



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES

ESCUELA PROFESIONAL DE CIENCIAS DEL DEPORTE

La ansiedad y su influencia en el rendimiento deportivo de los
jóvenes de 15 a 17 años

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciado en Ciencias del Deporte

AUTOR:

Villalva Toledo, Jardel Juan (orcid.org/0000-0003-1712-1119)

ASESORES:

Dr. Blanco, Juan Jesus (orcid.org/0000-0002-5324-2105)

Dr. Chávez Oviedo, Angel (orcid.org/0000-0002-1344-6031)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Actividad Física y Salud

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

TRUJILLO — PERÚ

2023

Dedicatoria

La presente tesis se la dedico:

A mis padres Juan Villalva y Vicenta Toledo, por su apoyo constante e incondicional para cumplir con todo lo que me he propuesto en mi vida. Los amo.

A mis hermanas, tíos y mis abuelos y en especial a Clemente Toledo por todo el amor, cariño, felicidad que me pudo brindar en vida, gracias por las anécdotas y enseñanzas que me dejó, guardo un gran respeto hacia él, un abrazo hasta el cielo.

Agradecimiento

Quiero expresar mi total gratitud:

A Dios, por darme la vida, gozar de salud y por brindarme las fuerzas y sabiduría para realizar esta investigación.

A toda mi familia, en especial a mis padres Juan Villalva y Vicenta Toledo, por todo su amor y por formarme como una persona de bien, con valores y principios.

A mi asesor, el Mgtr. Angel Chávez Oviedo, por su ayuda, conocimientos, paciencia y recomendaciones, para la realización de esta tesis.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

CARÁTULA.....	i
DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTO.....	iii
ÍNDICE DE CONTENIDOS.....	iv
ÍNDICE DE TABLAS.....	v
ÍNDICE DE FIGURAS.....	vi
RESUMEN.....	vii
ABSTRACT.....	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO.....	4
III. METODOLOGÍA.....	11
3.1. Tipo y diseño de investigación	11
3.3. Población, muestra y muestreo.....	13
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	13
3.5. Procedimientos	14
3.6. Método de análisis de datos.....	16
3.7. Aspectos éticos	16
IV. RESULTADOS.....	17
V. DISCUSIÓN.....	23
VI. CONCLUSIONES	27
VII. RECOMENDACIONES.....	28
REFERENCIAS.....	29
ANEXOS	

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Niveles de ansiedad	17
Tabla 2. Niveles de rendimiento deportivo	19
Tabla 3. Prueba de normalidad	20
Tabla 4. Correlación en dimensiones	21
Tabla 5. Correlación general	22

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Niveles de ansiedad.....	17
Figura 2. Niveles de rendimiento deportivo	19

RESUMEN

El presente estudio trata sobre la ansiedad y su influencia en el rendimiento deportivo de los jóvenes de 15 a 17 años; el objetivo general es determinar cómo influye la ansiedad en el rendimiento deportivo de jóvenes de 15 a 17 años del Club Carlos Tenaud, Trujillo. La metodología de investigación básica, cuantitativa y correlacional, cuyo diseño fue no experimental. La muestra consistió en 57 deportistas. El instrumento utilizado para recopilar información fue el Inventario de Ansiedad Competitiva CSAI-2R y una ficha de resultados deportivos, lo cual permitió realizar el análisis de los datos. Los resultados obtenidos revelaron que más de la mitad de los jóvenes, experimentan niveles moderados (54.4%) y bajos (38.6%) de ansiedad. Mientras que la mayoría de los jóvenes en el Club Carlos Tenaud, presentan un rendimiento deportivo clasificado como bajo (43.9%). Sin embargo, un 35.1% de los jóvenes exhiben un rendimiento muy bueno. En conclusión, la ansiedad influye de forma negativa en el rendimiento deportivo en un 27.2% de los jóvenes, destacándose que, a medida que, incrementa la ansiedad en los jóvenes, su rendimiento deportivo, será menor.

Palabras clave. Rendimiento deportivo, Ansiedad, niveles, deportistas.

ABSTRACT

This study deals with anxiety and its influence on sports performance by young people aged 15 to 17 years; the general objective is to determine how anxiety influences sports performance by young people aged 15 to 17 years from the Carlos Tenaud Club, Trujillo. The research methodology was basic, quantitative and correlational, with a non-experimental design. The sample consisted of 57 athletes. The instrument used to collect information was the Competitive Anxiety Inventory CSAI-2R and a sports results sheet, which allowed data analysis. The results obtained revealed that more than half of the young people experience moderate (54.4%) or low (38.6%) levels of anxiety, while most of the young people in the Carlos Tenaud Club have a sports performance classified as low (43.9%). However, 35.1% of the young people exhibit very good performance. In conclusion, anxiety has a negative influence on sports performance in 27.2% of young people, highlighting that, as anxiety increases in young people, their sports performance will be lower.

Keywords. Sports performance, Anxiety, levels, athletes.

I. INTRODUCCIÓN

El rendimiento deportivo se conoce como la capacidad de un atleta o deportista para desempeñarse en su deporte específico a un nivel óptimo. Para lograr un alto rendimiento deportivo, se requiere una combinación de factores físicos, técnicos, tácticos, psicológicos y nutricionales (Thurlow et al., 2021). Por otra parte, la ansiedad es una respuesta innata del cuerpo ante diferentes circunstancias que se perciben como amenazantes o desafiantes. Es una sensación de preocupación, miedo o tensión que puede ser leve o intensa y que puede estar acompañada de síntomas físicos como sudoración, palpitaciones, temblores, respiración acelerada o dificultad para concentrarse. La ansiedad puede afectar negativamente el rendimiento deportivo si es demasiado intensa o persistente. Los atletas pueden sentirse abrumados, tener dificultades para concentrarse o mostrar otros síntomas que pueden interferir con su capacidad para desempeñarse en su deporte (Kurnia et al., 2021).

A nivel internacional, los jóvenes deportistas presentan preocupaciones sobre las metas y expectativas incumplidas en el entrenamiento como las competencias, y las dificultades con el entrenador o los compañeros de equipo pueden influir para que acepten y asuman riesgos conductuales que pueden dañar su salud (Kristensen et al., 2022). La parte física es importante, pero no mucho menos lo es la parte mental, considerándose que, esta última es muy importante para el entrenamiento o la competencia. Los estados mentales pueden derivarse en diferentes emociones que experimenta el deportista. Durante el ejercicio y la práctica deportiva, cada deportista experimentará distintas emociones, las cuales son en realidad una forma de actividad psicológica (Maithri et al., 2022). En las competiciones deportivas, el estado emocional de los atletas juega un papel crucial en los resultados del juego. La forma en que los entrenadores se enfocan en la percepción y la regulación de las emociones de los deportistas es un tema de gran importancia (Braun y Tamminen, 2019).

A nivel nacional, se detalla que, existen fallas y demoras que impactan en el rendimiento de los atletas, lo cual, denota que, el atletismo peruano experimenta un estancamiento en su crecimiento. Con ello se detalla que, existen factores internos como los estados emocionales que llegan a impactar negativamente en el rendimiento deportivo (Zaldívar, 2022). Demostrándose en

un estudio que, tanto la ira como la ansiedad fueron estados emocionales que más se presentaron en los atletas, durante la época de pandemia, por tanto, las entidades responsables, deben monitorear la ira, por tanto, los deportistas deberán desarrollar estrategias de control emocional, puesto que, sus beneficios que otorga son la mejora en la práctica deportiva, además, de una reducción en la hipertensión arterial (Vivar-Bravo et al., 2022).

En Trujillo, específicamente en el Club Carlos Tenaud, se ha observado un creciente interés en el desarrollo del deporte juvenil como parte integral de la educación y el bienestar de los jóvenes. Sin embargo, uno de los desafíos clave que enfrentan los atletas juveniles en Trujillo es la ansiedad y su potencial influencia en el rendimiento deportivo. Esta investigación se centra en explorar cómo la ansiedad afecta a los atletas juveniles en Trujillo y cómo se relaciona con su rendimiento deportivo. Además, existen deficiencias en el rendimiento de los jóvenes deportistas, debido a diferentes factores, que pueden asociarse a la falta de interés de parte de los jóvenes, falta de motivación, lo cual dificulta el desarrollo de habilidades técnicas adecuadas, o también se pueden presentar dificultades económicas, puesto que, la falta de recursos monetarios en las familias puede impedir que los jóvenes tengan acceso a continuar en el entrenamiento deportivo. Asimismo, se destaca que existen problemas emocionales que hacen ver la presencia de ansiedad por lograr una competencia o dar solución a un problema personal, lo cual hace que, se encuentren en alerta y están preocupados excesivamente por la ejecución correcta de los ejercicios o por resolver sus problemas, por lo consiguiente, faltan programas de bienestar emocional lo cual incrementa las ausencias en el club o afecta su buen rendimiento deportivo.

Como pregunta de investigación se establece: ¿Cómo influye la ansiedad en el rendimiento deportivo de los jóvenes de 15 a 17 años del Club Carlos Tenaud, Trujillo - 2023?

En cuanto a la justificación teórica, se centra en la teoría de los estados emocionales que impactan en el rendimiento deportivo, puesto que, esto a veces impide que, los jóvenes deportistas desarrollen sus habilidades que les permitan un mejor rendimiento deportivo, con ello se busca dar un aporte al conocimiento existente sobre los constructos en análisis.

Con respecto, a la justificación metodológica, se establece que, al aplicarse un enfoque cuantitativo con instrumentos debidamente validados, podrán ser aplicados a otras situaciones o estudios referentes a la temática.

Finalmente, en la justificación práctica, se detalla que, el encontrarse con buen estado de salud mental es crucial para el desarrollo de habilidades motoras y deportivas fundamentales en los jóvenes atletas. Esto les permite mejorar su rendimiento deportivo y alcanzar un mayor nivel de éxito en su carrera deportiva.

En cuanto a la justificación social, el deporte es una parte integral de la vida de muchos jóvenes y puede influir en su bienestar emocional y social. La ansiedad en el contexto deportivo puede tener un impacto en la autoestima, la confianza y las relaciones sociales de los adolescentes. Comprender este impacto social es esencial para apoyar el desarrollo integral de los jóvenes deportistas.

Justificación deportiva, busca dar a conocer la relación que existe entre la ansiedad y el rendimiento deportivo que es un tema de gran importancia en el ámbito deportivo, ya que puede marcar la diferencia entre el éxito y el fracaso en competiciones.

En cuanto a los objetivos, se detalla el objetivo general: Determinar cómo influye la ansiedad en el rendimiento deportivo de jóvenes de 15 a 17 años del Club Carlos Tenaud, Trujillo - 2023. De igual forma, se detallan como objetivos específicos: (a) Establecer los niveles de ansiedad de los jóvenes de 15 a 17 años en el Club Carlos Tenaud, Trujillo - 2023. (b) Analizar los niveles de rendimiento deportivo de jóvenes de 15 a 17 años del Club Carlos Tenaud, Trujillo -2023. (c) Evaluar la influencia de las dimensiones de la ansiedad en el rendimiento deportivo de los jóvenes de 15 a 17 años del Club Carlos Tenaud, Trujillo - 2023.

Finalmente, se plantea como hipótesis general que: La ansiedad influye en el rendimiento deportivo de jóvenes de 15 a 17 años del Club Carlos Tenaud, de Trujillo, de forma significativa.

II. MARCO TEÓRICO

Referente a la selección de antecedentes internacionales, se consideró su vinculación con la ansiedad y el rendimiento deportivo encontradas en las diversas bases adscritas a la Universidad César Vallejo. Asimismo, en relación a los antecedentes nacionales, se obtuvieron de tesis relacionadas, provenientes de diversos repositorios.

Entre los antecedentes internacionales, se encuentran: Sánchez-Sánchez et al., (2023), en España, quienes buscaron examinar los impactos de un programa de atención plena en los niveles de impulsividad, estado de ánimo y estado de ansiedad previo a la competencia en una muestra de atletas de 41. Los participantes fueron distribuidos de manera aleatoria a un grupo de intervención (N = 21), que recibió la intervención una vez por semana durante un período de 10 semanas, y a un grupo de control (lista de espera; N = 20). Se evaluaron las variables objeto de estudio utilizando diversos cuestionarios en el pre y post test (T1-T2) en ambos grupos. La intervención de atención plena fue efectiva para reducir la impulsividad (cognitiva ($t = -4,48$, $p \leq 0,001$, d de Cohen = 1,40), tanto motora ($t = -4,03$, $p \leq 0,001$, d de Cohen = 1,20) como no planificada ($t = -5,32$), $p \leq 0,001$, d de Cohen = 1,66)), estado de ánimo (tensión ($t = -4,40$, $p \leq 0,001$, d de Cohen = 1,37), depresión ($t = -4,56$, $p \leq 0,001$, d de Cohen = 1,42), ira ($t = -7,80$, $p \leq 0,001$, d de Cohen = 2,47), ansiedad somática ($t = -5,28$, $p \leq 0,001$, d de Cohen = 1,65) y ansiedad cognitiva ($t = -6,62$, $p \leq 0,001$, d de Cohen = 2,07)) en lo que respecta al equipo de intervención en contraste con el equipo de control, se observaron efectos significativamente mayores, que variaron de grandes a muy grandes en términos de tamaño.

Asimismo, Lorenzón et, al. (2022) en Argentina buscaron establecer la relación entre el cuestionario CPRD, que evalúa la caracterización psicológica vinculada con la escala de malestar psicológico de Kessler (K-10) y el rendimiento deportivo. Establecieron 103 deportistas para la muestra, los cuales fueron jóvenes de la Ciudad de Buenos Aires, con una proporción de hombres del 48.5% y con la edad promedio de 20.05 años. El 22.3% del grupo informó experimentar malestar psicológico. En cuanto a los resultados los hombres obtuvieron calificaciones más altas en el manejo del estrés y el rendimiento deportivo, mientras que los deportistas que realizaban deportes de equipo obtuvieron calificaciones más altas en la unión de equipo y el control del estrés.

Concluyendo en una correlación negativa que involucra a las variables del control de estrés, malestar psicológico y el impacto de la valoración en el desempeño deportivo.

Además, Carrasco y Martínez- Díaz (2021), en su investigación llevada a cabo en España, propusieron examinar la reacción neuroendocrina al estrés generado por distintos entornos deportivos (una sesión de entrenamiento rutinario y un evento competitivo), para determinar la influencia del estrés psicológico y físico, y explorar la posible relación entre el estado de ansiedad y las respuestas hormonales al estrés durante prácticas deportivas tanto competitivas como no competitivas. Participaron 12 jóvenes nadadores masculinos de nivel nacional. Los resultados no revelaron diferencias en los niveles de endorfina, adrenocorticotropina, prolactina y ansiedad entre el momento inicial (t0) y el primer punto de evaluación (t1). Sin embargo, se detectaron aumentos notables sobre los niveles de endorfinas (142 %), prolactina (137 %) y ansiedad (13 %) en el segundo punto de evaluación (t2). Se detectó una respuesta considerable al estrés en el tercer punto de evaluación (t3), con aumentos del 354 %, 387 % y 250 % en endorfinas, adrenocorticotropina y prolactina, respectivamente, aunque el estado de ansiedad disminuyó ligeramente. Por último, se encontró una falta de relación entre las hormonas del estrés y el estado de ansiedad en todas las condiciones evaluadas.

Mientras que Casali et al., (2021), en su estudio ejecutado en Italia, buscaron identificar los correlatos de la ansiedad por la competencia en el bienestar y el rendimiento de los atletas. Tomando como referencia investigaciones anteriores que han establecido conexiones entre la autocompasión, el pensamiento negativo repetitivo y el rasgo de ansiedad en la población general, nuestro estudio se enfocó en explorar estas relaciones específicamente en atletas de diversas disciplinas deportivas. Un total de 263 atletas (Mage $\frac{1}{4}$ 23,72, SD $\frac{1}{4}$ 6,97, 141 hombres) completaron escalas que medían la autocompasión, el pensamiento negativo repetitivo y el rasgo de ansiedad por la competencia. Los resultados obtenidos revelaron que los modelos de regresión evidenciaron el impacto de la autocompasión y la preocupación en la generación de preocupación (un componente cognitivo de la ansiedad), así como la influencia de la preocupación en la manifestación de la

ansiedad somática. El género, el número de competencias al año y los años de práctica también se asociaron con el rasgo de ansiedad por la competencia.

Por otra parte, Khurram et al., (2021), en su estudio realizado en Pakistán, plantearon evaluar el impacto que tiene la ansiedad con relación al desempeño deportivo de los deportistas. La muestra fue constituida por 110 deportistas (68 varones y 42 mujeres). En el proceso de recolección de datos se empleó la técnica del muestreo probabilístico de muestreo intencional de jugadores deportivos que pertenecen a las ciudades de Bahawalpur y Multan de la provincia de Punjab. El rango de edad de los encuestados de esta investigación transversal fue de 18 a 35 años. Los hallazgos mostraron que, si aumenta la ansiedad deportiva, el rendimiento deportivo del jugador disminuirá y viceversa ($r=-.33$). Además, la ansiedad deportiva también fue un predictor significativo del rendimiento deportivo. Los resultados tampoco revelaron diferencias significativas de género en la ansiedad deportiva y el rendimiento deportivo.

Entre los antecedentes nacionales, se presentaron: Acuña-Rodas y García-Cárdenas (2023) que tuvieron como objetivo demostrar la efectividad del programa AG en la disminución de la ansiedad precompetitiva. En este estudio cuasiexperimental, 46 jugadores de fútbol participaron en un programa semipresencial que constaba de 14 sesiones estructuradas en torno a tres dimensiones: ACOG, ASOM y AUCOM, desde la medición inicial hasta la implementación y medición final. Los participantes fueron clasificados como GC=28 y GX=28. Se utilizó el CSAI-2 para la pre y post evaluación, y se obtuvieron resultados significativos, después de la intervención, el estudio concluye que el programa diseñado y ejecutado tuvo el impacto anhelado de disminuir la ansiedad precompetitiva de los futbolistas.

Por otro lado, Cárdenas (2021) en su investigación busco comparar la ansiedad previa a la competición de los jugadores de fútbol de 5 clubes del norte de Lima pertenecientes a divisiones menores. Se tuvieron en cuenta dos variables: la participación de un orientador en entorno laboral y la regularidad de sesiones de entrenamiento. En donde la muestra fue constituida por 253 futbolistas masculinos, cuyas edades oscilaron entre los 9 y 18 años. Para medir las diferentes dimensiones de la ansiedad previa a la competición, se aplicó el inventario de la Ansiedad Estado Competitiva-2. Los resultados revelaron que no existió diferencias relevantes en los grupos de estudio analizados, por lo cual se

llegó a la conclusión de que la ansiedad experimentada por los futbolistas en la etapa previa a la competición de los 5 clubes de divisiones menores del norte de Lima no se ve afectada de una manera significativa porque previamente se trabajó con un orientador, en situación laboral y con la frecuencia de entrenamiento.

Además, Bedoya (2020) realizó un estudio con el propósito de examinar la conexión entre los distintos tipos de la ansiedad y las tácticas empleadas para enfrentar el estrés en los atletas que practicaban CrossFit en el centro de entrenamiento de Pulso Fitness Center de la ciudad de Lima. En donde la muestra incluyó a 60 deportistas entre mujeres y varones, con las edades de 18 años a 50 años de edad aproximadamente. En donde se llegó a los resultados de que el tipo de ansiedad más comúnmente experimentado por los deportistas es la ansiedad de estado (70%). En conclusión, se encontró una relación significativa entre las distintas técnicas de afrontamiento que emplean los deportistas de CrossFit en el centro de entrenamiento Pulso Fitness Center de la Ciudad de Lima durante el año 2019, en el manejo de la ansiedad.

Por último, Castillo (2021) llevó a cabo un estudio que buscaba analizar el vínculo entre el rendimiento deportivo y la ansiedad. Por ello realizó una búsqueda minuciosa de diversos artículos, proyectos científicos y tesis en bases de datos como Redalyc, Scopus, SciELO, Science Direct y Dialnet, empleando el método de búsqueda booleana y palabras clave. En total se encontraron 1527 artículos, de los cuales se seleccionaron 131 y finalmente solo 6 satisfacían los criterios de inclusión para la investigación. Los resultados sugieren que las habilidades psicológicas indican que el nivel de ansiedad en los futbolistas es alto y que esto influye en el rendimiento deportivo. Sin embargo, no se encontraron resultados específicos en cuanto a la atención y concentración. En resumen, se concluye que hay una relación del entrenamiento deportivo y la ansiedad, aunque no se considera un factor determinante.

La atención, la ansiedad y la concentración han sido identificadas como factores que tienen un efecto negativo en el rendimiento deportivo al ser diferentes en cada individuo.

Entre las bases teóricas, se destaca que la ansiedad no siempre es perjudicial para el desempeño y puede tener efectos facilitadores o un lado positivo. Por ejemplo, la ansiedad puede desempeñar un papel motivador: las

personas que experimentan ansiedad suelen ser más receptivas a la retroalimentación y, por lo tanto, están más atentas al monitorear tanto su entorno como a sí mismas. Tal hipervigilancia indica que se deben asignar más recursos, como el esfuerzo, a la tarea (Hayden y Mccarthy, 2018).

Spielberger definió la ansiedad como la tendencia a experimentar tensión y preocupación con respecto a la valoración de situaciones amenazantes, destacó la naturaleza multifacética de la ansiedad y distinguió entre niveles generales de ansiedad rasgo y ansiedad estado (Spielberger, 1972 citado en Hayden y Mccarthy, 2018). Como rasgo específico de la situación, la ansiedad disposicional en el lugar de trabajo está alineada con otras ansiedades específicas de la situación, como la ansiedad frente a los exámenes y ansiedad por los deportes competitivos. Estableciéndose una relación intrincada entre la ansiedad y el rendimiento en diversos contextos. (Hayden y Mccarthy, 2018).

Gran parte de los fracasos en competencias se atribuyen a dificultades relacionadas con el control de la ansiedad (Vlachopoulos et al., 2016). Por lo tanto, se considera que no solo el aspecto físico impacta directamente en el rendimiento durante los eventos deportivos, sino que también es crucial el manejo y la comprensión de las emociones, especialmente en lo que respecta a los niveles de ansiedad, ya que estos influyen en el resultado de las competiciones y en la eficacia de los entrenamientos deportivos (Guerra et al., 2017).

Cualquier situación humana puede verse influenciada por un nivel particular de ansiedad. En el ámbito de la competición deportiva, donde el resultado obtenido y sus consecuencias pueden determinar el presente y el futuro como profesional del deporte (contratos, percepción social, continuidad, autoestima, etc.), es fundamental controlar los estados de ansiedad que se generan en el organismo (Ruiz-Juan et al., 2016). La mayoría de los atletas y entrenadores experimentan algún grado de nerviosismo cuando se enfrentan a una competición, incluso días antes del evento, lo cual impacta en su rendimiento deportivo (Walling y Duda, 2013).

La ansiedad en la actividad deportiva abarca un amplio espectro, dado que en este estado la persona tiene una carga considerable tanto física como neuro-psíquica derivada de las sesiones de entrenamiento y competición (Ponseti et al., 2017). Además, se agrega un componente adicional: la importancia del

evento. En general, cuanto más relevante es un evento deportivo, más ansiedad genera (Ponseti et al., 2016). En otras palabras, el impacto social, económico o personal refleja la importancia que pueda tener el resultado de la competición (Walling y Duda, 2013). Ello indica que, puede perjudicar o favorecer el rendimiento de los deportistas (Sepúlveda- Páez et al., 2019).

Del mismo modo, la autoestima está relacionada con la percepción de amenaza y los recursos disponibles para afrontar la situación. Los atletas profesionales enfrentan una presión y carga emocional constantes que, en muchos casos, resultan excesivas (Menéndez y Becerra, 2019). Parece claro que una competición deportiva relevante puede ser estresante y difícil de afrontar para muchas personas, incluso para aquellas que están bien entrenadas profesionalmente (Núñez y Garcia, 2017). Varias investigaciones han demostrado que el deporte competitivo aumenta los niveles de ansiedad de los participantes, como lo evidencian los hallazgos de Covassin y otros en el caso de deportistas lesionados (Covassin et al., 2015).

Se ha diagnosticado durante muchos años que los factores psicológicos tienen una importancia crucial en la competición. De esta forma, se estudia ampliamente conexión entre la ansiedad y el desempeño deportivo. Además, la teoría multidimensional muestra que la ansiedad agresiva consta de dos subcomponentes, cognitivo y somático, que tienen un efecto duradero en el rendimiento general. El primero de ellos es la ansiedad cognitiva, descrita como el componente mental de la ansiedad y que en el juego suele manifestarse mediante el uso de expectativas negativas y una autoevaluación negativa. Puede haber una mala relación lineal entre la ansiedad cognitiva y el rendimiento general (Potgieter et al., 2018). Los elementos cognitivos de la ansiedad ascienden debido a la preocupación por las malas opiniones, de miedo al fracasar y la falta de autoestima (Salom et al., 2021).

Los profesionales de la psicología deportiva sostienen que los niveles elevados de ansiedad competitiva tanto a nivel de estado como de rasgo antes y durante una competencia son perjudiciales, ya que afectan negativamente el rendimiento e incluso pueden llevar a la eliminación del evento. La psicología del deporte juega un papel fundamental en la comprensión y el abordaje de la ansiedad en los atletas, ya que puede proporcionar estrategias y técnicas para manejar el estrés y optimizar el rendimiento deportivo. La ansiedad genera una

sensación de aprehensión y una mayor activación fisiológica. Es una vivencia experimentada y compartida por toda la humanidad; algunas personas intentan evitar esta sensación y, como resultado, acaban experimentando miedo (Muhammad et al., 2021).

En eventos deportivos donde el éxito y el fracaso están en juego, algunos jugadores pueden experimentar dificultades para mantener su nivel de concentración y pueden experimentar ansiedad. La ansiedad es una parte intrínseca de la competición y sus efectos negativos son prominentes en todos los tipos de atletas (Gómez-Marcos y Sánchez-Sánchez, 2019).

Por otro lado, con respecto al rendimiento deportivo, se detalla: que es un rasgo multifactorial resultante de la interacción de las características individuales, ambientales y de la tarea (Guest et al., 2018). Debido a que es complicado, cambia constantemente y tiene muchas dimensiones, entender por qué los atletas tienen diferentes niveles de rendimiento requiere tener una visión completa que tome en cuenta cómo se relacionan diferentes aspectos y cómo interactúan a diferentes niveles durante la competencia (Natacha et al., 2020).

El rendimiento deportivo se percibe principalmente como asociado con el deporte de élite, donde los atletas luchan por un lugar en el podio, siendo probablemente el resultado más prestigioso una medalla de oro olímpica (Kim et al., 2020). Por otro lado, los atletas recreativos intentan cada vez más emular a los mejores atletas empujando sus límites y estableciendo sus ambiciones cada vez más altas. Como tal, tanto los atletas de élite como los recreativos buscan optimizar su rendimiento (Supej y Spörri, 2021).

El rendimiento deportivo es fundamental en el ámbito de las ciencias deportivas, ya que busca alcanzar los resultados esperados o, en última instancia, el éxito en el deporte. Para lograr esto, es necesario optimizar el rendimiento deportivo. Según Ursino et al. (2018), es importante estudiar las características que influyen en el contexto deportivo. Para planificar adecuadamente el entrenamiento deportivo y mejorar el rendimiento, se deben considerar aspectos biológicos, deportivos, técnicos-tácticos, psicológicos y afectivo-sociales. Esto permite que los deportistas desarrollen de manera óptima sus capacidades físicas, técnicas, tácticas-estratégicas y psicológicas. Al establecer claramente estos aspectos, se aumentan las posibilidades de mejorar el rendimiento durante la competencia.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

3.1.1. Tipo de investigación

Este estudio emplea un método de investigación Básica. La cual está caracterizada por ser de una naturaleza fundamental o básica, y su principal objetivo es ampliar el conocimiento teórico en un área específica. Estos estudios se enfocan en investigar conceptos, principios y teorías fundamentales sin tener una aplicación práctica inmediata. (Cabezas et al., 2018). En este caso, implica que, se encuentre la influencia de la ansiedad en el rendimiento deportivo de jóvenes de 15 a 17 años del Club Carlos Tenaud, Trujillo – 2023.

Mientras que el enfoque de esta investigación es cuantitativo. Esta metodología se fundamenta en la cuantificación y análisis estadístico de datos. Emplea herramientas de recolección de datos estructurados, como cuestionarios, y tiene como objetivo generalizar los resultados a una población más extensa (Arispe et al., 2020). En este enfoque, las variables son evaluadas mediante mediciones numéricas en los instrumentos utilizados, y la estadística se emplea para abordar los objetivos de la investigación.

Además, el nivel de investigación fue Correlacional. En donde se trata de analizar las características sobre un fenómeno en cuestión, rescatándose las particularidades de cada una de los constructos. En un estudio de naturaleza correlacional, se recolectan datos de las variables, empleando un análisis estadístico, como el valor de correlación, para determinar la magnitud y dirección de relación entre las variables (Ñaupas et al., 2018). En este caso, se investigará la influencia de la ansiedad en el rendimiento deportivo de jóvenes de 15 a 17 años pertenecientes al Club Carlos Tenaud, ubicado en Trujillo - 2023.

3.1.2. Diseño de investigación

En cuanto al diseño que se utilizó para esta investigación, fue no experimental. Porque no se realizan manipulaciones directas en las variables de estudio ni se establecen condiciones controladas. En cambio, se observan y se recopilan datos sobre las variables tal como se presentan en su contexto

(Hernández y Mendoza, 2018). Se llevó a cabo un estudio transversal, dado que las variables fueron analizadas simultáneamente y en un lapso de tiempo breve.

3.2. Variables y operacionalización

Variable 1: Ansiedad (Independiente)

Definición conceptual: La tendencia a sentir tensión y preocupación en relación a la evaluación de situaciones amenazantes puso de relieve la naturaleza compleja de la ansiedad, e hizo una distinción entre los niveles generales de ansiedad de rasgo y la ansiedad momentánea o de estado (Hayden y Mccarthy, 2018).

Definición operacional: Establecido por el Inventario de Ansiedad Precompetitiva CSAI-2R por medio de 15 ítems.

Dimensiones: Ansiedad somática, Ansiedad cognitiva, Motivación.

Indicadores: Estoy muy inquieto, siento mi cuerpo rígido, siento tensión en mi estómago, mi frecuencia cardíaca se acelera, mis manos están sudorosas, me preocupa no rendir tan bien en esta competición como podría hacerlo, me preocupa perder, me preocupa bloquearme ante la presión, me preocupa un bajo rendimiento, me preocupa que los demás se sientan decepcionados con mi rendimiento, estoy seguro de mí mismo, estoy seguro de que puedo afrontar el desafío, tengo confianza en hacerlo bien, tengo confianza porque me veo alcanzando mi objetivo, confío en responder bien ante la presión.

Escala: Ordinal

Variable 2: Rendimiento Deportivo (Dependiente)

Definición conceptual: Se refiere al nivel de desempeño y logros alcanzados por un individuo o equipo en una disciplina deportiva específica. Está relacionado con la capacidad de un atleta o equipo para ejecutar habilidades técnicas, tácticas, físicas y mentales de manera efectiva y eficiente durante la competencia (Sabarit et al., 2022).

Definición operacional: Medir a través del resultado obtenido en cada partido disputado.

Dimensiones: Resultado deportivo.

Indicadores: Resultado del partido, Goles a favor, Goles en contra, Puntos obtenidos.

Escala: Ordinal

3.3. Población, muestra y muestreo

La población es un conjunto completo de elementos o individuos que comparten ciertas características o cualidades y que son objeto de estudio. Representa el grupo al que se pretende generalizar los resultados. (Arispe et al., 2020). Para este caso, se consideró a todos los de jóvenes de 15 a 17 años pertenecientes al Club Carlos Tenaud, ubicado en Trujillo.

Criterios de inclusión. Jóvenes de 15 a 17 años pertenecientes al Club Carlos Tenaud, ubicado en Trujillo, que se encuentran presentes el día de la aplicación del instrumento.

Criterios de exclusión Jóvenes de 15 a 17 años pertenecientes al Club Carlos Tenaud, ubicado en Trujillo, que no se encuentran presentes el día de la aplicación del instrumento.

Unidad de análisis. Jóvenes de 15 a 17 años pertenecientes al Club Carlos Tenaud, ubicado en Trujillo.

Muestra. Consiste en un subgrupo del universo del estudio (Cabezas et al., 2018). Esta muestra fue constituida por 57 jóvenes de 15 a 17 años que tuvieron participación en esta presente investigación, estos jóvenes pertenecen al Club Carlos Tenaud, ubicado en Trujillo.

Muestreo. El muestreo empleado en esta investigación, fue el no probabilístico. Puesto que, se seleccionará la muestra sin emplear probabilidades o fórmula alguna para ello. Por tanto, en este estudio, se tomó en cuenta a la muestra de igual cantidad de la población, es decir 57 jóvenes de 15 a 17 años pertenecientes al Club Carlos Tenaud, ubicado en Trujillo.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnica:

La encuesta. Se utilizó esta herramienta empleada para recopilar datos de un grupo de personas con el propósito de obtener datos y estadísticas sobre un tema específico (Arispe et al., 2020).

La observación. La cual, se establecerá para recabar datos sobre una muestra, sea esta de manera participante o no, para detallar los datos en una ficha (Hernández y Mendoza, 2018).

Instrumento:

Fue el cuestionario, el cual consta de un conjunto de preguntas preestablecidas que se plantea a los participantes. Estas preguntas pueden ser respondidas de forma autónoma por los participantes y administradas por un investigador (Hernández y Mendoza, 2018). Aplicándose el Inventario de Ansiedad Competitiva CSAI-2R para la primera variable.

Mientras que, para el rendimiento deportivo, se utilizó una ficha donde se evalúa los resultados deportivos y se recopiló los datos de los partidos jugados, goles a favor, goles en contra y puntos obtenidos.

Validez del constructo. Se basó en el método de evaluación por expertos, el cual implica la revisión y valoración de la calidad y relevancia de un instrumento de medición, como una encuesta, por parte de expertos en el campo pertinente. En el caso de una encuesta, la validez por evaluación de expertos implica presentar el cuestionario a un grupo de especialistas en el tema o área de estudio, quienes revisarán y evaluarán la idoneidad, claridad, pertinencia y calidad general de las preguntas. Estos ayudaron a evaluar la redacción de las preguntas, y la consistencia de la estructura general del cuestionario, la relevancia de los elementos y la adecuación de las opciones de respuesta proporcionadas.

Confiabilidad. Se aplicó el alfa de Cronbach, es reconocido como un indicador estadístico empleado para evaluar la coherencia interna de un conjunto de ítems o preguntas en una escala de medición.

3.5. Procedimientos

Se detallan las siguientes actividades que fueron ejecutadas:

- Preparación de los cuestionarios: Se elaboraron dos cuestionarios separados, uno enfocado en el rendimiento deportivo y otro en la ansiedad. Estos cuestionarios contendrán preguntas relevantes y adecuadas para el grupo objetivo, considerando su edad y contexto deportivo.
- Consentimiento informado: Antes de administrar los cuestionarios, se obtendrá por parte de cada participante y, si corresponde, de sus padres o tutores legales. Se les explicará el propósito del estudio, la confidencialidad de la información y su derecho a participar de manera voluntaria.
- Administración de los cuestionarios: Los cuestionarios se administraron en un ambiente tranquilo y propicio para que los participantes respondan con sinceridad. Se proporcionarán instrucciones claras sobre cómo completar los cuestionarios y se resolverán las dudas que puedan tener los participantes.
- Privacidad y confidencialidad: Se garantizo la confiabilidad de las respuestas de los participantes. Los cuestionarios no contendrán información personal identificable y se utilizarán códigos o números de identificación para mantener la privacidad de los datos.
- Tiempo de respuesta: Se dio a los participantes un tiempo adecuado para completar los cuestionarios. Se fomentará la concentración y se evitarán distracciones durante el proceso de respuesta.
- Recopilación de los cuestionarios: Una vez que los participantes completaron el cuestionario, se recogieron de manera segura para su posterior análisis. Se verifico que no falten respuestas o que no haya ambigüedades en las respuestas proporcionadas.
- Análisis de datos: los datos fueron recopilados en los cuestionarios para posteriormente ser procesados y analizados utilizando métodos estadísticos apropiados. En donde buscaron relaciones y patrones entre las variables de rendimiento deportivo y ansiedad para obtener conclusiones relevantes.

3.6. Método de análisis de datos

Se ejecuto un análisis estadística y tipo de prueba de correlación es apropiada para evidenciar la relación entre dos variables. Todo el procedimiento, se ejecutó en Excel y la tabulación fue ejecutada en SPSS V.26.

3.7. Aspectos éticos

Se establecieron (Alvarez, 2018):

Confidencialidad y anonimato: Se implementaron medidas para salvaguardar la confidencialidad de los datos recolectados y garantizar que la información personal no se divulgue sin el consentimiento expreso de los participantes, protegiendo así su privacidad.

Respeto por las personas: Se evito cualquier tipo de daño. Se estableció salvaguardar los procedimientos para minimizar cualquier riesgo potencial y asegurar el bienestar de los participantes tanto durante como después de la investigación.

Justicia: El estudio se llevó a cabo de manera imparcial y equitativa, tratando a todos los participantes de forma justa y sin discriminar por la raza, orientación sexual, religión, genero, origen étnico u otras características protegidas.

No maleficencia: Ante cualquier conflicto de intereses que pueda comprometer la objetividad o integridad de la investigación, el investigador tuvo que informar, de esta manera se asegura que no se cause daño o perjuicio a los participantes o a otros involucrados.

Uso responsable de los datos: El investigador asumió la responsabilidad de utilizar los datos recolectados de manera ética y responsable. Se respetarán los derechos de autor y se citarán adecuadamente las fuentes utilizadas, garantizando la integridad intelectual y el reconocimiento de los trabajos previos.

IV. RESULTADOS

Análisis descriptivo

(a) Establecer los niveles de ansiedad de los jóvenes de 15 a 17 años en el Club Carlos Tenaud, Trujillo -2023.

Tabla 1. Niveles de ansiedad

	Muy bajo		Bajo		Moderada		Alta		Muy alta	
Ansiedad somática	19	33,3%	20	35,1%	10	17,5%	6	10,5%	2	3,5%
Ansiedad cognitiva	2	3,5%	14	24,6%	25	43,9%	12	21,1%	4	7,0%
Autoconfianza	19	33,3%	16	28,1%	10	17,5%	10	17,5%	2	3,5%
Ansiedad	1	1,8%	22	38,6%	31	54,4%	2	3,5%	1	1,8%

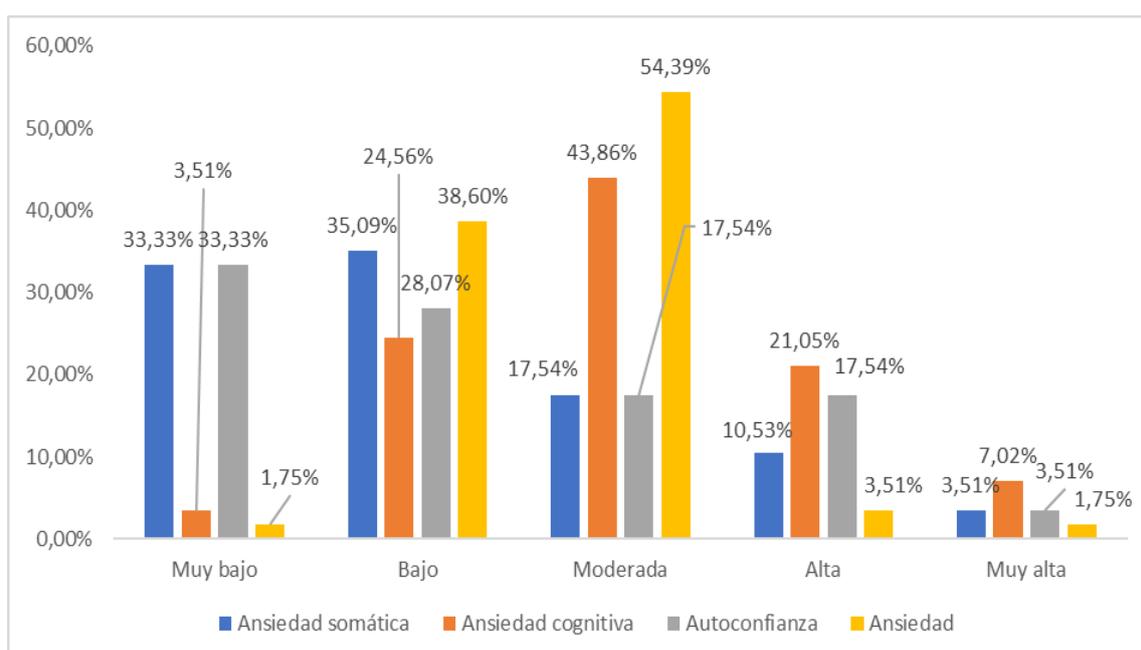


Figura 1. Niveles de ansiedad

Se observa que la ansiedad somática y la ansiedad cognitiva muestran una distribución que varía desde niveles muy bajos hasta niveles muy altos. Para la ansiedad somática, la mayoría de los jóvenes experimentan niveles de ansiedad moderada (17.5%) y bajos (35.1%), seguidos de niveles muy bajos (33.3%), altos (10.5%) y muy altos (3.5%). Similarmente, en la ansiedad cognitiva, se registra

la presencia de niveles moderados (43.9%) y bajos (24.6%) como los más prevalentes, con niveles muy bajos (3.5%), altos (21.1%), y muy altos (7.0%) también presentes, aunque con menor incidencia.

Por otro lado, la autoconfianza parece ser más estable, con un número considerable de jóvenes mostrando niveles moderados (17.5%) y bajos (28.1%). Sin embargo, los niveles muy bajos (33.3%) y altos (17.5%) también presentan una frecuencia significativa, mientras que los niveles muy altos (3.5%) son menos comunes.

En general, la mayoría de los jóvenes informan niveles de ansiedad que van desde moderados hasta altos. La ansiedad en sí misma parece ser común, ya que se observa una prevalencia significativa de niveles moderados (54.4%) y bajos (38.6%). Mientras que los niveles muy bajos (1.8%) y muy altos (1.8%) muestran una ocurrencia menos frecuente. La comprensión detallada de estos niveles de ansiedad puede ser crucial para la implementación de estrategias efectivas de manejo y apoyo para los jóvenes en el Club Carlos Tenaud.

(b) Analizar los niveles de rendimiento deportivo de jóvenes de 15 a 17 años del Club Carlos Tenaud, Trujillo -2023.

Tabla 2. Niveles de rendimiento deportivo

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Muy bajo	12	21,1	21,1	21,1
	Bajo	25	43,9	43,9	64,9
	Muy bueno	20	35,1	35,1	100,0
	Total	57	100,0	100,0	

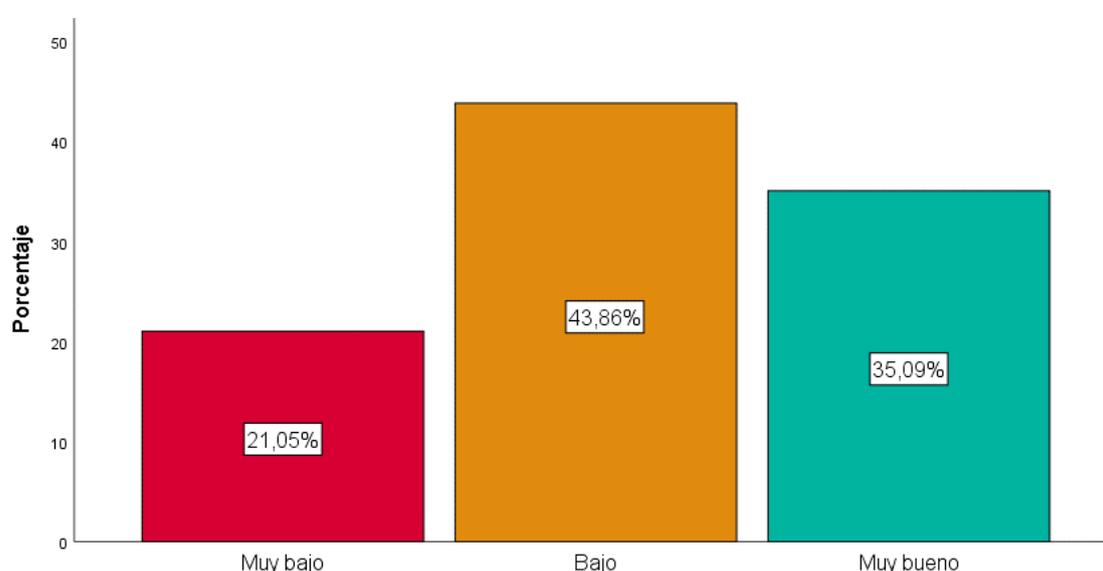


Figura 2. Niveles de rendimiento deportivo

La tabla 2 presenta una visión detallada de los niveles de rendimiento deportivo entre los jóvenes de 15 a 17 años del Club Carlos Tenaud en Trujillo en el año 2023. Se observa que el rendimiento deportivo se distribuye en tres categorías distintas: muy bajo, bajo y muy bueno. La mayoría de los jóvenes (43.9%) se encuentran en la categoría de rendimiento bajo, seguidos por aquellos con un rendimiento muy bueno, que constituye el 35.1% de la muestra. Además, un número significativo de jóvenes muestra un rendimiento muy bajo, que corresponde al 21.1% de la población.

Análisis inferencial

Tabla 3. Prueba de normalidad

	Kolmogórov-Smirnov		
	Estadístico	gl	Sig.
Ansiedad somática	,241	57	,000
Ansiedad cognitiva	,234	57	,000
Autoconfianza	,211	57	,000
Ansiedad	,297	57	,000
Rendimiento deportivo	,310	57	,000

La tabla 3 presenta los resultados de la prueba de normalidad de los datos recopilados en la investigación. Se utilizó la prueba de Kolmogórov-Smirnov para determinar si las variables siguen una distribución normal. Los resultados indican que todas las variables presentan valores de significancia (Sig.) de 0,000, lo que sugiere que las distribuciones de los datos no son normales. Estos resultados podrían implicar que los datos no se ajustan a una distribución gaussiana, lo que tiene implicaciones importantes para el análisis estadístico que se puede realizar. Es esencial considerar la no normalidad de los datos al aplicar pruebas estadísticas paramétricas, ya que estas asumen una distribución normal de los datos.

(c) Evaluar la influencia de las dimensiones de la ansiedad en el rendimiento deportivo de los jóvenes de 15 a 17 años del Club Carlos Tenaud, Trujillo -2023.

Tabla 4. Correlación en dimensiones

			Rendimiento deportivo
Rho de Spearman	Ansiedad somática	Coefficiente de correlación	-,338*
		Sig. (bilateral)	,010
		N	57
	Ansiedad cognitiva	Coefficiente de correlación	-,458**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	57
	Autoconfianza	Coefficiente de correlación	,272*
		Sig. (bilateral)	,041
		N	57

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

**. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

La tabla 4 presenta los resultados de la evaluación de la influencia de las dimensiones de la ansiedad en el rendimiento deportivo de los jóvenes de 15 a 17 años del Club Carlos Tenaud en Trujillo para el año 2023. Los coeficientes de correlación de Spearman revelan asociaciones significativas entre las diferentes dimensiones de la ansiedad y el rendimiento deportivo. Se observa una correlación negativa significativa entre la ansiedad somática y el rendimiento deportivo (Rho = -0,338, p = 0,010). Asimismo, se encuentra una correlación negativa más fuerte y altamente significativa entre la ansiedad cognitiva y el rendimiento deportivo (Rho = -0,458, p = 0,000). Además, se identifica una correlación positiva moderada y significativa entre la autoconfianza y el rendimiento deportivo (Rho = 0,272, p = 0,041). Se destaca otra correlación negativa moderada y significativa entre la ansiedad y el rendimiento deportivo (Rho = -0,272, p = 0,040).

Objetivo general: Determinar cómo influye la ansiedad en el rendimiento deportivo de jóvenes de 15 a 17 años del Club Carlos Tenaud, Trujillo - 2023.

Tabla 5. Correlación general

		Ansiedad	
Rho de Spearman	Rendimiento deportivo	Coefficiente de correlación	-,272*
		Sig. (bilateral)	,040
		N	57

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

La Tabla 5 presenta los resultados de la correlación general entre la ansiedad y el rendimiento deportivo de los jóvenes de 15 a 17 años en el Club Carlos Tenaud en Trujillo para el año 2023. El coeficiente de correlación de Spearman indica una asociación significativa negativa entre la ansiedad y el rendimiento deportivo (Rho = -0,272, p = 0,040). Esto sugiere que la ansiedad, en general, tiene una relación inversa con el rendimiento deportivo de los jóvenes atletas en el club. La correlación negativa señala que niveles más altos de ansiedad se asocian con un rendimiento deportivo más bajo.

V. DISCUSIÓN

Los resultados del estudio revelan que más de la mitad de los jóvenes en el Club Carlos Tenaud, Trujillo, experimentan niveles moderados (54.4%) y bajos (38.6%) de ansiedad. Aunque los niveles de ansiedad alta y muy alta también están presentes, su incidencia es relativamente baja, representando un 3.5% y un 1.8% respectivamente en ambas categorías. El estudio realizado por Carrasco y Martínez-Díaz (2021) en España proporciona una perspectiva complementaria sobre la relación entre el estrés psicológico y la respuesta neuroendocrina en entornos deportivos. Aunque su investigación no reveló diferencias significativas en los niveles de endorfina, adrenocorticotropina, prolactina y ansiedad en el momento inicial y en el primer punto de evaluación, los resultados destacan los aumentos notables en los niveles de endorfinas, prolactina y ansiedad en el segundo punto de evaluación. Estos hallazgos sugieren una marcada reacción al estrés en los jóvenes nadadores masculinos durante el transcurso de las prácticas deportivas, lo que respalda la importancia de comprender los efectos fisiológicos y psicológicos del estrés en el contexto del rendimiento deportivo. Aunque el estudio no encontró una relación directa entre las hormonas del estrés y el estado de ansiedad en todas las condiciones evaluadas, los aumentos significativos en las hormonas del estrés y la ansiedad en los puntos de evaluación posteriores resaltan la complejidad de la interacción entre los factores fisiológicos y psicológicos en respuesta al estrés durante la práctica deportiva. Estos hallazgos sugieren la necesidad de abordar la gestión integral del estrés en los jóvenes atletas, considerando tanto los aspectos físicos como los psicológicos para optimizar su rendimiento y bienestar general. Además, la falta de relación entre las hormonas del estrés y la ansiedad plantea interrogantes sobre la complejidad de los mecanismos de respuesta al estrés en los atletas, destacando la importancia de investigaciones adicionales para comprender más a fondo estas interacciones. Por otro lado, en el estudio de Bedoya (2020), se encontró que, el tipo de ansiedad más comúnmente experimentado por los deportistas es la ansiedad de estado (70%).

El análisis detallado revela que la mayoría de los jóvenes en el Club Carlos Tenaud, Trujillo, presentan un rendimiento deportivo clasificado como bajo (43.9%). Sin embargo, un notable 35.1% de los jóvenes exhiben un rendimiento muy bueno, lo que sugiere un potencial significativo dentro de la población

estudiada. En particular, el estudio de Sánchez-Sánchez et al. (2023) destaca la efectividad de un programa de atención plena en la reducción de la ansiedad, el estado de ánimo y la impulsividad en atletas. La implementación de estrategias similares centradas en la gestión emocional y el bienestar psicológico podría ser beneficioso para los jóvenes en el Club Carlos Tenaud que presentan niveles de rendimiento deportivo bajo. El énfasis en el desarrollo de habilidades psicológicas relacionadas con el deporte, como la autocompasión y la preocupación, como se exploró en el estudio de Casali et al. (2021), también puede ser valioso para mejorar el rendimiento y promover un mayor bienestar entre los atletas. Además, el trabajo de Bedoya (2020) destaca la importancia de las estrategias de afrontamiento en el manejo de la ansiedad, particularmente en relación con la ansiedad de estado. Implementar tácticas de afrontamiento efectivas, como la reinterpretación positiva de la experiencia y la búsqueda de apoyo social, podría ser crucial para mejorar el rendimiento deportivo de los jóvenes con niveles de rendimiento bajo en el Club Carlos Tenaud. Dado que la ansiedad puede influir en el rendimiento deportivo, las conclusiones de los estudios anteriores enfatizan la importancia de abordar de manera integral tanto los aspectos físicos como los psicológicos del rendimiento deportivo. El enfoque en el bienestar emocional y la gestión del estrés, respaldado por investigaciones como las de Acuña Rodas y García Cárdenas (2023), podría ser una estrategia clave para mejorar el rendimiento de los jóvenes atletas en el Club Carlos Tenaud, especialmente aquellos con niveles de rendimiento deportivo considerados bajos.

Los resultados de la evaluación revelan relaciones significativas entre las dimensiones de la ansiedad y el rendimiento deportivo de los jóvenes del Club Carlos Tenaud, Trujillo, en 2023. Se observa que un 33.8% de los jóvenes experimenta una asociación negativa entre la ansiedad somática y el rendimiento deportivo, mientras que un 45.8% muestra una correlación negativa más fuerte y altamente significativa entre la ansiedad cognitiva y el rendimiento deportivo. Además, se identifica que un 27.2% de los jóvenes exhiben una correlación positiva moderada y significativa entre la autoconfianza y el rendimiento deportivo. Esto se alinea con los hallazgos de Bedoya (2020), que destacan la importancia de la gestión del estrés y las estrategias de afrontamiento en el rendimiento deportivo. En particular, la aplicación de técnicas de afrontamiento

efectivas, como la reinterpretación positiva de la experiencia y la búsqueda de apoyo social, puede ser crucial para contrarrestar los efectos negativos de la ansiedad somática en el rendimiento deportivo de los jóvenes atletas. Además, la correlación negativa más fuerte y altamente significativa entre la ansiedad cognitiva y el rendimiento deportivo, observada en un 45.8% de los jóvenes, está en línea con los resultados encontrados por Castillo (2021), que sugieren una relación entre la ansiedad y el rendimiento deportivo. Estos hallazgos respaldan la importancia de abordar la ansiedad cognitiva mediante intervenciones que fomenten habilidades psicológicas como la autocompasión y la preocupación, tal como se investigó en el estudio de Casali et al. (2021). Además, la correlación positiva moderada y significativa entre la autoconfianza y el rendimiento deportivo, identificada en un 27.2% de los jóvenes, puede beneficiarse de enfoques que promuevan el desarrollo de la autoconfianza y la autoeficacia en los atletas. El trabajo de Acuña Rodas y García Cárdenas (2023) subraya la importancia de programas que mejoren la confianza precompetitiva y sugiere que un enfoque similar podría ser valioso para fortalecer la autoconfianza en los jóvenes atletas del Club Carlos Tenaud.

En relación con la correlación general entre la ansiedad y el rendimiento deportivo, un 27.2% muestra una asociación significativa negativa entre ambas variables. Esto sugiere que un porcentaje considerable de jóvenes atletas experimenta efectos adversos en su rendimiento deportivo debido a niveles elevados de ansiedad. Estos hallazgos resaltan la necesidad de implementar estrategias específicas de manejo de la ansiedad y fortalecimiento de la autoconfianza para apoyar el desarrollo integral de los atletas juveniles y mejorar su desempeño en el ámbito deportivo. Estos hallazgos coinciden con los descubrimientos de Khurram et al. (2021), quienes identificaron una relación directa entre la ansiedad y el rendimiento deportivo en su estudio en Pakistán. La comprensión de esta relación es esencial para implementar estrategias de intervención efectivas que puedan mitigar los efectos perjudiciales de la ansiedad en el desempeño deportivo de los jóvenes atletas. Además, los resultados resaltan la necesidad de aplicar enfoques específicos de manejo de la ansiedad y fortalecimiento de la autoconfianza, en línea con los hallazgos de Acuña Rodas y García Cárdenas (2023) y Castillo (2021). Estos estudios previos subrayan la importancia de programas estructurados y estrategias de

entrenamiento que aborden la ansiedad precompetitiva y fomenten la confianza en los atletas juveniles. La implementación de tales intervenciones puede ser crucial para mejorar la salud mental y el rendimiento general de los jóvenes deportistas en el contexto del Club Carlos Tenaud. La correlación negativa entre la ansiedad y el rendimiento deportivo también está en consonancia con los resultados obtenidos por Lorenzón et al. (2022) en Argentina, que demostraron una relación entre el malestar psicológico y el impacto en el rendimiento deportivo. Estos hallazgos sugieren que la gestión efectiva de la ansiedad y el bienestar psicológico son componentes esenciales para garantizar un rendimiento deportivo óptimo entre los jóvenes atletas. Como tal, se confirma la hipótesis general: Existe una relación significativa entre la ansiedad y el rendimiento deportivo de los jóvenes de 15 a 17 años en el Club Carlos Tenaud, Trujillo – 2023.

A pesar de los hallazgos significativos y la evidencia acumulada de investigaciones relevantes, es esencial considerar las limitaciones inherentes al estudio y los antecedentes mencionados. Una de las limitaciones notables es el tamaño de la muestra, que en algunos de los estudios citados puede haber sido limitado. Esta limitación plantea dudas sobre la representatividad de los resultados y su generalización a poblaciones más amplias, lo que podría comprometer la validez externa de los hallazgos, particularmente en el contexto específico del Club Carlos Tenaud en Trujillo.

Otra limitación importante son los sesgos de respuesta y autoinforme en los estudios. Existe la posibilidad de que los participantes hayan experimentado sesgos al completar cuestionarios y escalas de evaluación, lo que podría haber influido en la precisión y la validez de los datos recopilados. Esta limitación subraya la importancia de abordar con precaución las conclusiones derivadas de los resultados y de adoptar un enfoque crítico y reflexivo al aplicar estas conclusiones a contextos específicos, como el del Club Carlos Tenaud en Trujillo.

VI. CONCLUSIONES

En esta sección final, se exponen las conclusiones de la investigación al resumir los resultados obtenidos, evaluando el alcance tanto del objetivo general como de los objetivos específicos del estudio.

1. Los resultados del estudio en relación al primer objetivo específico indican que la mayoría de los jóvenes experimentan niveles moderados y bajos en ambas dimensiones de ansiedad, lo que demuestra que la ansiedad es frecuente en este grupo específico estudiado.
2. En cuanto al segundo objetivo específico, se describió la distribución del rendimiento deportivo donde se evidencia que, la mayoría presenta rendimiento bajo (43.9%). Sin embargo, un 21.1% presenta rendimiento deportivo muy bajo, es por ello que se debe desarrollar estrategias específicas y programas de entrenamiento adaptados a las necesidades individuales de los jóvenes deportistas.
3. En referencia al tercer objetivo específico se evidencio que tanto la ansiedad somática como la ansiedad cognitiva están negativamente asociadas al rendimiento deportivo, indicando que niveles más altos de ansiedad en estas dimensiones se relacionan con un rendimiento deportivo inferior.
4. Finalmente, en el objetivo general se encontró que, la ansiedad influye de forma negativa en el rendimiento deportivo en un 27.2% de los jóvenes, estos hallazgos respaldan la hipótesis establecida en el Club Carlos Tenaud, Trujillo, siendo este valor significativo al 5% de referencia ($p < 0.05$), destacándose que, a medida que, incrementa la ansiedad en los jóvenes, su rendimiento deportivo, será menor.

VII. RECOMENDACIONES

A partir de los hallazgos presentados en esta investigación, se derivan las siguientes recomendaciones.

1. Es fundamental implantar programas de apoyo específicos para abordar la ansiedad en los deportistas. Estos programas podrían incluir técnicas de manejo del estrés, entrenamiento en habilidades psicológicas y sesiones de asesoramiento individual o grupal.
2. Dada la naturaleza compleja de la ansiedad y su relación con el rendimiento deportivo, se recomienda considerar la ampliación de la muestra en futuras investigaciones. Un tamaño de muestra más grande podría proporcionar una perspectiva más completa y representativa de la diversidad de factores que influyen en esta relación.
3. Las condiciones contextuales pueden variar ampliamente en entornos deportivos. Se sugiere explorar más a fondo las variables, como el tipo de deporte, el nivel de competencia y la presión externa, para comprender mejor cómo influye la ansiedad en el rendimiento deportivo.
4. Para abordar los diferentes problemas prácticos, se podría implementar intervenciones psicológicas y planificaciones de entrenamiento específicos para reducir la ansiedad y mejorar el rendimiento. Además, se puede agregar programas de entrenamiento mental o estrategias psicológicas, para ofrecer pautas útiles para los deportistas, entrenadores y profesionales del deporte.

REFERENCIAS

- Acuña-Rodas, S., & García-Cárdenas, M. (2023). Ansiedad precompetitiva en futbolistas: Intervención del Programa AG. *Revista De Investigación De Estudiantes De Psicología "JANG&Quot*, 1(1), 56–71.
doi:<https://doi.org/10.18050/jang.1.1.2023.5>
- Alvarez, P. (2018). Cartilla ética e investigación. *Ética e investigación*, 7(2).
<https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/434>
- Arispe, C., Yangali, J., Guerrero, M., Rivera, O., Acuña, L., & Arellano, C. (2020). *La investigación científica. Una aproximación para los estudios de posgrado*. Guayaquil: Universidad Internacional del Ecuador.
Obtenido de
<https://repositorio.uide.edu.ec/bitstream/37000/4310/1/LA%20INVESTIGACI%C3%93N%20CIENT%3%8DFICA.pdf>
- Bedoya, M. (2020). *Ansiedad y Estrategias de Afrontamiento en Deportistas que Practican CrossFit en Centro de Entrenamiento Pulso Fitness Center, Lima 2019*. Tacna: Universidad Privada De Tacna. Obtenido de
<https://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12969/1680/Bedoya-Lanchipa-Maripaz.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Braun, C., & Tamminen, K. (2019). Coaches' interpersonal emotion regulation and the coach-athlete relationship. *Movement & Sport Sciences - Science & Motricité*, 105(105), 37-51.
doi:<https://doi.org/10.1051/sm/2019011>
- Cabezas, E., Andrade, D., & Torres, J. (2018). *Introducción a la metodología de la investigación científica*. Sangolquí: Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE. Obtenido de
<http://repositorio.espe.edu.ec/xmlui/bitstream/handle/21000/15424/Introduccion%20a%20la%20Metodologia%20de%20la%20investigacion%20cientifica.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cárdenas, J. (2021). *Ansiedad pre competitiva en jugadores de fútbol de las divisiones menores de clubes de Lima-Norte*. Lima: Universidad Privada del Norte. Obtenido de

<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/28951/Cardenas%20Florez%2C%20Jeffer%20Miguel.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Carrasco, L., & Martínez- Díaz, I. (2021). Training vs. Competition in Sport: State Anxiety and Response of Stress Hormones in Young Swimmers. *J Hum Kinet.*, 80, 103-112. doi:10.2478/hukin-2021-0087

Casali, N., Ghisi, M., Jansen, P., Feraco, T., & Meneghetti, C. (2021). What Can Affect Competition Anxiety in Athletes? The Role of Self-Compassion and Repetitive Negative Thinking. *Psychological Reports*, 1-20. Obtenido de <https://self-compassion.org/wp-content/uploads/2021/11/Casali-et-al.-2021-What-Can-Affect-Competition-Anxiety-in-Athletes-T.pdf>

Castillo, S. (2021). *Revisión sistemática de ansiedad, atención y concentración en el rendimiento deportivo de fútbol*. Trujillo: Universidad César Vallejo. Obtenido de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/83643/Castillo_OSJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Covassin, T., Beidler, E., Ostrowski, J., & Wallace, J. (2015). Psychosocial aspects of rehabilitation in sports. *Clin Sports Med.*, 34(2), 199-212. Obtenido de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov>

Gómez-Marcos, G., & Sánchez-Sánchez, M. (2019). Descripción y diferencias en las variables psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo de triatletas y para triatletas. *Retos*(36), 22-25.

Guerra, J., Gutiérrez, M., Zavala, M., Singre, J., Goosdenovich, D., & Romero, E. (2017). Relationship between anxiety and physical exercise. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 1-38. Obtenido de <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumenl.cgi?IDARTICULO=79027>

Hayden, B., & McCarthy, J. (2018). Understanding the Dark and Bright Sides of Anxiety: A Theory of Workplace Anxiety. *Journal of Applied Psychology*, 103(5). Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/322651024_Understanding_the_Dark_and_Bright_Sides_of_Anxiety_A_Theory_of_Workplace_Anxiety

- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas: cuantitativa ,cualitativa y mixta*. Mexico: Mcgraw-Hill Interamericana Editores. Obtenido de <http://repositorio.uasb.edu.bo:8080/handle/54000/1292>
- Khurram, F., Fahd, S., Tahira, R., & Yaseen, M. (2021). Impact of Sports Anxiety on Sports Performance of Players. *Pakistan journal of humanities and social sciences*, 9(3), 581-586. doi:10.52131/pjhss.2021.0903.0163
- Kim, M., Do Kim, Y., & Lee, H. W. (2020). It is time to consider athletes' well-being and performance satisfaction: The roles of authentic leadership and psychological capital. *Sport Management Review*, 23(5), 964-977. doi:<https://doi.org/10.1016/j.smr.2019.12.008>
- Kristensen, J., Skilbred, A., Abrahamsen, F., Ommundsen, Y., & Loland, S. (2022). Performance-enhancing and health-compromising behaviors in youth sports: A systematic mixed-studies review. *Performance Enhancement & Health*, 10(4). doi:<https://doi.org/10.1016/j.peh.2022.100237>
- Kurnia, M., Kristina, P., Fahritsani, H., Nita, P., Kumbara, H., & Daryono, H. (2021). The effect of shuttle drill training on the ability of dribbling ball in soccer games in extracurricular students of SMA Negeri 1 Lembak. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*. doi:10.13189/saj.2021.090115.
- Lorenzón, J., González, F., Aceiro, M., & Delfino, G. (2022). Psychological distress related to psychological skills associated with sports performance in young athletes. *Ciencias Psicológicas*, 16(1), 1-13. doi:<https://doi.org/10.22235/cp.v16i1.2685>
- Maithri, M., Raghavendra, U., Gudigar, A., Samanthc, J., Datta, P., Murugappan, M., Acharya, U. (2022). Automated emotion recognition: current trends and future perspectives. *Computer methods and programs in biomedicine*, 215. doi:<https://doi.org/10.1016/j.cmpb.2022.106646>

- Menéndez, D., & Becerra, A. (2019). Ansiedad en deportistas jóvenes: un estudio comparativo entre hombres y mujeres. *Horizonte sanitario*, 19(1), 127-135. doi:10.19136/hs.a19n1.3398
- Muhammad, N., Syed, Z., Safdar, M., & Manzoor, M. (2021). Effect of competition anxiety on athletes sports performance: implication for coach. *Humanities & Social Sciences Reviews*, 9(3), 1460-1464. doi:10.18510/hssr.2021.93146
- Natacha, T., Thuany, M., & Pereira, S. (2020). Sports performance and systems theories. *Sport Sciences & Therapy*. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/344242813_Sports_performance_and_systems_theories
- Núñez, A., & Garcia, A. (2017). Relación entre el rendimiento y la ansiedad en el deporte: una revisión sistemática. *RETOS* (32), 172-177. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/3457/345751100034.pdf>
- Ñaupas, H., Mejía, E., Novoa, E., & Villagómez, A. (2018). *Metodología de la investigación. Cuantitativa - Cualitativa y Redacción de la Tesis*. Bogotá - México: Ediciones de la U. Obtenido de https://www.academia.edu/59660793/METODOLOG%C3%8DA_DE_LA_INVESTIGACI%C3%93N_5TA_EDICI%C3%93N
- Ponseti, F., García-Mas, A., Cantallops, J., & Vidal, J. (2017). Diferencias de sexo respecto de la ansiedad asociada a la competición deportiva. *Retos*, 31, 193-196.
- Ponseti, F., Sesé, A., & García-Mas, A. (2016). The impact of competitive anxiety and parental influence on the performance of young swimmers. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 11(2), 229-237.
- Ruiz-Juan, F., Zarauz, A., & Flores-Allende, G. (2016). Ansiedad precompetitiva en corredores de fondo en ruta en función de sus variables de entrenamiento. *Retos*, 30, 110-113.
- Sabarit, A., Rodríguez-López, E., Reigal, R., Morillo-Baro, J., Vázquez-Diz, J., Hernández-Mendo, A., & Morales-Sánchez, V. (2022). Funcionamiento

cognitivo y rendimiento deportivo en jóvenes futbolistas: Una revisión sistemática. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 22(2), 99-114. Obtenido de <https://scielo.isciii.es/pdf/cpd/v22n2/1578-8423-cpd-22-2-99-114.pdf>

- Salom, M., Ponseti, F., Núñez, A., Núñez, B., Salom, G., & García-Mas, A. (2021). Competitive anxiety and performance in competing sailors. *Retos*(39).
- Sánchez-Sánchez, L., Franco, C., Amutio, A., García-Silva, J., & González-Hernández, J. (2023). Influence of Mindfulness on Levels of Impulsiveness, Moods and Pre-Competition Anxiety in Athletes of Different Sports. *Healthcare*, 11. doi:<https://doi.org/10.3390/healthcare11060898>
- Sepúlveda-Páez, Geraldly, Díaz-Karmelic, Yasna, & Ferrer-Urbina, Rodrigo. (2019). Ansiedad pre-competitiva y estrategias de afrontamiento deportivo, en disciplinas acuáticas individuales y colectivas en deportistas juveniles de alto nivel. *Límite (Arica)*, 14, 16. Epub 13 de marzo de 2020. <https://dx.doi.org/10.4067/s0718-50652019000100216>
- Supej, M., & Spörri, J. (2021). Special Issue on “Sports Performance and Health”. *Appl. Sci.*, 11. doi:<https://doi.org/10.3390/app11062755>
- Thurlow, F., Kite, R., & Cumming, S. (2021). Revisiting youth player development in Australian Rules Football: Is there a place for bio-banding? *International Journal of Sports Science and Coaching*, 17(3), 108-112. doi:10.1177/174795412111042682
- Ursino, D., Cirami, L., & Barrios, R. (2018). Aportes de la Psicología del Deporte para conceptualizar, operacionalizar y maximizar el rendimiento deportivo. *Anuario de Investigaciones*, 25.
- Vivar-Bravo, J., Fernández Pérez, Y., Esquivel, O., Damián, E., & Ocaña-Fernández, Y. (2022). Ira y ansiedad en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao durante la pandemia covid 19. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 41(1), 34-38. Obtenido de

https://www.revistaavft.com/images/revistas/2022/avft_1_2022/6_ira_ansiedad_atletas.pdf

Vlachopoulos, S., Biddle, S., & Fox, K. (2016). Determinants of emotion in children's physical activity: A test of goal perspectives and attribution theories. *Pediatric Exercise Science*(9), 65.
doi:<http://dx.doi.org/10.5093/rpadef2019a3>

Walling, M., & Duda, J. (2013). Goals and their association with beliefs about success in and perceptions of the purpose of physical education. *Journal. Teaching Physical Education*(14), 140-156. Obtenido de <http://journals.humankinetics.com/>

Zaldívar, M. (2022). El impacto de la ansiedad en deportistas profesionales. *Dilemas contemporáneos: educación, política y valores*, 29(1).
doi:<https://doi.org/10.46377/dilemas.v9i.2942>

ANEXOS

ANEXO N° 1. MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala
Ansiedad	La tendencia a experimentar tensión y preocupación con respecto a la valoración de situaciones amenazantes, destacó la naturaleza multifacética de la ansiedad y distinguió entre niveles generales de ansiedad rasgo y ansiedad estado (Hayden y Mccarthy, 2018).	Establecido por el Inventario de Ansiedad Competitiva CSAI-2R por medio de 15 ítems.	Ansiedad somática	Estoy muy inquieto Siento mi cuerpo rígido Siento tensión en mi estómago Mi frecuencia cardíaca se acelera Mis manos están sudorosas	Ordinal
			Ansiedad cognitiva	Me preocupa no rendir tan bien en esta competición como podría hacerlo Me preocupa perder Me preocupa bloquearme ante la presión Me preocupa un bajo rendimiento Me preocupa que los demás se sientan decepcionados con mi rendimiento	

			Autoconfianza	Estoy seguro de mí mismo Estoy seguro de que puedo afrontar el desafío Tengo confianza en hacerlo bien Tengo confianza porque me veo alcanzando mi objetivo Confío en responder bien ante la presión	
--	--	--	---------------	--	--

<p>Rendimiento deportivo</p>	<p>Se refiere al nivel de desempeño y logros alcanzados por un individuo o equipo en una disciplina deportiva específica. Está relacionado con la capacidad de un atleta o equipo para ejecutar habilidades técnicas, tácticas, físicas y mentales de manera efectiva y eficiente durante la competencia (Sabarit et al., 2022).</p>	<p>Medir a través del resultado del partido, goles a favor, goles en contra, y puntos obtenidos.</p>	<p>Resultados Deportivos</p>	<p>Resultado del partido Goles a favor Goles en contra Puntos obtenidos</p>	<p>Ordinal</p>
-------------------------------------	--	--	------------------------------	---	----------------

Anexo 2. INSTRUMENTO DE ANSIEDAD

Nombres:

Apellidos:

Edad:

Fecha actual:

Instrucciones: A continuación, marque con una (X) el número apropiado que aparece a laderecha de cada comentario sobre cómo se siente usted antes de una competición.

Como podrá observar existen 4 opciones de respuestas, representadas por un casillero. Elija el que prefiera. Según se encuentre más o menos de acuerdo.

Nada	Un poco	Bastante	Mucho
1	2	3	4

N.º	DIMENSIONES / ÍTEMS	1	2	3	4
Ansiedad Somática					
1.	Estoy muy inquieto				
2.	Siento mi cuerpo rígido				
3.	Siento tensión en mi estómago				
4.	Mi frecuencia cardíaca se acelera				
5.	Mis manos están sudorosas				
Ansiedad Cognitiva					
6.	Me preocupa no rendir tan bien en esta competición como podría hacerlo				
7.	Me preocupa perder				
8.	Me preocupa bloquearme ante la presión				
9.	Me preocupa un bajo rendimiento				
10.	Me preocupa que los demás se sientan decepcionados con mi rendimiento				
Autoconfianza					
11.	Estoy seguro de mí mismo				
12.	Estoy seguro de que puedo afrontar el desafío				
13.	Tengo confianza en hacerlo bien				
14.	Tengo confianza porque me veo alcanzando mi objetivo				
15.	Confío en responder bien ante la presión				

Anexo 3. INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN DEL RENDIMIENTO DEPORTIVO

Institución:

Categoría:

Nombre del entrenador:

Nombre del torneo o competencia:

N° Fecha	Nombre del Equipo Rival	Goles a Favor	Goles en Contra	Resultado del partido	Puntos
Total					

Baremo

Cada encuentro jugado tendrá una calificación de acuerdo al resultado:

Victoria: Cuando el equipo gana un partido, el equipo recibe 3 puntos.

Empate: Si el partido termina en con el marcador igual, el equipo recibe 1 punto.

Derrota: Si el equipo pierde el partido, no recibe puntos (0).

Partidos	Puntos
Victoria	3
Empate	1
Derrota	0

Del 100% de los puntos disputados, si el equipo consigue un 20% de los puntos el Rendimiento Deportivo es (Muy Malo), hasta el 40% es (Malo), hasta el 60% es (bueno), hasta el 80% es (Muy Bueno) y hasta el 100% es (Excelente).

Para medir los puntos en porcentaje, utilizamos la siguiente fórmula:

$$\text{Porcentaje de puntos gandos} = \left(\frac{\text{Puntos Obtenidos}}{\text{Máximo de puntos posibles}} \right) \times 100$$

Partidos jugados	
Máximo de puntos posibles	
Puntos obtenidos	
Resultado del Rendimiento	

Anexo 4. Primera constancia de validez de contenido de Ansiedad.

Apellidos y Nombres del Experto Validador: Dr. HORNA MERINO, ANA MARIA DEL PILAR.

DNI: 32973997

Grado Académico: DOCTOR

Denominación: DOCTOR EN EDUCACIÓN

N.º	Dimensiones / Ítems	CLARIDAD				COHERENCIA				RELEVANCIA				OBSERVACIONES / RECORDACIONES
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
	DIMENSIÓN 1: ANSIEDAD SOMÁTICA													
1	Estoy muy inquieto				x				x					x
2	Siento mi cuerpo rígido				x				x					x
3	Siento tensión en mi estómago				x				x			x		
4	Mi frecuencia cardíaca se acelera				x				x					x
5	Mis manos están sudorosas				x				x					x
	DIMENSIÓN 2: ANSIEDAD COGNITIVA	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
6	Me preocupa no rendir tan bien en esta competición como podría hacerlo				x				x					x
7	Me preocupa perder			x					x					x
8	Me preocupa bloquearme ante la presión				x			x						x
9	Me preocupa un bajo rendimiento				x				x					x
10	Me preocupa que los demás se sientan decepcionados con mi rendimiento	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
	DIMENSIÓN 3: AUTOCONFIANZA				x				x					x
11	Estoy seguro de mí mismo				x				x					x
12	Estoy seguro de que puedo afrontar el desafío				x			x				x		
13	Tengo confianza en hacerlo bien			x					x			x		
14	Tengo confianza porque me veo alcanzando mi objetivo				x				x					x
15	Confío en responder bien ante la presión				x				x					x

OPINION DE LA APLICACION

¿Qué aspectos tendría que modificar, incrementar o suprimir en los instrumentos de investigación?

.....

INSTRUCCIONES: Este instrumento, sirve para que el EXPERTO EVALUADOR evalúe la pertinencia, eficacia del instrumento que se está validando. Deberá colocar la puntuación que considere pertinente a los diferentes enunciados.

Trujillo, 7 de octubre de 2023.

Dra. : Ana María del Pilar Horna Merino
 DNI : 32973997
 Especialidad : Educación Física
 E-mail : anamaria.horna@gmail.com



Primera constancia de validez de contenido de Rendimiento Deportivo.

Apellidos y Nombres del Experto Validador: Dr. HORNA MERINO, ANA MARIA DEL PILAR.

DNI: 32973997

Grado Académico: DOCTOR

Denominación: DOCTOR EN EDUCACIÓN

N.º	Dimensiones / Ítems	CLARIDAD				COHERENCIA				RELEVANCIA				OBSERVACIONES / RECORDACIONES
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
	DIMENSIÓN: Resultado deportivo													
1	Goles a favor				x				x				x	
2	Goles en contra				x				x				x	
3	Resultado del partido				x				x			x		
4	Puntos obtenidos				x				x			x		

¿Qué aspectos tendría que modificar, incrementar o suprimir en los instrumentos de investigación?

.....

INSTRUCCIONES: Este instrumento, sirve para que el EXPERTO EVALUADOR evalúe la pertinencia, eficacia del instrumento que se está validando. Deberá colocar la puntuación que considere pertinente a los diferentes enunciados.

Trujillo, 7 de octubre de 2023.

Dra. : Ana María del Pilar Horna Merino
 DNI : 32973997
 Especialidad : Educación Física
 E-mail : anamaria.horna@gmail.com



Segunda constancia de validez de contenido de Ansiedad.

Apellidos y Nombres del Experto Validador: Mgtr. LU SAAVEDRA, JORGE MARTIN.

DNI: 32916897

Grado Académico: MAESTRO

Denominación: MAESTRO EN EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN DOCENCIA Y GESTIÓN EDUCATIVA

N.º	Dimensiones / Ítems	CLARIDAD				COHERENCIA				RELEVANCIA				OBSERVACIONES / RECORDACIONES
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
	DIMENSIÓN 1: ANSIEDAD SOMÁTICA													
1	Estoy muy inquieto				x				x				x	
2	Siento mi cuerpo rígido			x					x				x	
3	Siento tensión en mi estómago				x				x				x	
4	Mi frecuencia cardíaca se acelera				x				x			x		
5	Mis manos están sudorosas				x				x				x	
	DIMENSIÓN 2: ANSIEDAD COGNITIVA	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
6	Me preocupa no rendir tan bien en esta competición como podría hacerlo				x				x				x	
7	Me preocupa perder				x				x			x		
8	Me preocupa bloquearme ante la presión				x				x				x	
9	Me preocupa un bajo rendimiento				x				x				x	
10	Me preocupa que los demás se sientan decepcionados con mi rendimiento	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
	DIMENSIÓN 3: AUTOCONFIANZA				x				x				x	
11	Estoy seguro de mí mismo				x				x				x	
12	Estoy seguro de que puedo afrontar el desafío				x				x				x	
13	Tengo confianza en hacerlo bien				x				x				x	
14	Tengo confianza porque me veo alcanzando mi objetivo			x				x					x	
15	Confío en responder bien ante la presión				x				x				x	

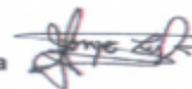
¿Qué aspectos tendría que modificar, incrementar o suprimir en los instrumentos de investigación?

...NINGUNO...

INSTRUCCIONES: Este instrumento, sirve para que el EXPERTO EVALUADOR evalúe la pertinencia, eficacia del instrumento que se está validando. Deberá colocar la puntuación que considere pertinente a los diferentes enunciados.

Trujillo, 7 de octubre de 2023.

Mgtr : Jorge Martín Lu Saavedra
 DNI : 32916897
 Especialidad : Especialista en Educación Física
 E-mail : jmartinlu@gmail.com



Segunda constancia de validez de contenido de Rendimiento Deportivo.

Apellidos y Nombres del Experto Validador: Mgtr. LU SAAVEDRA, JORGE MARTIN.

DNI: 32916897

Grado Académico: MAESTRO

Denominación: MAESTRO EN EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN DOCENCIA Y GESTIÓN EDUCATIVA

N.º	Dimensiones / Ítems	CLARIDAD				COHERENCIA				RELEVANCIA				OBSERVACIONES / RECORDACIONES
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
	DIMENSIÓN: Resultado deportivo													
1	Goles a favor				x				x				x	
2	Goles en contra				x				x				x	
3	Resultado del partido				x				x			x		
4	Puntos obtenidos				x				x				x	

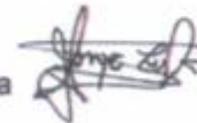
¿Qué aspectos tendría que modificar, incrementar o suprimir en los instrumentos de investigación?

...NINGUNO...

INSTRUCCIONES: Este instrumento, sirve para que el EXPERTO EVALUADOR evalúe la pertinencia, eficacia del instrumento que se está validando. Deberá colocar la puntuación que considere pertinente a los diferentes enunciados.

Trujillo, 7 de octubre de 2023.

Mgtr : Jorge Martín Lu Saavedra
 DNI : 32916897
 Especialidad : Especialista en Educación Física
 E-mail : jmartinlu@gmail.com



Tercera constancia de validez de contenido de Ansiedad.

Apellidos y Nombres del Experto Validador: Mgtr. RODRIGUEZ ESCOBEDO, JOEL ANTONIO.

DNI: 33264223

Grado Académico: MAESTRO

Denominación: MAGISTER EN EDUCACIÓN DOCENCIA Y GESTIÓN EDUCATIVA

N.º	Dimensiones / Ítems	CLARIDAD				COHERENCIA				RELEVANCIA				OBSERVACIONES / RECORDACIONES
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
	DIMENSIÓN 1: ANSIEDAD SOMÁTICA													
1	Estoy muy inquieto				x				x				x	
2	Siento mi cuerpo rígido				x				x			x		
3	Siento tensión en mi estómago				x				x				x	
4	Mi frecuencia cardíaca se acelera				x				x				x	
5	Mis manos están sudorosas				x				x				x	
	DIMENSIÓN 2: ANSIEDAD COGNITIVA	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
6	Me preocupa no rendir tan bien en esta competición como podría hacerlo			x					x				x	
7	Me preocupa perder				x				x				x	
8	Me preocupa bloquearme ante la presión				x				x				x	
9	Me preocupa un bajo rendimiento				x				x			x		
10	Me preocupa que los demás se sientan decepcionados con mi rendimiento	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
	DIMENSIÓN 3: AUTOCONFIANZA				x				x				x	
11	Estoy seguro de mí mismo				x				x				x	
12	Estoy seguro de que puedo afrontar el desafío				x				x				x	
13	Tengo confianza en hacerlo bien				x				x				x	
14	Tengo confianza porque me veo alcanzando mi objetivo				x				x				x	
15	Confío en responder bien ante la presión				x				x				x	

¿Qué aspectos tendría que modificar, incrementar o suprimir en los instrumentos de investigación?

...NINGUNO...

INSTRUCCIONES: Este instrumento, sirve para que el EXPERTO EVALUADOR evalúe la pertinencia, eficacia del instrumento que se está validando. Deberá colocar la puntuación que considere pertinente a los diferentes enunciados:

Trujillo, 7 de octubre de 2023.

Mgtr. : Joel Antonio Rodríguez Escobedo
 DNI : 33264223
 Especialidad : Educación física
 E-mail : joanre11@hotmail.com



Tercera constancia de validez de contenido de Rendimiento Deportivo.

Apellidos y Nombres del Experto Validador: Mgtr. RODRIGUEZ ESCOBEDO, JOEL ANTONIO.

DNI: 33264223

Grado Académico: MAESTRO

Denominación: MAGISTER EN EDUCACIÓN DOCENCIA Y GESTIÓN EDUCATIVA

N.º	Dimensiones / Ítems	CLARIDAD				COHERENCIA				RELEVANCIA				OBSERVACIONES / RECORDACIONES
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
	DIMENSIÓN: Resultado deportivo													
1	Goles a favor				X				X					X
2	Goles en contra				X				X					X
3	Resultado del partido				X				X					X
4	Puntos obtenidos				X				X					X

¿Qué aspectos tendría que modificar, incrementar o suprimir en los instrumentos de investigación?

...NINGUNO

INSTRUCCIONES: Este instrumento, sirve para que el EXPERTO EVALUADOR evalúe la pertinencia, eficacia del instrumento que se está validando. Deberá colocar la puntuación que considere pertinente a los diferentes enunciados:

Trujillo, 7 de octubre de 2023.

Mgtr. : Joel Antonio Rodríguez Escobedo
 DNI : 33264223
 Especialidad : Educación física
 E-mail : joanra11@hotmail.com



Anexo 5. Consentimiento Informado del Apoderado**

Título de la investigación: La Ansiedad y su Influencia en el Rendimiento Deportivo de los Jóvenes de 15 a 17 años.

Investigador: Villalva Toledo, Jardel Juan

Propósito del estudio

Estamos invitando a su hijo (a) a participar en la investigación titulada “La Ansiedad y su Influencia en el Rendimiento Deportivo de los Jóvenes de 15 a 17 años”, cuyo objetivo es determinar cómo influye la ansiedad en el rendimiento deportivo de los jóvenes de 15 a 17 años del club Carlos Tenaud, Trujillo – 2023. Esta investigación es desarrollada por estudiantes (pregrado), de la carrera profesional Ciencias del Deporte de la Universidad César Vallejo del campus Trujillo, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso del Club Carlos Tenaud.

Se detalla que, el encontrarse con buen estado de salud mental es crucial para el desarrollo de habilidades motoras y deportivas fundamentales en los jóvenes atletas. Esto les permite mejorar su rendimiento deportivo y alcanzar un mayor nivel de éxito en su carrera deportiva.

Procedimiento

Si usted acepta que su hijo participe y su hijo decide participar en esta investigación (enumerar los procedimientos del estudio):

1. Se realizará una encuesta donde se recogerá datos personales y algunas preguntas sobre la investigación: “La Ansiedad y su Influencia en el Rendimiento Deportivo de los Jóvenes de 15 a 17 años”.
2. Esta encuesta tendrá un tiempo aproximado de 30 minutos y se realizará en la Insurgencia donde entrenan los jóvenes del Club Carlos Tenaud.
3. Las respuestas al cuestionario serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.

* Obligatorio hasta menores de 18 años, consentimiento informado cuando es firmado por el padre o madre. Si fuese otro tipo de apoderado sería consentimiento por sustitución.



Participación voluntaria (principio de autonomía):

Su hijo puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a que su hijo haya aceptado participar puede dejar de participar sin ningún problema.

Riesgo (principio de No maleficencia):

La participación de su hijo en la investigación NO existirá riesgo o daño en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad a su hijo tiene la libertad de responderlas o no.

Beneficios (principio de beneficencia):

Mencionar que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

Confidencialidad (principio de justicia):

Los datos recolectados de la investigación deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información recogida en la encuesta o entrevista a su hijo es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

Problemas o preguntas:

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con el Investigador Villalva Toledo, Jardel Juan con Gmail: jardelvillalva@gmail.com y Docente asesor Blanco Blanco, Juan Jesus con Gmail: jjblanco@ucvvirtual.edu.pe

Consentimiento

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo que mi menor hijo participe en la investigación.

Nombre y apellidos:

Fecha y hora:



Anexo 6. Asentimiento Informado

Título de la investigación: La Ansiedad y su Influencia en el Rendimiento Deportivo de los Jóvenes de 15 a 17 años.

Investigador: Villalva Toledo, Jardel Juan

Propósito del estudio

Le invitamos a participar en la investigación titulada “La Ansiedad y su Influencia en el Rendimiento Deportivo de los Jóvenes de 15 a 17 años”, cuyo objetivo es:

determinar cómo influye la ansiedad en el rendimiento deportivo de los jóvenes de 15 a 17 años del club Carlos Tenaud, Trujillo – 2023.

Esta investigación es desarrollada por estudiantes (pregrado), de la carrera profesional Ciencias del deporte, de la Universidad César Vallejo del campus Trujillo, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso del Club Carlos Tenaud.

Se detalla que, el encontrarse con buen estado de salud mental es crucial para el desarrollo de habilidades motoras y deportivas fundamentales en los jóvenes atletas. Esto les permite mejorar su rendimiento deportivo y alcanzar un mayor nivel de éxito en su carrera deportiva.

Procedimiento

Si usted decide participar en la investigación se realizará lo siguiente (enumerar los procedimientos del estudio):

1. Se realizará una encuesta donde se recogerá datos personales y algunas preguntas sobre la investigación titulada:” La Ansiedad y su Influencia en el Rendimiento Deportivo de los Jóvenes de 15 a 17 años”.
2. Esta encuesta tendrá un tiempo aproximado de 30 minutos y se realizará en la Insurgencia donde entrenan los jóvenes del Club Carlos Tenaud.
3. Las respuestas al cuestionario serán codificadas usando un número de identificación y por lo tanto, serán anónimas.



Participación voluntaria (principio de autonomía):

Puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a la aceptación no desea continuar puede hacerlo sin ningún problema.

Riesgo (principio de No maleficencia):

Indicar al participante la existencia que NO existe riesgo o daño al participar en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad. Usted tiene la libertad de responderlas o no.

Beneficios (principio de beneficencia):

Se le informará que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

Confidencialidad (principio de justicia):

Los datos recolectados deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información que usted nos brinde es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

Problemas o preguntas:

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con el Investigador

Villalva Toledo, Jardel Juan con Gmail: jardelvillalva@gmail.com y Docente asesor Blanco Blanco, Juan Jesus con Gmail: jjblanco@ucvvirtual.edu.pe

Consentimiento

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo que mi menor hijo participe en la investigación.

Nombre y apellidos:

Fecha y hora:



Anexo 7. Confiabilidad del instrumento de ansiedad

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,700	15

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
A1	31,65	30,839	,387	,674
A2	31,67	34,619	,134	,705
A3	32,25	31,081	,425	,670
A4	31,95	32,479	,344	,681
A5	32,40	32,924	,349	,681
A6	31,47	33,575	,280	,688
A7	31,40	33,959	,223	,694
A8	31,74	33,769	,273	,689
A9	31,28	35,598	,041	,715
A10	31,61	33,777	,193	,699
A11	32,18	32,897	,275	,689
A12	32,00	32,250	,328	,683
A13	31,81	31,266	,430	,670
A14	31,89	30,596	,489	,662
A15	31,93	31,459	,379	,676



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES
ESCUELA PROFESIONAL DE CIENCIAS DEL DEPORTE**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, BLANCO JUAN JESUS, docente de la FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES de la escuela profesional de CIENCIAS DEL DEPORTE de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, asesor de Tesis titulada: "La Ansiedad y su Influencia en el Rendimiento Deportivo de los Jóvenes de 15 a 17 años", cuyo autor es VILLALVA TOLEDO JARDEL JUAN, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 20.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

TRUJILLO, 13 de Diciembre del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
JUAN JESUS BLANCO CARNET EXT.: 004079128 ORCID: 0000-0002-5324-2105	Firmado electrónicamente por: JJBLANCO el 13-12- 2023 17:32:13

Código documento Trilce: TRI - 0695827