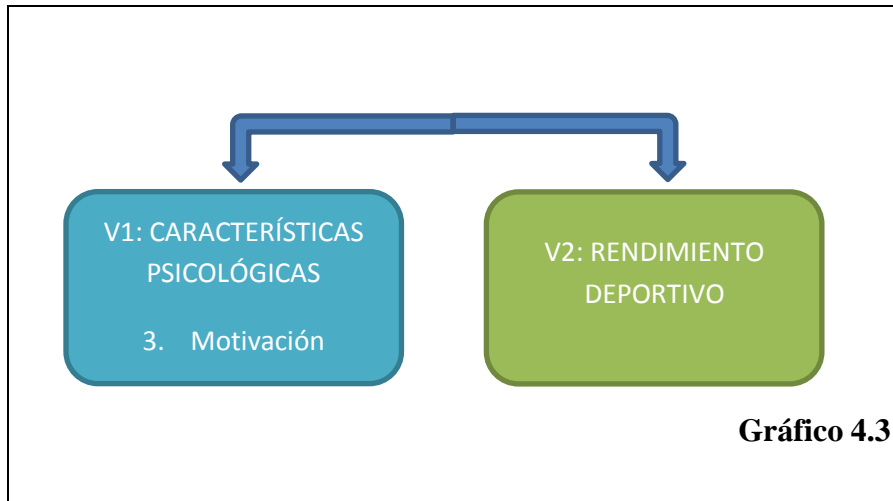


Descripción Gráfico 4.2

El índice de correlación de Pearson que se halló basado en los resultados de Influencia de la Evaluación del Rendimiento y Rendimiento Deportivo fue:

$$r = 0,694$$

Esto quiere decir que la relación entre la VI: Características psicológicas (Influencia de la Evaluación del Rendimiento) y la V2: Rendimiento Deportivo es POSITIVA. Y según nuestro cuadro de correlación es positiva considerable.

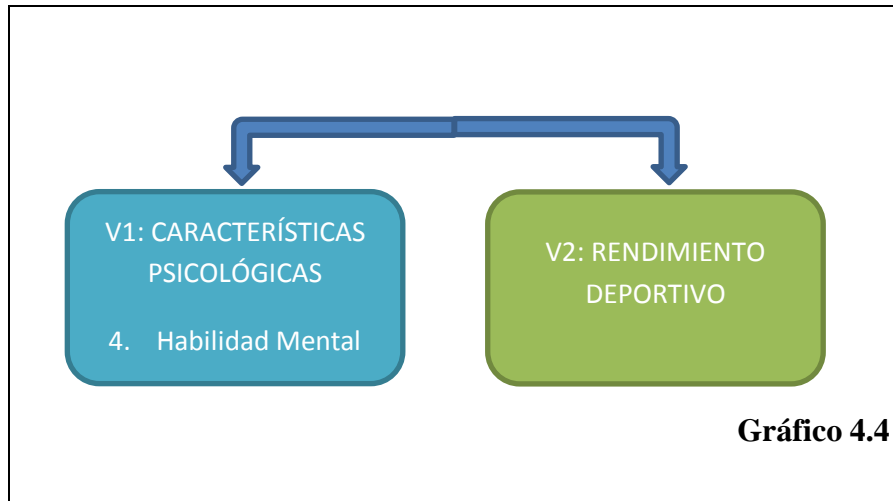


Descripción Gráfico 4.3

El índice de correlación de Pearson que se halló basado en los resultados de Motivación y Rendimiento Deportivo fue:

$$r = 0,886$$

Esto quiere decir que la relación entre la VI: Características psicológicas (Motivación) y la V2: Rendimiento Deportivo es POSITIVA. Y según nuestro cuadro de correlación es positiva muy fuerte.

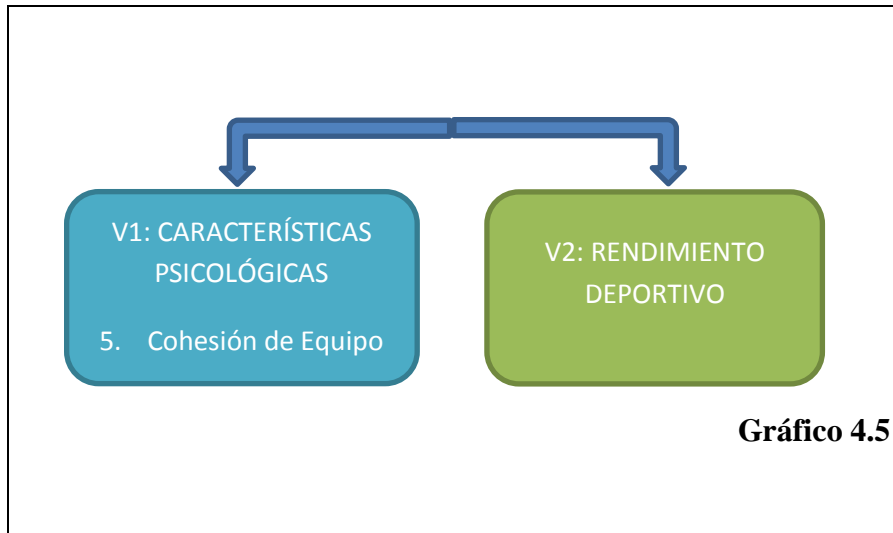


Descripción Gráfico 4.4

El índice de correlación de Pearson que se halló basado en los resultados de Habilidad Mental y Rendimiento Deportivo fue:

$$r = 0,683$$

Esto quiere decir que la relación entre la V1: Características psicológicas (Habilidad Mental) y la V2: Rendimiento Deportivo es POSITIVA. Y según nuestro cuadro de correlación es positiva media.



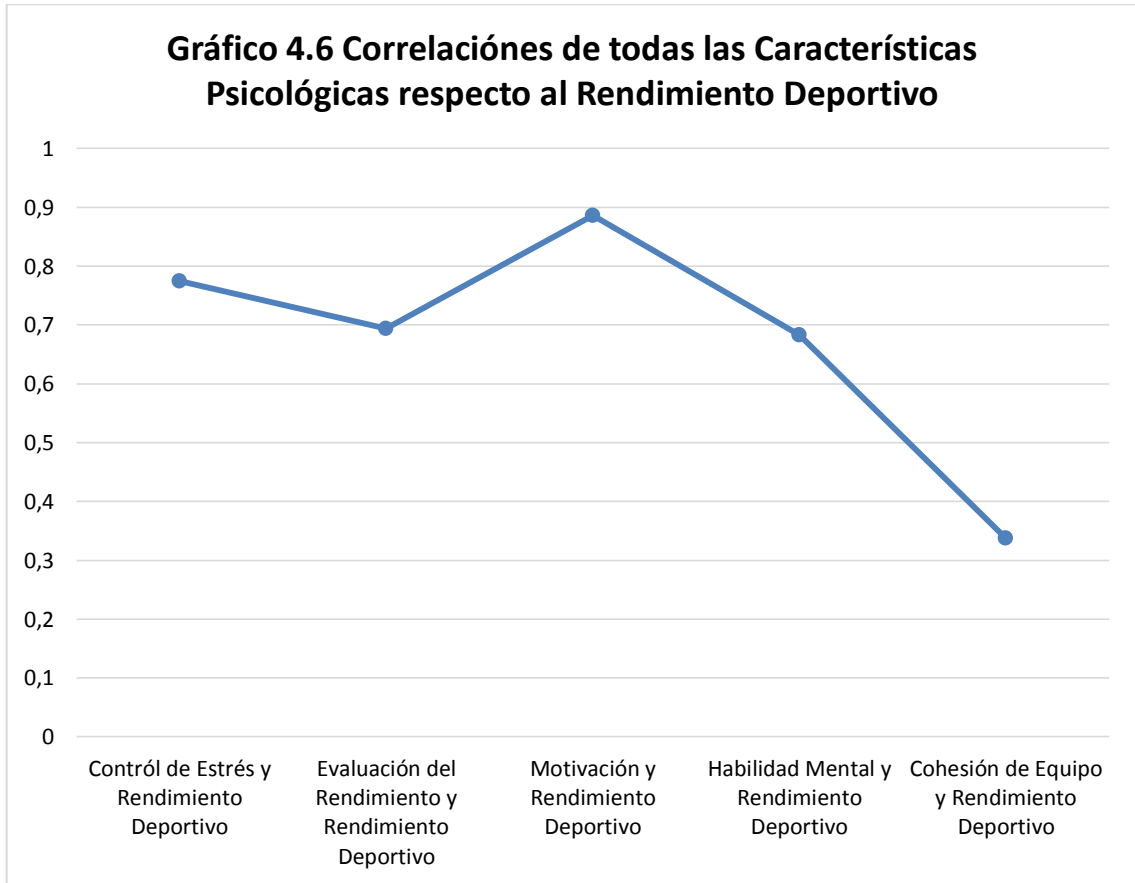
Descripción Gráfico 4.5

El índice de correlación de Pearson que se halló basado en los resultados de Cohesión de Equipo y Rendimiento Deportivo fue:

$$r = 0,338$$

Esto quiere decir que la relación entre la VI: Características psicológicas (Cohesión de Equipo) y la V2: Rendimiento Deportivo es POSITIVA. Y según nuestro cuadro de correlación es positiva media.

Entonces:



Descripción Gráfico 4.6

La correlación de las características psicológicas con el Rendimiento Deportivo es POSITIVA, ya que, en cada una de las categorías se obtuvo correlación positiva, en diferentes tipos pero todas fueron positivas.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1. CONCLUSIONES

La presente investigación fue llevada a cabo en un equipo de futsal femenino perteneciente a la asociación de El Alto. El objetivo principal era determinar la relación que existía entre las dos variables planteadas: Características psicológicas (control de estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, motivación, habilidad mental y cohesión de equipo), y Rendimiento deportivo, además identificar las características psicológicas (deportivas) que se encuentran en las jugadoras del Club y el grado que tienen, establecer su grado de rendimiento deportivo.

A continuación, se presentan las conclusiones de esta investigación. Las mismas se exponen respondiendo a cada uno de los objetivos planteados.

Objetivo general de la investigación:

La relación entre la variable 1 Características Psicológicas (control de estrés) y la variable 2 Rendimiento Deportivo fue estudiada a través del coeficiente de correlación de Pearson, este mostró un índice de correlación de 0,775, el cual indica que existe una correlación POSITIVA entre ambas variables.

Una correlación positiva indica que mientras mayor sea el control de estrés, mayor será el rendimiento deportivo de las jugadoras del Club.

La relación entre la variable 1 Características Psicológicas (influencia de la evaluación del rendimiento) y la variable 2 Rendimiento Deportivo fue estudiada a través del coeficiente de correlación de Pearson, este mostró un índice de correlación de 0,694, el cual indica que existe una correlación POSITIVA entre ambas variables. Esto quiere decir que mientras mayor sea la evaluación positiva del rendimiento, mayor será el rendimiento de la jugadora.

La relación entre la variable 1 Características Psicológicas (Motivación) y la variable 2 Rendimiento Deportivo fue estudiada a través del coeficiente de correlación de Pearson, este mostró un índice de correlación de 0,886, el cual indica que existe una correlación POSITIVA entre ambas variables. Esto quiere decir que mientras mayor sea la motivación, mayor será el rendimiento deportivo de las jugadoras del club.

La relación entre la variable 1 Características Psicológicas (habilidad mental) y la variable 2 Rendimiento Deportivo fue estudiada a través del coeficiente de correlación de Pearson, este mostró un índice de correlación de 0,683, el cual indica que existe una correlación POSITIVA entre ambas variables. Esto quiere decir que mientras mayor sea la habilidad mental de la jugadora, mayor será su rendimiento deportivo.

La relación entre la variable 1 Características Psicológicas (cohesión de equipo) y la variable 2 Rendimiento Deportivo fue estudiada a través del coeficiente de correlación de Pearson, este mostró un índice de correlación de 0,338, el cual indica que existe una correlación POSITIVA entre ambas variables. Esto quiere decir que mientras mayor sea la cohesión de equipo, mayor será el rendimiento de las jugadoras.

Objetivos específicos:

Se pudo identificar las características psicológicas que se encuentran en las jugadoras del Club Dikaxi, estas son las mismas que se mencionan: control de estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, motivación, habilidad mental y cohesión de equipo. Al aplicar el cuestionario pertinente para este objetivo se concluyó que: todas las jugadoras presentan estas cualidades, sea en distintos niveles, pero están presentes en todas.

En cuanto al nivel de estas características en las jugadoras se concluyó que:

Control de Estrés; 8% se encuentra en un nivel bajo, 42% en medio, 42% en alto y 8% en muy alto.

Influencia de la evaluación del rendimiento; 17% de las jugadoras se encuentra en nivel bajo, 25% en medio, 41% en nivel alto y 17% en muy alto.

Motivación; El 8% de las jugadoras está en un nivel bajo, 33% en nivel medio, 25% en nivel alto y 34% en un nivel muy alto.

Habilidad Mental; 17% en nivel bajo, 25% en nivel medio, 25% se encuentra en un nivel alto y el 34% en nivel muy alto.

Cohesión de Equipo; En cuanto a esta característica el 8% se encuentra en nivel bajo, 25% en nivel medio, 25% en alto y 42% en nivel muy alto.

Con respecto al **nivel del rendimiento deportivo** de las jugadoras se estableció que:

42% se encuentra en un nivel medio y 58% en nivel alto. Ninguna jugadora se halla en nivel bajo o muy alto.

Tomando en cuenta todos estos resultados podemos decir que:

En el deporte es igual de importante la preparación mental como la preparación física, muchas veces los entrenadores y dirigentes ponen énfasis solo en lo físico y dejan pasar por alto este factor que es tan importante. Con esta investigación comprobamos que efectivamente las características psicológicas le relacionan mucho con el rendimiento deportivo, si se trabajan con estas cualidades se puede mejorar el rendimiento tanto de las jugadoras como del equipo mismo.

Las competencias son hechos únicos e irrepetibles, por tanto, no es posible someter al deportista a las condiciones competitivas con anterioridad a ellas, sin embargo es importante hacer notar que en el deporte de rendimiento tanto el entrenamiento psicológico como el técnico, tienen como fin último obtener un objetivo competitivo, por lo que es fundamental reproducir, durante los entrenamientos, las

condiciones y los estímulos de las competencias, favoreciendo el control de las características psicológicas que se mencionaron en esta investigación.

Consecuentemente, al preguntarse por la responsabilidad del entrenador en el desarrollo del rendimiento deportivo, cabe también, reflexionar acerca del rol que debería tener el psicólogo del deporte. En este sentido, es posible plantear que éste tiene un papel fundamental, no sólo por la solución de problemas específicos, sino que también, en el acompañamiento de un proceso formativo, cuyo objetivo es orientar el nivel de destrezas más allá del nivel actual de rendimiento. Dicho de otro modo, el entrenador y el psicólogo del deporte, deben trabajar de manera conjunta, en la creación de un plan que favorezca y que permita el progreso físico y psíquico de sus deportistas. Esta relación debe ser considerada como una unidad indivisible

Entonces, queda en evidencia la importancia de reconocer que el desarrollo de la técnica y táctica deportiva implica el desarrollo paralelo de las estrategias psicológicas necesarias para la práctica de la disciplina.

Por otra parte, los resultados contribuyen a ampliar la mirada del problema del rendimiento deportivo, ya que socialmente se valora éste como causa directa del desempeño de los deportistas (físico, técnico y táctico), sin considerar su naturaleza psicológica.

4.2. RECOMENDACIONES

Al finalizar la investigación y tomando en cuenta todos los datos y resultados que se han obtenido, se pueden realizar las siguientes recomendaciones:

A la carrera de Psicología de la Universidad Mayor de San Andrés:

- Realizar investigaciones que puedan aportar más información sobre la Psicología del Deporte.
- Realizar investigaciones sobre el papel que desempeña el psicólogo en el ámbito deportivo y su importancia.
- Realizar investigaciones en inclusión de la mujer en el deporte (fútbol y futsal), ya que es un tema de equidad de género.
- Por último, con el fin de plantear ciertas líneas de investigaciones futuras que permitan dar cuenta del rendimiento en los jóvenes deportistas, se propone replicar el estudio en otros deportes

A los equipos de futsal en general, directores técnicos, entrenadores y dirigentes:

- Reconocer la importancia de la salud mental de los jugadores.
- Implementar en los Clubes estrategias, talleres que brinden orientación sobre todas las características psicológicas y su importancia para un mayor rendimiento deportivo.
- Incluir en el equipo técnico de los clubes un psicólogo, ya que este brindara respuestas a las falencias que muchas veces provienen del campo de la psicología.

Al Público en general de aficionados:

- Reconocer la importancia y el impacto de la participación de la mujer en deportes de contacto como lo son el futsal y el fútbol.
- Dejar a un lado prejuicios y apoyar el deporte femenino (futsal).

Al Club Dikaxi:

- Implementar psicólogo para trabajar las falencias en cuanto a las características psicológicas para un mejor rendimiento deportivo.
- Seguir impulsando el papel de la mujer en este deporte.

En cuanto a las limitaciones del estudio, cabe recalcar que es poco accesible trabajar con equipos pertenecientes a una asociación, sin embargo, el Club Dikaxi tuvo toda la disponibilidad de trabajar. En futuros trabajos quizás el convenio con instituciones deportivas.

Incluso el hecho de reconocer la importancia de lo psicológico en el deporte abra muchas puertas, y así mejorar el rendimiento de los deportistas del País. Para ello es importante dar mayor énfasis a la psicología del deporte.

BIBLIOGRAFÍA DE REFERENCIA

BINELLO, G.; CONDE, M.; MARTÍNEZ, A.; & RODRIGUEZ, M. (2001). *Mujeres y fútbol: ¿territorio conquistado o a conquistar?*. Recuperado de www.futbol/femenino.com

BUCETA, J. (2000). *“Psicología del entrenamiento Deportivo”*. Madrid: Editorial Aguilar.

CABANILLAS, E. (2005). *Método biográfico que pone de manifiesto el itinerario deportivo de un campeón de karate*. Tesis Doctoral de la Universidad de Castilla - La Mancha, Toledo.

CARDONA, L. (2005). *Influencia Sociocultural en la mujer futbolista de la ciudad de Medellín*. Monografía Deportiva de la Universidad de Antioquia, Medellín.

DE LA CRUZ, A.; & GALÁN, B. (2012). *“Patrimonio histórico español del juego y del deporte: federación española de fútbol sala”*. España. Recuperado de museodeljuego.org/wp-content/uploads/contenidos_0000001449_docu1.pdf

DOS SANTOS, G. (2014). *Análisis de las características psicológicas del Fútbol femenino Categoría sub 17*. Tesis de Grado de Atlantic International University, Chile.

FERNÁNDEZ, C. (2005). *Autoeficacia Deportiva en jugadores de Fútbol de la ciudad de La Paz*. Tesis de Grado de la Universidad Católica Boliviana San Pablo, La Paz.

Futsal AFM en los Juegos Mundiales. Recuperado de [http:// Pasionfutsal.com.ar](http://Pasionfutsal.com.ar)

GALEANO, E. (2002). *“Fútbol a Sol y Sombra”*. Montevideo: Ediciones La Cueva.

GIMENO, F.; BUCETA, J. & PÉREZ, M. (2001). *El cuestionario de “Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo” (CPRD): Características psicométricas*. Universidad Nacional de Educación a Distancia, España.

HEREDIA, F. (2009). *Autoeficacia en el Fútbol y Rendimiento Deportivo*. Tesis de Grado de la Universidad Católica Boliviana San Pablo, La Paz.

HERNÁNDEZ, R.; FERNÁNDEZ, C.; & BAPTISTA, P. (2014). *“Metodología de la Investigación”*. México: Editorial Mc Graw Hill.

KUNZ, M. (2006). 265 Millones juegan al fútbol. Gran Censo (Folleto de la Fifa).

LÓPEZ, G. (2016). *“Las Mujeres en el fútbol: Una mirada feminista”*. México. Recuperado de [http:// mx.boell.org/sites/default/files/las_mujeres_en_el_futbol.pdf](http://mx.boell.org/sites/default/files/las_mujeres_en_el_futbol.pdf)

LÓPEZ, J. (2017). *“Manual de la UEFA para entrenadores de futsal”*. Nyon: Editorial Artgraphic Cavin SA.

MALLO, S. (1999). *Relaciones Interpersonales y Desempeño Deportivo en un equipo de Fútbol de Salón*. Tesis de Grado de la Universidad Católica Boliviana San Pablo, La Paz.

MAMANI, E. (2007, 28 de marzo), Dikaxi la reina del Futsal, *El Alteño*, p.5-6.

OCHOA, A. (2008). *“Futsal, un derroche de emoción”*. México: Editorial Conade.

Olimpiadas de Fútbol (2009). Recuperado de <https://olimpiadasfutbol.wikispaces.com>

ORLICK, T. (2004). *“Entrenamiento Mental”*. Barcelona: Editorial Paidotribo.

PACHECO, M. (2004). *Factores Psicológicos y Rendimiento Deportivo, Un estudio en jugadores de Fútbol Profesional*. Tesis de Grado de la Universidad Católica Boliviana San Pablo, La Paz.

Página oficial de la FIFA. Recuperado de [http:// www.fifa.com](http://www.fifa.com)

ROTELLA, B. & CULLEN, B. (2005). *“La mente del golfista”*. Madrid: Editorial Tutor S.A.

SALAZAR, S. (2016). *Desarrollo de fútbol femenino y su importancia en el sector escolar privado en la zona 1 y 2, en la Ciudad Capital de La República de Guatemala*. Tesis de Grado de la Universidad Galileo, Guatemala.

VALDANO, J. (2016). *“Fútbol, El Juego Infinito”*. Barcelona: Editorial S.A.U.

WARREN, D. (2001). *“Diccionario de Psicología”*. México: Editorial Fondo de Cultura.

WEINBERG, R.; & GOULD, D. (2010). *“Fundamentos de Psicología del Deporte y el Ejercicio Físico”*, Buenos Aires: Editorial Panamericana.

ANEXOS

ANEXO – 1
CUESTIONARIO DE CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS
RELACIONADAS CON EL RENDIMIENTO DEPORTIVO
C.P.R.D.

Estimado deportista:

El deporte de alta competición exige, cada vez más, que los métodos de entrenamiento y preparación de los deportistas cuyo objetivo es la consecución del éxito al más alto nivel, evolucionen teniendo en cuenta las características físicas, técnicas y psicológicas de los deportistas que deben ser entrenados, así como su opinión respecto a cuestiones relacionadas con su participación en pruebas, partidos y competiciones.

Esta es la tendencia que desde hace años se ha seguido en los países cuyos deportistas, hoy en día, suelen acaparar el mayor número de medallas y primeros puestos a nivel mundial siendo nuestra intención recoger un amplio número de datos de deportistas españoles que permitan hacer lo mismo en España. Por este motivo nos dirigimos a usted ya que consideramos que, como deportista de competición que es, sus respuestas serán para nosotros de una gran ayuda. En concreto, se trata de conocer ciertas características y opiniones de los deportistas españoles en relación con su participación en las competiciones deportivas. Con este fin, le agradeceríamos que contestase a las preguntas que le adjuntamos. No existen respuestas mejores o peores. Cada deportista es diferente, razón por la cual le pedimos que conteste con la máxima sinceridad.

El cuestionario es estrictamente confidencial; si quiere poner su nombre puede hacerlo y, en ese caso, podremos informarle sobre sus contestaciones más adelante. Si no desea poner su nombre puede dejar el espacio correspondiente en blanco.

Numerosos deportistas de diferentes deportes han sido invitados a participar. Muchos de ellos ya han aceptado hacerlo. Esperamos contar también con su valiosa y amable colaboración.

Muchas gracias.

1er APELLIDO: _____ NOMBRE: _____

2º APELLIDO: _____ SEXO (Masc. ó Fem.): _____

FECHA DE NACIMIENTO: ___/___/1.9__

FECHA ACTUAL: ___/___/1.9__

DEPORTE: _____

CLUB: _____

PUESTO DE JUEGO O PRUEBAS EN LAS QUE SUELE COMPETIR:

CATEGORÍA EN LA QUE COMPITE ACTUALMENTE: _____

MÁXIMA CATEGORÍA EN LA QUE HA COMPETIDO: _____

NÚMERO DE AÑOS DURANTE LOS QUE HA PERMANECIDO EN LA MÁXIMA CATEGORÍA: _____

NÚMERO DE AÑOS QUE, DE FORMA CONTINUADA, VIENE USTED PRACTICANDO SU DEPORTE: _____

¿CUÁLES HAN SIDO LOS MAYORES ÉXITOS INDIVIDUALES Y COLECTIVOS QUE HA CONSEGUIDO?

ACONTECIMIENTO Y ÉXITO (puesto, marca, ...)	AÑO
_____	1.9__
_____	1.9__
_____	1.9__
_____	1.9__
_____	1.9__

*** INSTRUCCIONES:**

Conteste, por favor, a cada una de las siguientes cuestiones, indicando *en qué medida se encuentra de acuerdo* con ellas.

Como podrá observar existen seis opciones de respuesta, representadas cada una de ellas por un círculo. Elija la que desee, según se encuentre más o menos de acuerdo, marcando con una cruz el círculo correspondiente. En el caso de que no entienda lo que quiere decir exactamente alguna de las preguntas, marque con una cruz el círculo de la última columna.

*** PREGUNTAS:**

TOTALMENTE
EN
DESACUERDO

TOTALMENTE
DE
ACUERDO

NO
ENTIENDO

1. Me encuentro muy nervioso(a) antes de una competición (o un partido) importante.	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
---	-----------------------	----------------------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

Esta respuesta significaría que no se está de acuerdo con el enunciado, aunque no totalmente en desacuerdo.

2. Me motivan más las competiciones (o los partidos) que los entrenamientos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
--	-----------------------	-----------------------	----------------------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

Esta respuesta significaría que uno se encuentra a mitad de camino entre «totalmente en desacuerdo» y «totalmente de acuerdo» con el enunciado.

3. Suelo reponer electrolitos al finalizar una competición (o un partido).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
--	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	----------------------------------

Esta respuesta significaría que no se entiende lo que quiere decir exactamente el enunciado.

* PREGUNTAS:

	TOTALMENTE EN DESACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO	NO ENTIENDO
1. Suelo tener problemas concentrándome mientras compito.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
2. Mientras duermo, suelo «darle muchas vueltas» a la competición (o el partido) en la que voy a participar.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
3. Tengo una gran confianza en mi técnica.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
4. Algunas veces no me encuentro motivado(a) por entrenar.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
5. Me llevo muy bien con otros miembros del equipo.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
6. Rara vez me encuentro tan tenso(a) como para que mi tensión interfiera negativamente en mi rendimiento.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
7. A menudo ensayo mentalmente lo que debo hacer justo antes de comenzar mi participación en una competición (o de empezar a jugar en un partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
8. En la mayoría de las competiciones (o partidos) confío en que lo haré bien.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
9. Cuando lo hago mal, suelo perder la concentración.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
10. No se necesita mucho para que se debilite mi confianza en mí mismo(a).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
11. Me importa más mi propio rendimiento que el rendimiento del equipo (más lo que tengo que hacer yo que lo que tiene que hacer el equipo).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>

* PREGUNTAS:

	TOTALMENTE EN DESACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO	NO ENTIENDO
12. A menudo estoy «muerto(a) de miedo» en los momentos anteriores al comienzo de mi participación en una competición (o en un partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. Cuando cometo un error me cuesta olvidarlo para concentrarme rápidamente en lo que tengo que hacer.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. Cualquier pequeña lesión o un mal entrenamiento puede debilitar mi confianza en mí mismo(a).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15. Establezco metas (u objetivos) que debo alcanzar y normalmente las consigo.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16. Algunas veces siento una intensa ansiedad mientras estoy participando en una prueba (o jugando un partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17. Durante mi actuación en una competición (o en un partido) mi atención parece fluctuar una y otra vez entre lo que tengo que hacer y otras cosas.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18. Me gusta trabajar con mis compañeros de equipo.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19. Tengo frecuentes dudas respecto a mis posibilidades de hacerlo bien en una competición (o en un partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20. Gasto mucha energía intentando estar tranquilo(a) antes de que comience una competición (o un partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21. Cuando comienzo haciéndolo mal, mi confianza baja rápidamente.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22. Pienso que el espíritu de equipo es muy importante.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

* PREGUNTAS:

	TOTALMENTE EN DESACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO	NO ENTIENDO
23. Cuando practico mentalmente lo que tengo que hacer, me «veo» haciéndolo como si estuviera viéndome desde mi persona en un monitor de televisión.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24. Generalmente, puedo seguir participando (jugando) con confianza, aunque se trate de una de mis peores actuaciones.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25. Cuando me preparo para participar en una prueba (o para jugar un partido), intento imaginarme, desde mi propia perspectiva, lo que veré, haré o notaré cuando la situación sea real.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
26. Mi confianza en mí mismo(a) es muy inestable.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
27. Cuando mi equipo pierde me encuentro mal con independencia de mi rendimiento individual.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
28. Cuando cometo un error en una competición (o en un partido) me pongo muy ansioso.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
29. En este momento, lo más importante en mi vida es hacerlo bien en mi deporte.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
30. Soy eficaz controlando mi tensión.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
31. Mi deporte es toda mi vida.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
32. Tengo fé en mí mismo(a).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
33. Suelo encontrarme motivado(a) por superarme día a día.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

* PREGUNTAS:

	TOTALMENTE EN DESACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO	NO ENTIENDO
34. A menudo pierdo la concentración durante la competición (o durante los partidos) como consecuencia de las decisiones de los árbitros o jueces que considero desacertadas y van en contra mía o de mi equipo.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
35. Cuando cometo un error durante una competición (o durante un partido) suele preocuparme lo que piensen otras personas como el entrenador, los compañeros de equipo o alguien que esté entre los espectadores.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
36. El día anterior a una competición (o un partido) me encuentro habitualmente demasiado nervioso(a) o preocupado(a).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
37. Suelo marcarme objetivos cuya consecución depende de mí al 100% en lugar de objetivos que no dependen sólo de mí.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
38. Creo que la aportación específica de todos los miembros de un equipo es sumamente importante para la obtención del éxito del equipo.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
39. No merece la pena dedicar tanto tiempo y esfuerzo como yo le dedico al deporte.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
40. En las competiciones (o en los partidos) suelo animarme con palabras, pensamientos o imágenes.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>
41. A menudo pierdo la concentración durante una competición (o un partido) por preocuparme o ponerme a pensar en el resultado final.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>		<input type="radio"/>

* PREGUNTAS:

	TOTALMENTE EN DESACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO	NO ENTIENDO
42. Suelo aceptar bien las críticas e intento aprender de ellas.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
43. Me concentro con facilidad en aquello que es lo más importante en cada momento de una competición (o de un partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
44. Me cuesta aceptar que se destaque más la labor de otros miembros del equipo que la mía.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
45. Cuando finaliza una competición (o un partido) analizo mi rendimiento de forma objetiva y específica (es decir, considerando hechos reales y cada apartado de la competición o el partido por separado).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
46. A menudo pierdo la concentración en la competición (o el partido) a consecuencia de la actuación o los comentarios poco deportivos de los adversarios.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
47. Me preocupan mucho las decisiones que respecto a mí pueda tomar el entrenador durante una competición (o un partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
48. No ensayo mentalmente, como parte de mi plan de entrenamiento, situaciones que debo corregir o mejorar.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
49. Durante los entrenamientos suelo estar muy concentrado(a) en lo que tengo que hacer.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
50. Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada sesión de entrenamiento y de cada competición (o partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

*** PREGUNTAS:**

	TOTALMENTE EN DESACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO	NO ENTIENDO
51. Mi confianza en la competición (o en el partido) depende en gran medida de los éxitos o fracasos en las competiciones (o partidos) anteriores.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
52. Mi motivación depende en gran medida del reconocimiento que obtengo de los demás.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
53. Las instrucciones, comentarios y gestos del entrenador suelen interferir negativamente en mi concentración durante la competición (o el partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
54. Suelo confiar en mí mismo(a) aun en los momentos más difíciles de una competición (o de un partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
55. Estoy dispuesto(a) a cualquier esfuerzo por ser cada vez mejor.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



POR FAVOR, COMPRUEBE SI HA CONTESTADO A TODAS LAS PREGUNTAS ANTERIORES CON UNA SOLA RESPUESTA.

Hoja de respuestas del C.P.R.D.*

1er APELLIDO: _____ NOMBRE: _____

2º APELLIDO: _____ FECHA: ___/___/1.9___

DEPORTE: _____

CONTROL DE ESTRÉS

1

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

3

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

6

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

8

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

10

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

12

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

13

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

14

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

17

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

19

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

20

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

21

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

24

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

26

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

30

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

32

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

36

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

41

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

43

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

54

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

**INFLUENCIA DE LA
EVALUACIÓN DEL
RENDIMIENTO**

9

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

16

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

28

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

34

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

35

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

42

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

44

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

46

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

47

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

51

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

52

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

53

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

Puntuación Directa: _____

Puntuación Directa: _____

MOTIVACIÓN

4

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

15

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

29

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

31

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

33

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

39

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

49

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

55

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

HABILIDAD MENTAL

2

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

7

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

23

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

25

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

37

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

40

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

45

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

48

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

50

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

COHESIÓN DE EQUIPO

5

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

11

4	3	2	1	0
---	---	---	---	---

18

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

22

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

27

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

38

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

Puntuación Directa: _____

Puntuación Directa: _____

Puntuación Directa: _____

ANEXO – 2
Cuestionario de CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS
relacionadas con el RENDIMIENTO DEPORTIVO (C.P.R.D.)
BAREMOS

Centiles	Puntuaciones directas				
	Control del estrés	Influencia de la evaluación del rendimiento	Motivación	Habilidad mental	Cohesión de equipo
99	77-80	42-45	30-31	31-34	24
95	69	38	27	28	–
90	64	34	26	26	23
85	61	33	25	25	22
80	58	31	23	24	–
75	56	29	–	–	21
70	54	28	22	23	–
65	52	27	21	–	20
60	50	–	20	22	–
55	48	26	–	21	19
50	46	24	19	–	–
45	44	23	18	20	18
40	42	22	17	–	–
35	40	21	–	19	17
30	39	20	16	18	16
25	36	19	15	17	–
20	34	18	–	16	15
15	30	16	14	–	14
10	27	15	12	15	13
5	21	12	11	13	11
1	0-14	0-7	0-8	0-11	0-1
N	485	485	485	485	485
Media	46,16	25,11	19,59	21,16	18,48
Desviación típica	14,44	7,63	5,06	4,60	4,31

ANEXO- 4

CORRELACIÓN DE PEARSON

Características Psicológicas (Control de Estrés) y Rendimiento Deportivo

Caso	X	Y	Y estimado	Errores
N19	3	3	2,83	0,17
P20	2	3	2,33	0,67
C1	2	2	2,33	-0,33
K7	2	2	2,33	-0,33
H11	1	2	1,83	0,17
N8	4	3	3,33	-0,33
G3	3	3	2,83	0,17
Z6	3	3	2,83	0,17
M5	3	3	2,83	0,17
R10	3	3	2,83	0,17
M9	2	2	2,33	-0,33
N4	2	2	2,33	-0,33

N = 12 Var X = 0,583333
Media X = 3 Var Y = 0,243056
Media Y = 3 Cov XY = 0,291667

$r = 0,775$

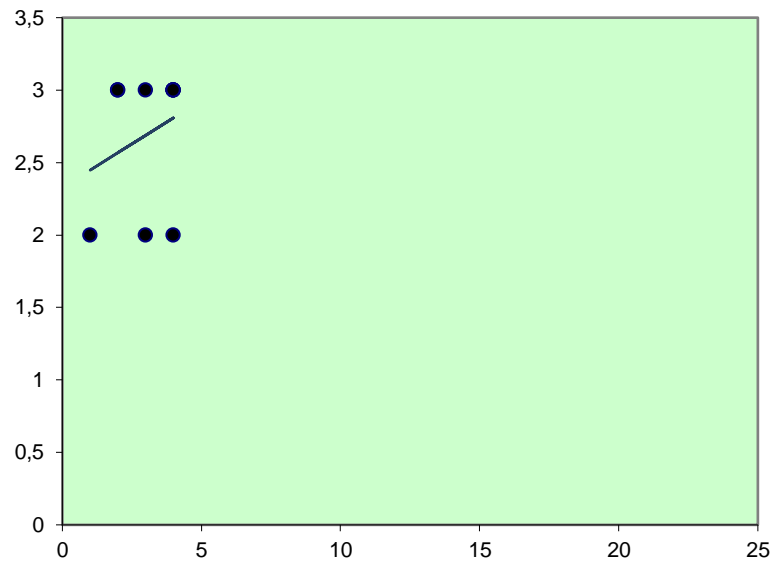
Recta de regresión	Otra recta
a = 1,333 b = 0,500 $\Sigma \text{ errores}^2 = 0,875$ $R^2 = 0,583$	a = 18 b = -6,167 $\Sigma \text{ errores}^2 = 256,678$ $R^2 = -121,227$

□

Predicción

Si X = 21 Y estimado = 11,83

Diagrama de dispersión



Características Psicológicas (Influencia de la Evaluación del Rendimiento) y Rendimiento Deportivo

Caso	X	Y	Y estimado	Errores
N19	3	3	2,73	0,27
P20	4	3	3,09	-0,09
C1	1	2	2,02	-0,02
K7	2	2	2,37	-0,37
H11	2	2	2,37	-0,37
N8	4	3	3,09	-0,09
G3	3	3	2,73	0,27
Z6	3	3	2,73	0,27
M5	2	3	2,37	0,63
R10	3	3	2,73	0,27
M9	1	2	2,02	-0,02
N4	3	2	2,73	-0,73

$N = 12$ $\text{Var } X = 0,909722$
 $\text{Media } X = 3$ $\text{Var } Y = 0,243056$
 $\text{Media } Y = 3$ $\text{Cov } XY = 0,326389$

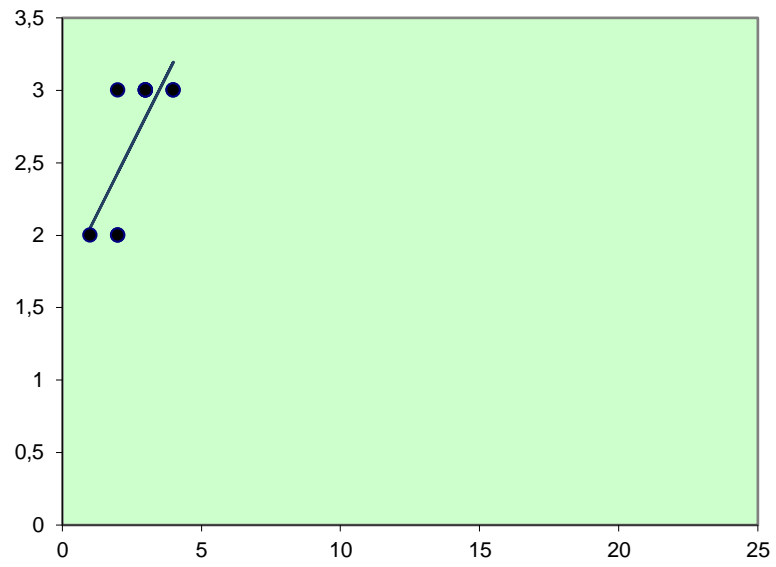
$r = 0,694$

Recta de regresión	Otra recta
$a = 1,656$	$a = 18$
$b = 0,359$	$b = -5,968$
$\Sigma \text{ errores}^2 = 0,914$	$\Sigma \text{ errores}^2 = 297,333$
$R^2 = 0,565$	$R^2 = -140,587$

□

Predicción	
Si $X = 21$	$Y \text{ estimado} = 9,19$

Diagrama de dispersión



Características Psicológicas (Motivación) y Rendimiento Deportivo

Caso	X	Y	Y estimado	Errores
N19	4	3	3,10	-0,10
P20	3	3	2,66	0,34
C1	2	2	2,21	-0,21
K7	2	2	2,21	-0,21
H11	2	2	2,21	-0,21
N8	4	3	3,10	-0,10
G3	4	3	3,10	-0,10
Z6	3	3	2,66	0,34
M5	4	3	3,10	-0,10
R10	3	3	2,66	0,34
M9	1	2	1,77	0,23
N4	2	2	2,21	-0,21

N = 12 Var X = 0,972222
 Media X = 3 Var Y = 0,243056
 Media Y = 3 Cov XY = 0,430556

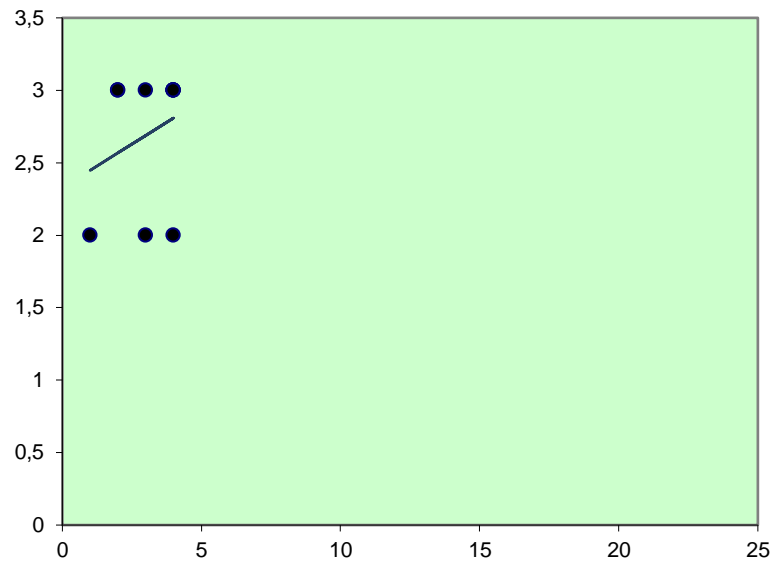
r = 0,886

Recta de regresión	Otra recta
a = 1,329 b = 0,443 $\Sigma \text{ errores}^2 = 0,522$ $R^2 = 0,752$	a = 18 b = -5,441 $\Sigma \text{ errores}^2 = 202,751$ $R^2 = -95,548$

□

Predicción	
Si X = 21	Y estimado = 10,63

Diagrama de dispersión



Características Psicológicas (Habilidad Mental) y Rendimiento Deportivo

Caso	X	Y	Y estimado	Errores
N19	3	3	2,78	0,22
P20	3	3	2,78	0,22
C1	3	2	2,78	-0,78
K7	2	2	2,39	-0,39
H11	1	2	2,00	0,00
N8	3	3	2,78	0,22
G3	3	3	2,78	0,22
Z6	4	3	3,17	-0,17
M5	3	3	2,78	0,22
R10	2	3	2,39	0,61
M9	1	2	2,00	0,00
N4	2	2	2,39	-0,39

N = 12 Var X = 0,75
 Media X = 3 Var Y = 0,243056
 Media Y = 3 Cov XY = 0,291667

r = 0,683

Recta de regresión	Otra recta
a = 1,611 b = 0,389 $\Sigma \text{ errores}^2 = 1,377$ $R^2 = 0,344$	a = 18 b = -6,167 $\Sigma \text{ errores}^2 = 221,778$ $R^2 = -104,608$

□

Predicción	
Si X = 21	Y estimado = 9,78

Diagrama de dispersión

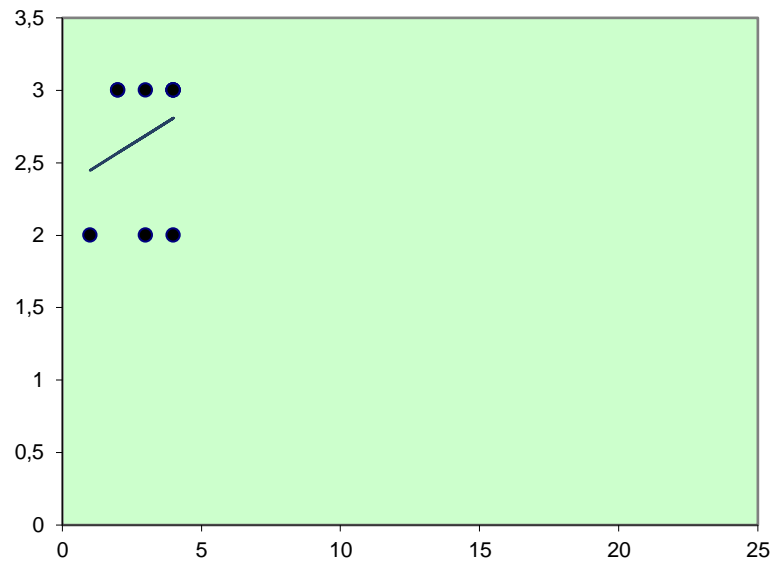
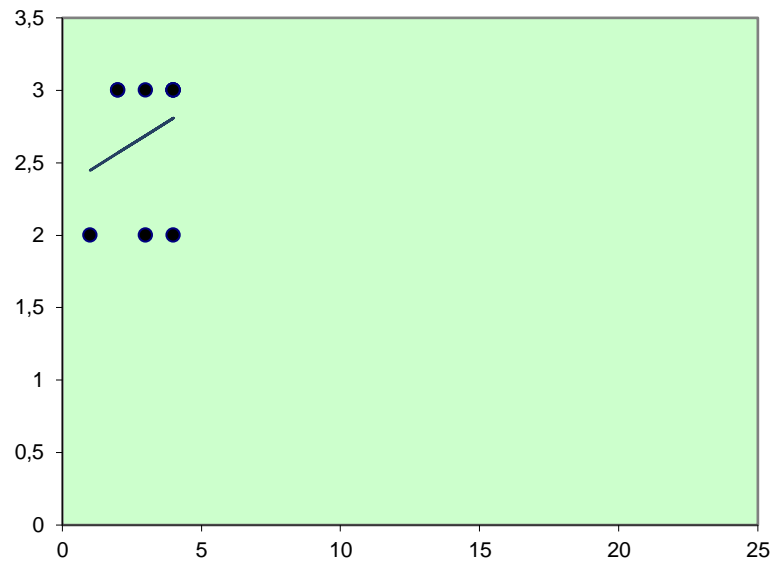


Diagrama de dispersión



ANEXO - 5

FOTOGRAFIAS DEL EQUIPO





HERIBERTO GUTIERREZ
 TOMALA BIE

DATOS
 Fecha de fundación: 19 de Diciembre, 2001
 Presidente: Juan Carlos Gómez
 Vicepresidente: Marco Luis Sánchez
 Fundadores: Daniel Chacón, Teodoro Pacheco, Reynaldo Martínez
 Sede Base: División 1
 Párrafo: Calle 10
 Miembros de la familia:

Miembros de la familia:
 Luciano Gómez, George
 Victoria Gómez, Daniela
 Juan Carlos Gómez
 Marco Antonio Gómez
 Marco Gómez, A.
 Esteban Carlos Gómez
 Alina D. Martínez
 Raquel D. Martínez
 DT: Raúl V. Cordero

CLUB DIKAXI "DCB"

ASOCIACION DE FUTBOL DE SALON EL ALTO

ASASIA



El EQUIPO y su hinchada posan con el trofeo que obtuvieron en el cotejo final

Quinta fecha del torneo

Dikaxi la reina del futsal

El Colono lemercano de Dikaxi goleó por 6 goles a 2 a Nueva Esperanza y se proclamó campeón de la primera categoría del torneo de fútbol de salón organizado por la Asociación de Fútbol de Salto El Alto.

El cotejo se disputó el pasado sábado en el Estadio Municipal, Francisco Gutiérrez, ante más de 500 espectadores locales.

En el campo profesionalista, el equipo de Adrean Saco dominó el terreno luego tras vencer por goleada a Municipal. El encuentro entre los dos equipos de fútbol femenino quedó empinado a cuatro goles por lado pero la diferencia en metas permitió la hincapié al San Nicolás que finalizó con alguna de las metas vacías.

Uno de los momentos más destacados del torneo de fútbol femenino fue el cotejo final que jugaron por la segunda categoría. Desde el primer de Amigos Por Salto, obtuvieron el preciado título al derrotar por 3 a 4 a Leyón Sport.

El cotejo fue de ida y vuelta, no apto para cualquiera, pero al final la diosa fortuna le favoreció a los Amigos, recordando plantel del semestre.

Gregorio Huayta, director técnico y miembro del directorio de Afsa, afirmó que en la presente gestión participaron 8 equipos que disputaron 17 fechas consecutivas.

Ponderó también el esfuerzo de los organizadores y de los dirigentes de los clubes, quienes aportaron con su granito de arena para que el torneo salga adelante.

Entre las figuras más destacadas de la presente gestión estuvieron: Karina Mamani, Lucía Carl, Natividad Carl, María Apaza, Tania Alcocer, Andrea Calliava y otras damas que brillaron con luces propias. También hicieron una mención especial a la jugadora Teresa Mamani, que volvió la cancha número 1, por su vasta experiencia en la disciplina del fútbol.



20 DAMAS ADOLESCENTES PRACTICAN FUTSAL

LA ESCUELA DEPORTIVA MUNICIPAL TRABAJA EN LA FORMACIÓN DE NUEVOS DEPORTISTAS CADA MARTES Y JUEVES EN LE MULTIFUNCIONAL DE LA CEJA DE EL ALTO.

EDWIN MAMANI LUNA
 elaltero_bolivia@yahoo.com

Comenzó la formación de nuevos futbolistas en la Escuela Deportiva Municipal de El Alto. Por hora la escuela trabaja con damas en la categoría juvenil y con niños de diferentes edades y los entrenamientos se realizan todos los martes y jueves en el multifuncional de la Ceja. El técnico y entrenador Eloy Javier Cosme, informó que el objetivo principal de la escuela es formar nuevos talentos deportivos que luego representarán a la ciudad de El Alto en algunas competencias. En la escuela de fútbol de salón se cuenta con el respaldo de la Dirección de Deporte del Gobierno Municipal de esta urbe, los alumnos reciben instrucción en el área técnica y conceptos básicos de sobre las reglas de juego.



DEPORTISTAS. Un grupo de las adolescentes que practica futsal.





