



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

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

**TÍTULO DE LA TESIS**

Perfil Físico y Psicológico en Academias de Fútbol Categoría sub 14, Distrito de  
Chao 2022

**AUTOR:**

Corrales Reyes, José Arturo (ORCID: 0000-0003-3980-5159)

**ASESOR:**

Mg. Moreno Lavaho Edwin Alberto (ORCID: 0000-0002-1775-0460)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

Actividad Física y Salud

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL Y UNIVERCITARIA**

Promoción de la Salud, Nutrición y Salud Alimentaria

TRUJILLO - PERÚ

2022

## **Dedicatoria**

El presente trabajo de investigación va dedicado principalmente a Dios, por bendecirme con la vida y por guiar en cada uno de mis pasos a lo largo de la etapa universitaria.

A mis padres por su cariño y apoyo incondicional, durante todo este proceso, por estar conmigo en todo momento, gracias a ustedes he logrado llegar hasta aquí.

A todas las personas y sobre todo a los profesores que me han apoyado durante mi formación universitaria con sus, consejos y palabras de aliento.

## **Agradecimiento**

En primer lugar, quiero agradecer a mis padres y familiares por todo el apoyo brindado a lo largo de mi etapa universitaria en la carrera Ciencias del Deporte de la Universidad César Vallejo, facilitando mi desarrollo personal como estudiante. De igual manera un agradecimiento en especial a los docentes de la carrera, por su dedicación en todas las asignaturas, por su apoyo, orientación y por tomarse el trabajo de transmitir los conocimientos que me permitieron desarrollarme de forma profesional.

## Índice de contenidos

Carátula.....	i
Agradecimiento .....	iii
Índice de contenidos .....	iv
Índice de tablas .....	v
Índice de gráficos y figuras.....	vi
Resumen.....	vii
Abstract.....	viii
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. MARCO TEÓRICO .....	4
III. METODOLOGÍA.....	11
3.1. Tipo y diseño de investigación .....	11
3.2. Variables y operacionalización.....	12
3.3. Población, muestra, muestreo, unidad de análisis .....	12
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	13
3.5. Procedimientos .....	15
3.6. Método de análisis de datos .....	15
3.7. Aspectos éticos .....	16
IV. RESULTADOS .....	17
V. DISCUSIÓN.....	25
VI. CONCLUSIONES.....	30
VII. RECOMENDACIONES .....	31
REFERENCIAS	
ANEXOS	

## Índice de tablas

Tabla 1 <i>Distribución numérica y porcentual del test de sprint en academias de fútbol categoría sub 14 del distrito chao 2022.</i>	16
Tabla 2 <i>Distribución numérica y porcentual de la prueba abdominal en academias de fútbol categoría sub 14 del distrito chao 2022.</i>	17
Tabla 3 <i>Distribución numérica y porcentual del test de cooper en academias de fútbol categoría sub 14 del distrito chao 2022.</i>	18
Tabla 4 <i>Distribución numérica y porcentual de la dimensión ansiedad cognitiva en academias de fútbol categoría sub 14 del distrito chao 2022.</i>	20
Tabla 5 <i>Distribución numérica y porcentual de la dimensión ansiedad somática en academias de fútbol categoría sub 14 del distrito chao 2022.</i>	21
Tabla 6 <i>Distribución numérica y porcentual de la dimensión autoconfianza en academias de fútbol categoría sub 14 del distrito chao 2022.</i>	22

## Índice de gráficos y figuras

Grafico 1 Nivel de velocidad máxima.	16
Grafico 2 Nivel de resistencia a la fuerza .	17
<i>Grafico</i> 3 Nivel de resistencia aerobica .	18
Grafico 4 Perfil físico.	19
Grafico 5 Nivel de ansiedad cognitiva .	20
Grafico 6 Nivel de ansiedad somática	21
Grafico 7 Nivel de autoconfianza .	22
Grafico 8 Perfil psicológico.	23

## Resumen

El perfil físico y psicológico se ha establecido de forma muy importante en muchos deportes y sobre todo en el fútbol ya que son rasgos que se pueden evaluar e identificar utilizando test, por ello esta investigación tuvo como objetivo observar el perfil físico y psicológico en las academias de fútbol categoría sub 14, distrito de Chao 2022. El tipo de investigación es cuantitativa no experimental y el diseño descriptivo transversal. La muestra estaba compuesta por 50 jugadores de fútbol. Los instrumentos de recolección de datos fueron test abdominal, Sprint en 20 metros, Test de cooper para el perfil físico y el test de CSAI-2 para el perfil psicológico. Se utilizó estadística descriptiva, los resultados del perfil físico, el 84% de los jugadores mostraron un nivel bueno en velocidad máxima, el 52% presentaron un nivel bueno en fuerza a la resistencia y el 54% presentaron un nivel regular en resistencia aeróbica; los resultados del perfil psicológico, presentaron un nivel “bastante” en las 3 dimensiones, con un 96% en la ansiedad somática, 94% en autoconfianza ,88% en ansiedad cognitiva. En conclusión, la mayoría de los jugadores presentaron un nivel bueno en perfil físico y un nivel bastante en el estado psicológico.

**Palabras claves:** Capacidades Físicas, Perfil psicológico, futbol.

## **Abstract**

The physical and psychological profile has been established in a very important way in many sports and especially in soccer because they are traits that can be evaluated and identified using tests, so this research aimed to observe the physical and psychological profile in the U14 soccer academies, district of Chao 2022. The type of research is quantitative non-experimental and cross-sectional descriptive design. The sample consisted of 50 soccer players. The data collection instruments were abdominal test, Sprint in 20 meters, Cooper test for physical profile and CSAI-2 test for psychological profile. Descriptive statistics were used, the results of the physical profile, 84% of the players showed a good level in maximum speed, 52% presented a good level in endurance strength and 54% presented a regular level in aerobic endurance; the results of the psychological profile, presented a "fair" level in the 3 dimensions, with 96% in somatic anxiety, 94% in self-confidence, 88% in cognitive anxiety. In conclusion, most of the players presented a good level in physical profile and a fair level in psychological state.

Key words: Physical Abilities, Psychological profile, soccer.



## I. INTRODUCCIÓN

En la actualidad en el mundo existen muchos atletas que poseen un rendimiento deportivo sorprendente, parte de esto se debe a la innovación de la tecnología dentro de los deportes, la cual permite visualizar el nivel de la condición física de los deportistas mediante evaluaciones (Guazhambo & Sucuzhañay, 2016). Del mismo modo, las capacidades físicas y el perfil psicológico se han establecido de forma muy importante en muchos deportes y sobre todo en el fútbol ya que son rasgos que se pueden evaluar e identificar utilizando test, los cuales van a brindar antecedentes del nivel en que se encuentra el deportista (Gustav, Lucía y Maroni, 2020).

Es preciso señalar que fútbol es uno del deporte más popular a nivel competitivo, definiéndose por esfuerzos intermitentes que dan como resultado cambios en el ritmo del juego y la participación de los jugadores (Campos et al. 2016). Un aspecto importante del fútbol moderno es mantener una condición física y mental óptima durante un largo período de tiempo. Los atletas deben combinar la fuerza, la velocidad y la resistencia como habilidades físicas básicas antes de usar las habilidades futbolísticas individuales como una preparación física importante y una condición física adecuada. perfil psicológico (Bohórquez, 2016).

Donde las capacidades físicas que prevalecen son la fuerza, velocidad, flexibilidad, resistencia aeróbica y la potencia (Allsabab, et al., 2019). Estas capacidades se verán innatas en los movimientos locomotores que requiera cumplir tales como carreras a velocidad, cambios de dirección y saltos (Womsiwor, et al., 2020).

Asimismo, el fútbol es uno de los pocos deportes donde el perfil físico y psicológico de un jugador son tan importantes que son requisitos previos ineludibles. Equipos de segunda y primera división buscan jugadores con estas cualidades. Se requiere entrenamiento físico y mental para lograr estas virtudes (Véliz, Maureira & Jaurés, 2020). Además, es el deporte con el mayor número de seguidores a nivel mundial, y su atractivo entre los niños y jóvenes

crece con cada generación que pasa (Silva, et al., 2021); Fidalgo (2016). Por ejemplo, en la primera división del fútbol profesional en el Perú, es uno de los deportes con mayor hinchada (Perlaza, Perlaza y Gutiérrez, 2019).

Por ende, en la actualidad en las diferentes academias de fútbol los jugadores están sometidos a altos niveles de exigencia psicológica relacionadas a la autoconfianza, motivación, ansiedad cognitiva y somática. De igual manera, en la parte física enfocándose en la fuerza, velocidad y resistencia de sus entrenamientos del día a día para poder jugar en un equipo de primer nivel, (Andrade, et al 2016; Meena, et al, 2018) debido a lo anterior deben estar en buena forma física para cumplir las exigencias. Por lo tanto, siempre ha sido lo principal seleccionar los jugadores más adecuados según su perfil físico y psicológico (Barraza, et al 2020).

Por otro lado, la estimación del estado psicológico del deportista de todas las edades es un aspecto muy importante, ya que el desenvolvimiento y desarrollo del deportista, no sólo implica o se encuentra influenciada por práctica o evolución sobre las capacidades físicas, sino también por la intervención psicológica predominando directamente en el rendimiento deportivo, progreso y personalidad del jugador (Morilla 2017). La ciencia de la psicología estudia la conducta, fases cognitivas y asuntos fisiológicos de un individuo, donde se puede ver referenciado a situaciones de dificultades problemáticas de una persona (Sarmiento ,2018). De igual manera, se menciona que los aspectos psicológicos siempre intervienen en las prácticas deportivas y sobre todo en el fútbol, ya que asumen un rol sobre su rendimiento, los conflictos que presentan algunas circunstancias ya sea generada por algún rival o no (González, et al., 2017). Además, los aspectos psicológicos tienen que ser planificados y ejecutados de manera indirecta e implícita por parte del entrenador (Castro 2019).

Nuestro país cruza por una dificultad deportiva a nivel de clubes en competencias internacionales, el fiasco de los equipos nacionales se debe al poco conocimiento que muestran los instructores en las academias, esto hace que el deportista reciba un inadecuado entrenamiento para su desarrollo

debido a que no existe un monitoreo apropiado en la progresión o ritmo del jugador (Bocanegra, 2016). Existen academias de formación en fútbol, las cuales tienen como guías a personas empíricas que realizan sesiones de entrenamiento sin antes conocer el nivel físico y psicológico de sus jugadores; (Beltrán, 2018) perjudicando así a la mayoría de las academias en no conseguir sus objetivos planteados para los diferentes campeonatos (Pérez, 2017). Por ese motivo se planteó la siguiente interrogante, ¿Cuál es el nivel perfil físico y psicológico de las Academias de fútbol categoría sub 14, Distrito de Chao 2022?

Asimismo, esta investigación tiene como fin identificar el perfil físico y psicológico, justificándose teóricamente en el aporte de nuevos conocimientos que se obtendrán del perfil físico y psicológico de dichos deportistas, para esto se ha recolectado la información fundamental del tema abordado, teniendo en cuenta que se obtendrá mediante la aplicación de distintos test. Nuevamente, es sólido en la práctica, ya que brindará orientación a los entrenadores que deseen realizar evaluaciones físicas y psicológicas de los atletas. También tiene una justificación metodológica, ya que proporcionará una estrategia para medir las capacidades físicas y mentales de los jugadores y, paralelamente, evaluar el estado en el que se encuentran. Para finalizar, se justifica socialmente pues permitirá que el futbolista sea evaluado desde muy temprana edad para determinar cómo se encuentra tanto en la parte física y psicológica.

El presente trabajo tiene como objetivo general determinar el perfil físico y psicológico en las academias de fútbol categoría sub 14 en el distrito de Chao 2022, como objetivos específicos la investigación se planteó, primero identificar la velocidad máxima, segundo identificar la fuerza a la resistencia y tercero identificar la resistencia aeróbica. Por ultimo identificar el nivel psicológico por medio de la ansiedad cognitiva, ansiedad somática y autoconfianza mediante la aplicación del test CASI-2 en cada jugador que integre la muestra.

## II. MARCO TEÓRICO

Para el desarrollo de la pesquisa se ha tomado en cuenta los siguientes antecedentes Internacionales inclinados a la variable perfil físico:

El perfil físico es considerado como tipologías o características de las capacidades físicas de cada deportista, como la fuerza resistencia y velocidad, estas capacidades influyen en la composición corporal del individuo y en el desempeño físico en el deporte inclinado, en este caso el fútbol (Ceballos et al., 2020). Asimismo, se considera que en el fútbol existe un sinnúmero de movimientos locomotores y un desgaste físico notorio, para eso existe un programa de entrenamiento la cual permite observar o identificar el perfil físico y el rendimiento por medio de las evaluaciones de las capacidades físicas de cada deportista. (Martínez et al., 2020).

Por otro lado, es recomendado realizar pruebas de aptitud física para identificar en qué nivel se encuentra las capacidades de cada deportista, estas pruebas se les conoce como test físicos , donde se debe realizar con regularidad (trimestral o semestral ) , con el fin de mejorar los resultados obtenidos ya que en el fútbol es considerado un deporte de alto nivel competitivo por la cual se necesita un óptimo desarrollo de las capacidades , esto debido a que la mayoría de los deportistas se encuentran en el rango medio de dichas pruebas al inicio de una pretemporada (Serna & Nanclares, 2018).

Es importante destacar que algunos instrumentos de evaluación sirven para identificar y valorar la condición física y técnica en el fútbol , algunos test que se tiene en cuenta para la parte física (salto de aproximación, Galton, velocidad de desplazamiento, legger, sit and reach),y en lo técnico (remate, control, dribling, conducción y pase), con los test físico y técnicos tiene la función de potencializar las capacidades y cualidades y alcanzar un buen rendimiento óptimo (Lozano & Valencia (2017).

De acuerdo con el perfil físico, para valorar a la velocidad y la técnica en el fútbol existen pruebas tales como, sprint en 20 y 40 metros, la prueba Illinois, el test de 504 metros, en la parte técnica se emplearon los test de conducción, recepción, precisión del pase y remate. Gracias a estos instrumentos se puede valorar y relacionar la parte física y técnica y establecer en una sola metodología de entrenamiento que refuercen las carencias de ellas (Rodríguez, 2018).

Existen instrumentos los cuales ayudan a monitorear la condición física y establecer el perfil físico de cada deportista, el régimen de entrenamiento para la fuerza de contraste se alternó biomecánicamente en ejercicios similares de resistencia y velocidad ejercicios específicos del deporte en el mismo entrenamiento como saltos, contra movimientos, carreras de velocidad estos ejercicios se pueden valorar con los test de Cooper, fuerza, velocidad y flexibilidad (Quispe 2018).

El método pliométrico de entrenamiento ofrece el mayor desarrollo posible de la capacidad física para su aplicación en el deporte. Las técnicas pliométricas se utilizan para entrenar el cuerpo y también para simular ciertos movimientos que se ven en la competencia, se pueden realizar con poco o incluso sin equipo y, a menudo, se realizan en diferentes lugares. Diferentes planos y todas las direcciones de movimiento miden la velocidad (De la Cruz ,2016).

Con respecto al perfil físico y la resistencia a la fuerza es relevante tomar en cuenta el uso de los test físicos como parte de una evolución a sus deportistas o equipo con la cual dispondrá en la competencia, asimismo se sugiere realizar una guía o sesión de trabajo planificado a diario, con objetivos generales y específicos para el desarrollo y mejoramiento en los deportistas. De igual forma quien toma estos test físicos, mínimo realizarlos una vez cada dos meses y máximo cada 4 meses, teniendo una guía de su evolución y mejoramiento de cada deportista, de esta forma se puede alcanzar el objetivo de un óptimo rendimiento deportivo (Mendoza, 2019).

Para la variable perfil psicológico se tuvo en cuenta los siguientes antecedentes internacionales. Es importante que al observar los jugadores

ilesos presentaban puntuaciones significativamente más altas en inteligencia emocional, remodelación cognitiva, confianza en sí mismos y características relacionadas con el rendimiento deportivo, mientras que el aislamiento mental y la conducta de riesgo tenían puntuaciones significativamente más bajas. Asimismo, debido a que muchas variables psicológicas están ligadas a la ausencia de lesiones deportivas, se aconseja evaluar y desarrollar programas de intervención psicológica para la prevención (Catalá & Peñacoba 2020)

Los aspectos técnicos, tácticos, físicos y psicológicos influyen en el rendimiento deportivo. El entrenamiento mental, por otro lado, es fundamental para mejorar y/o mantener el rendimiento deportivo, ya que conduce a mejoras significativas en la motivación, el enfoque y la cohesión del equipo. Además, se utilizaron técnicas de visualización, establecimiento de objetivos y respiración relajante para probar la eficacia de un programa de intervención psicológica con jóvenes futbolistas (Moreno et al., 2019).

Por otro lado, en cuanto a las actitudes de los participantes hacia la actividad física y teniendo en cuenta los tres componentes de rendimiento físico, cognitivo, emocional y conductual, se determinó en base a las puntuaciones obtenidas en cuanto a la orientación cognitiva. El significado, en el sentido de que el participante manifestó la importancia de la actividad física y el deporte en su vida, podría explicarse por la influencia de los medios de comunicación en la percepción de la realidad. El comportamiento deportivo y la imagen o estructura relacionada afectan de forma natural a la calidad de vida, por lo que no solo depende de factores sociales cotidianos sino también de factores como la cultura, el deporte, etc. Deportes o proporcionar actividades recreativas (Castaño et al., 2018).

Por el contrario, los deportistas muestran buena capacidad para gestionar el estrés, gestionar bien la evaluación de su rendimiento deportivo y buena motivación hacia su deporte, aunque existe un margen de mejora que sugiere programas de entrenamiento adecuados. Asimismo, los jugadores de fútbol cuentan con una mayor calificación en cohesión de equipo, control de estrés y motivación. (Olmedillo, García & Ortega, 2017). Sin embargo, es importante

señalar que el entorno motivacional orientado a la tarea y la claridad emocional explican una gran proporción del rendimiento deportivo medido por los minutos jugados y los juicios personales de los entrenadores. De igual manera, se analizaron las asociaciones que se dan entre variables de inteligencia emocional, ambiente cognitivo motivacional y autoestima (Monroy & Irurtia, 2016).

De acuerdo con el perfil psicológico, se puede valorar el nivel de ansiedad cognitiva, ansiedad somática y la autoconfianza, en los jugadores de fútbol se les puede aplicar con los instrumentos de evaluación de ansiedad en competencias deportivas (SCAT), el cuestionario de ansiedad cognitiva somática (CSAQ), escala de ansiedad deportiva (SAS) y - inventario de ansiedad de estado competitiva-2 (CSAI-2) de acuerdo a estos instrumentos se puede medir el perfil psicológico de los jugadores las cuales se puede aplicar algún programa para mejorar el rendimiento en los entrenamientos y los diferentes campeonatos que puedan competir y no puedan carecer de algún problema de ansiedad o falta de autoconfianza (Huayna & Vidaurre, 2020).

Por otro lado, una habilidad psíquica específica es algo que podemos hacer instintivamente que permite un cierto nivel de ansiedad psicológica y confianza en la persona. Los factores de rendimiento se tienen en cuenta y, por lo tanto, son importantes para el rendimiento futbolístico completo de los jugadores. Por ello, se entiende que la habilidad sirve como indicador cualitativo para medir el estado psicológico de un jugador. Aunque, los primeros valores obtenidos pueden ser mejorables por medio del entrenamiento en el manejo de las emociones en base de la autoconfianza o lo que otros llaman una adaptación en manejo de la ansiedad cognitiva y somática (Barriga, 2020); (Cárdenas, 2021)

No obstante, es necesario diseñar intervenciones más precisas durante la fase de entrenamiento en la que se considere oportuno centrarse, ya que la intervención en el periodo precompetición puede aportar herramientas psicológicas: Incrementar la cohesión del equipo y el rendimiento deportivo

individual y grupal de los deportistas; se pueden tomar medidas antes y después del programa para evaluar su efectividad (Villegas,2019).

Por otro lado, existe una relación significativa entre las habilidades psicológicas y los fundamentos técnicos del fútbol, lo que también determina que se rechace la hipótesis nula y se acepte la hipótesis alternativa, el coeficiente de correlación entre las variables es de 0.442, similar al nivel de correlación promedio; Por lo tanto, existe una relación bidireccional moderada al nivel de 0,01 (bidireccional) entre los fundamentos técnicos del fútbol y las habilidades psicológicas al nivel de significación del 5 % y el intervalo de confianza del 95 % (Aguilar & Oriundo ,2018).

Cabe señalar que existe una relación significativa entre el estado de ánimo y el rendimiento deportivo de los jugadores de los diferentes equipos locales. Al mismo tiempo, los responsables técnicos deberán realizar una evaluación psicológica continua de los deportistas para el óptimo desarrollo del deporte, así como gestionar el equipo en las diversas situaciones en las que el club se relacione con los grupos y deportistas que puedan tener que pasar (Oriundo 2018). De igual manera existe un estudio que se ha realizado 200 futbolistas de un equipo de surco, lima. Su objetivo fue encontrar relación entre ansiedad y características psicológicas, en el equipo de fútbol. Se les aplicó los cuestionarios (CSAI-2) y Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD). Llegando a la conclusión que la ansiedad no siempre guardará relación significativa con las características psicológicas de un equipo de fútbol. (Rodríguez, M. 2021).

Se recomienda considerar más investigaciones sobre la caracterización psicológica en estas edades, ya que son de buena edad para corregirla y mejorarla antes de que pase el tiempo, ya que en nuestra ciudad y a nivel nacional no existen muchos estudios sobre este tema, y es muy importante saber (Espinoza 2019).

Con respecto a la variable perfil físico se abordó teorías relacionadas al tema. Según Pico & Contreras (2020) indica que este conjunto de cualidades detalla ciertas fisonomías de las capacidades físicas, que a su vez guardan relación



con el atleta en dependencia del deporte en el que se desenvuelva. De igual forma, las capacidades físicas tales como la resistencia fuerza y velocidad son connaturales para las personas, indispensables en las actividades físicas, recreativas y deportivas (Pérez ,2018). Asimismo, son consideradas como un conjunto de capacidades que implica un factor de ejecución de movimiento repetitivo donde el organismo se va adaptando y se representa como un aspecto cuantitativo (Farinola, Dardano & Maroni, 2020).

Además, las capacidades básicas y que forman un perfil físico es la fuerza, la velocidad y la resistencia, la fuerza también conocida como la fortaleza y habilidad de trasladar un cuerpo u objeto de un lugar a otro que ejerza la resistencia, (Leiva ,2019). Asimismo, la velocidad en el fútbol y en otros deportes se considera como la habilidad de realizar movimientos psicomotores en un menor tiempo posible, también se considera una capacidad psicofísica, ya que se puede observar un esfuerzo en alta intensidad y se limita con el cansancio, (Montero ,2016).

Por otro lado, la resistencia es considerada como una capacidad de realizar una actividad física durante el mayor tiempo posible y se divide en 2 tipos de resistencia, aeróbica y anaeróbica, (Vinueza, L & Vinueza, J, 2016) Asimismo, dentro de esta capacidad se subdividen dos tipos de resistencia, aeróbica y anaeróbica. La resistencia aerobia, se ejecuta en exigencias moderadas y bajas en la cual la intensidad es mínima pero el volumen de tiempo es alto (Álvarez, 2017). Resistencia anaeróbica, a comparación con la aeróbica es que esta capacidad se realiza en exigencias altas teniendo una falta de oxígeno ya que en ese momento no se le puede suministrar una cantidad alta de oxígeno al cuerpo. (González, 2017) Por otro lado, los test físicos son procedimientos relacionados al cálculo de la parte fisiológica en presencia de un esfuerzo físico, el cual permite extraer datos que establecen el nivel obtenido por el evaluado. (Mendoza, Méndez & Peña, 2016). Las pruebas físicas ayudan a orientar el trabajo de los entrenadores basándose en los resultados ajustando las cargas del entrenamiento. Por lo tanto, es necesario conocer las características de las capacidades físicas, de tal manera se determinó utilizar las siguientes pruebas: el Test del salto vertical que mide la

fuerza explosiva en los miembros inferiores, la prueba del Sprint en 20 metros que mide la velocidad máxima en el tren inferior, el test abdominal que calcula la fuerza y la resistencia de la zona abdominal, y el test de Cooper que mide la resistencia aeróbica. Con estos test se permitirá establecer una caracterización y valoración de las capacidades físicas y conseguir un perfil, es por ello que se debe conocer los conceptos de cada una de las capacidades físicas para un mayor alcance y comprensión. (Portela & Rodríguez, 2012)

Con respecto a la variable psicología enfocada al deporte, existen estudios que se dedican fundamentalmente a los comportamientos del atleta el cual ayuda a tener un mejor rendimiento competitivo. (Palatnik, 2014, citado por Almirante, 2018). El psicólogo deportivo tiene la principal labor de evaluar ciertas conductas del futbolista que se puedan manifestar ya sea en los entrenamientos o antes de la competencia, lo cual nos brindara información de cómo se encuentra el atleta en los distintos aspectos relacionados con la confianza, ansiedad, estrés, motivación y concentración. (García, 2018)

Para valorar las variables psicológicas que se vinculan al rendimiento deportivo de los jóvenes deportistas se utilizó como instrumento de evaluación los cuestionarios Competitive State Anxiety Inventory (CSAI-2) (Martens et al., 1990) las cuales miden la ansiedad cognitiva, ansiedad somática y autoconfianza. Ansiedad Cognitiva, Es la preocupación que afecta negativamente al rendimiento del deportista y su autoevaluación, y limita la capacidad de la persona para analizar y evaluar diferentes situaciones, y la ansiedad física, que es un trastorno excesivo que puede aparecer en la persona por síntomas físicos, y su causa es el nivel de estrés causado por la exposición a situaciones físicamente desagradables (Lois, 2013 citado por Rodríguez 2021). La confianza en uno mismo es la capacidad de creer positivamente en uno mismo, en la capacidad de uno para tomar la decisión de crear el bien y la confianza ganada para hacer lo que uno quiere en el futuro (Gonzáles, 2017).

### III. METODOLOGÍA

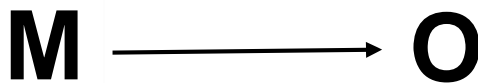
#### 3.1. Tipo y diseño de investigación

##### 3.1.1. Tipo de investigación

El tipo de investigación es cuantitativo, no experimental debido a que no se modifican los resultados obtenidos, solo se tiende a analizar tal cual se encuentra en su naturaleza (Hernández, Fernández & Baptista, 2014).

##### 3.1.2. Diseño de investigación

El diseño de investigación es descriptivo transversal, porque trata de describir características o rasgos de un individuo o conjunto que se someterán a un estudio sin la mínima intención de investigar las causas y efectos de los resultados. (Hernández, Fernández & Baptista, 2014).



**Donde:**

**M:** Jugadores de futbol

**O:** Observación del perfil físico y psicológico

## **3.2. Variables y operacionalización**

Este estudio utilizó la siguiente variable:

Variable independiente: Perfil físico.

Variable dependiente: Perfil psicológico

## **3.3. Población, muestra, muestreo, unidad de análisis**

### **3.3.1. Población**

Estuvo compuesta por 50 jugadores de academias de fútbol pertenecientes a la categoría sub 14, distrito de chao 2022, teniendo presente los criterios de inclusión y exclusión

#### **3.3.2.1. Criterios de inclusión**

- Futbolistas que se encuentren viviendo actualmente en el distrito de chao.
- Futbolistas que tengan 14 años cumplidos hasta el 31 de diciembre del 2022
- Futbolistas que únicamente sean participantes del sexo masculino.
- Futbolistas que llevan entrenando más de 4 meses con la academia.

#### **3.3.2.2. Criterios de exclusión**

- Futbolistas que sean menores y mayores de 14 años.
- Futbolistas que no tenga firmada la carta de consentimiento informado del apoderado.
- Futbolistas que presenten lesiones deportivas que les impida realizar los test físicos.
- Futbolistas recién integrados a la academia deportiva.

### **3.3.2. Muestra**

Se obtuvo como muestra a 50 jugadores de diferentes academias de fútbol pertenecientes a la categoría sub 14, distrito de Chao 2022.

### **3.3.3. Muestreo**

Se aplicó el tipo de muestreo no probabilístico y por conveniencia, debido a la accesibilidad del autor. Otzen & Manterola (2017) definen que es una técnica que se emplea de acuerdo a la facilidad que tiene el investigador para realizar sus estudios con una muestra que a veces no es típica en su totalidad, corriendo el riesgo que los resultados puedan ser erróneos.

### **3.3.4. Unidad de análisis**

Asimismo, para la realización del presente trabajo de investigación se consideró 50 jugadores de fútbol categoría sub 14 de las academias del distrito de Chao en el año 2022 que cumplan los criterios de inclusión.

## **3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

Para la presente investigación se empleó la técnica de observación experimental puesto que los datos obtenidos fueron en condiciones establecidas por el investigador acorde a los requerimientos.

El instrumento que se empleó para la recolección de datos fueron los test que determinan la valoración de capacidades físicas en adolescentes (Martínez, 2002) los cuales solo se utilizaron los siguientes: Test abdominal, sprint en 20 metros, test de cooper.

El test abdominal tiene como objetivo medir la fuerza resistencia de la zona abdominal, para esta prueba se necesita una colchoneta, cronómetro y el apoyo de un compañero. El procedimiento se debe emplear de la siguiente manera: el participante se colocará de cubito supino manteniendo la cabeza y la espalda sobre la colchoneta, las piernas se situarán a un ángulo de 45 grados, la parte de los pies estarán apoyadas contra el suelo y separados al ancho de los hombros, de esta manera el compañero de apoyo los mantendrá estáticos, las

manos estarán entrelazadas detrás de la cabeza. Para iniciar, el evaluador deberá indicar la señal "listo ya". Se debe tener en cuenta que para una correcta ejecución se debe flexionar la cadera acercando el tronco hasta el tren inferior logrando tocar los codos por encima de las rodillas, para completar el recorrido el participante deberá tocar los hombros con la colchoneta. Este test se realizará en un tiempo de 30 segundos, el participante debe ejecutar la máxima cantidad de repeticiones teniendo en cuenta las indicaciones mencionadas. Solo se llevará a cabo una vez, las anotaciones serán mediante el número de repeticiones hechas en 30 seg.

Sprint en 20 metros esta prueba tiene como objetivo medir la velocidad máxima del tren inferior, los materiales que se requieren son un terreno llano mínimo de 35 metros, cinta métrica, cronómetro, tiza o conos para determinar el punto de inicio y el punto de llegada. El procedimiento se debe seguir de la siguiente manera; el deportista se ubica detrás de la línea trazada por la tiza, adicionalmente se pondrá un cono al costado de la salida para una mayor visibilidad, a la señal de "listos ya" el evaluado deberá correr lo más rápido posible los 20 metros sobrepasando la línea final o de llegada marcada de la misma manera que la inicial. El cronómetro se da inicio posterior a la señal y se detiene cuando el deportista logre pasar el cono final. El tiempo se anotará mediante segundos, décimas y centésimas que logre hacer el participante.

Test de cooper tiene como objetivo valorar la capacidad aeróbica máxima, para ello se necesita un terreno amplio de deporte que a su vez sea medible, cinta métrica, un cronómetro y silbato. El deportista inicia detrás de la línea de salida, a la señal de "listos ya" deberá recorrer la mayor distancia posible durante 12 minutos dentro de la limitación marcada, a un ritmo constante sin realizar cambios de velocidades. El cronómetro se pondrá en marcha posterior a la señal indicada y se detendrá al sonido del silbato para que se pueda percibir sin ningún problema por los participantes. Esta prueba se puede emplear en varios deportistas en simultáneo. Finalmente se pondrá en registro la distancia en metros recorridos redondeando 25 metros como máximo.

Para los cuestionarios de psicología tendrán alrededor de 12 minutos cada uno de estos para determinar con paciencia sus respuestas.

La prueba CSAI-2 es un cuestionario de 27 ítems divididos en 3 dimensiones, Ansiedad Cognitiva, Somática y Autoconfianza. El deportista deberá leer los enunciados y seleccionar la opción de respuesta que más se iguale a su situación personal. Se responde sobre cuatro alternativas de respuesta presentadas en una escala tipo Likert de 4 categorías dónde 1 corresponde a “nada” y 4 corresponde a “mucho”.

### **3.5. Procedimientos**

Se puso en contacto con los encargados de cada academia de fútbol del distrito de Chao para brindarles información sobre el proyecto de investigación, a través de ellos se hizo llegar la carta de consentimiento informado a los apoderados de las futbolistas que son menores de edad en conjunto brindarles la información correspondiente del caso. Posterior a ello se coordinó la fecha y hora de aplicación de los test con las academias que aceptaron participar de la investigación.

Referente al día de la medición, los participantes no entrenaron durante las 12 horas, tampoco ingirieron alimentos en un transcurso de 2 horas. Previo a la medición de los test se recogió la carta de consentimiento informado anotando los datos de las participantes para luego dar inicio con la explicación de los objetivos de la investigación y los protocolos de cada test. Las pruebas fueron realizadas en 1 solo día, primero se realizó un calentamiento general seguido de los test físicos que fueron evaluados en el siguiente orden: test abdominal, Sprint en 20 metros, Test de cooper, test de CSAI-2.

### **3.6. Método de análisis de datos**

Cada instrumento fue calificado con su respectiva hoja de calificación utilizando el programa Microsoft Excel 2013, Microsoft Word 2013, posteriormente los datos fueron procesados a través del software IBM SPSS 26. A continuación, se utilizó figuras, tablas y porcentajes para la presentación de los resultados en

conjunto con las medidas estadísticas como la frecuencia, porcentaje, porcentaje válido y porcentaje acumulado.

### **3.7. Aspectos éticos**

Este presente trabajo estuvo bajo los principios éticos, guardando respeto a los procesos de investigación con total profesionalismo sobre todo a los autores que aportaron a la investigación para tener una buena base de sustentación. A su vez se utilizó la carta de consentimiento informado a fines de mantener la veracidad de las respuestas y aprobación de la información emitida por la población objeto de estudio que fue voluntaria en base a lo que se informó previamente, de esta manera también se tuvo respeto sobre la confidencialidad de los datos brindados. Asimismo, esta investigación primero prevaleció con la salud y el bienestar de los participantes ante los intereses propios. Finalmente se siguió el protocolo de investigación referente a la consideración ética ya establecida gracias a la declaración de Helsinki realizada en 1964. (Manzini, 2000).



#### IV. RESULTADOS

En este capítulo se hace referencia a las tablas y figuras de estadística descriptiva e inferencial que he utilizado para organizar la información recogida en la investigación, cuyos comentarios e interpretaciones se encuentran al término de cada uno de ellos:

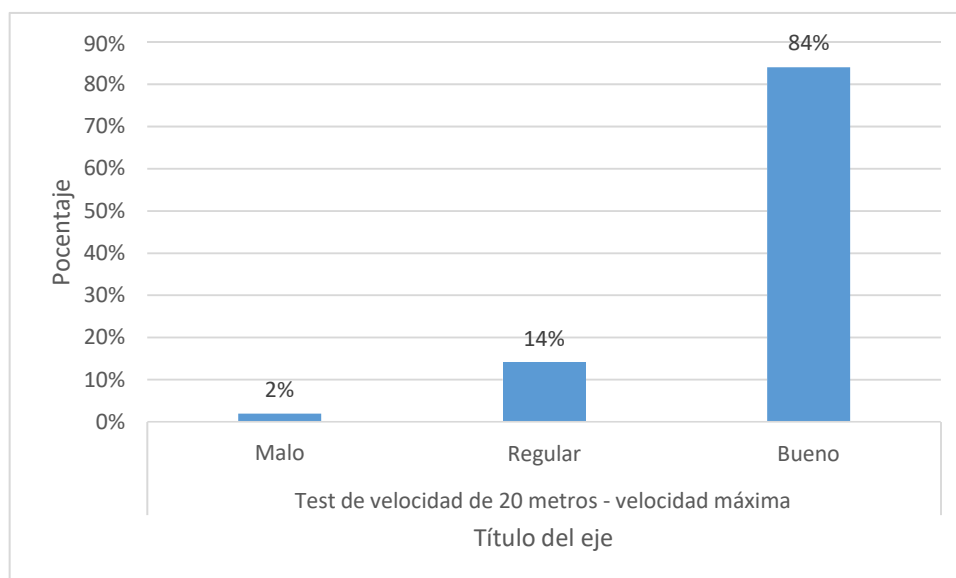
**Tabla 1**

*Distribución numérica y porcentual del test de sprint en academias de fútbol categoría sub 14 del distrito chao 2022.*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bueno	42	84%	84%	84%
Regular	7	14%	14%	98%
Malo	1	2%	2%	100%
Total	50	100%	100%	

*Fuente: Elaborado por el investigador*

**Gráfico 1** Nivel de velocidad máxima.



#### **Interpretación:**

De acuerdo a los resultados observados en la tabla 1 acerca de las dimensiones velocidad máxima, los jugadores de fútbol de la categoría sub 14 del distrito de chao, se halló los siguiente, que el 84% de los jugadores se encuentran en un nivel bueno el otro 14 % se encuentra en nivel regular y el 2% se encuentra en un nivel malo.

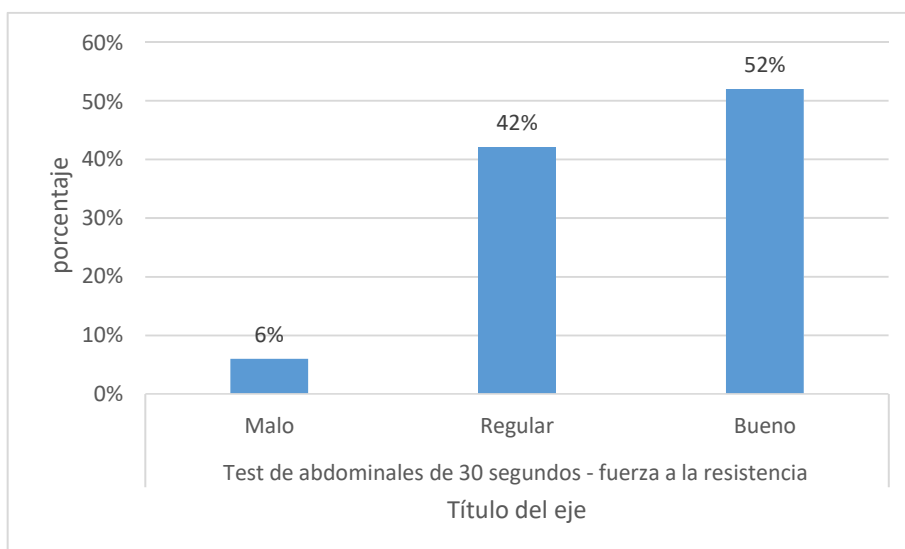
**Tabla 2**

*Distribución numérica y porcentual de la prueba abdominal en academias de fútbol categoría sub 14 del distrito chao 2022.*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bueno	26	52%	52%	52%
Regular	21	42%	42%	94%
Malo	3	6%	6%	100%
Total	50	100%	100%	

*Fuente: Elaborado por el investigador*

**Gráfico 2 Nivel de fuerza a la resistencia.**



**Interpretación:**

En la tabla 2 se encuentra que la dimensión Fuerza a la resistencia el 52 % de los jugadores se encuentran en nivel bueno, contrario que el 42% se encuentra en nivel regular y el otro 6 % en un nivel malo.

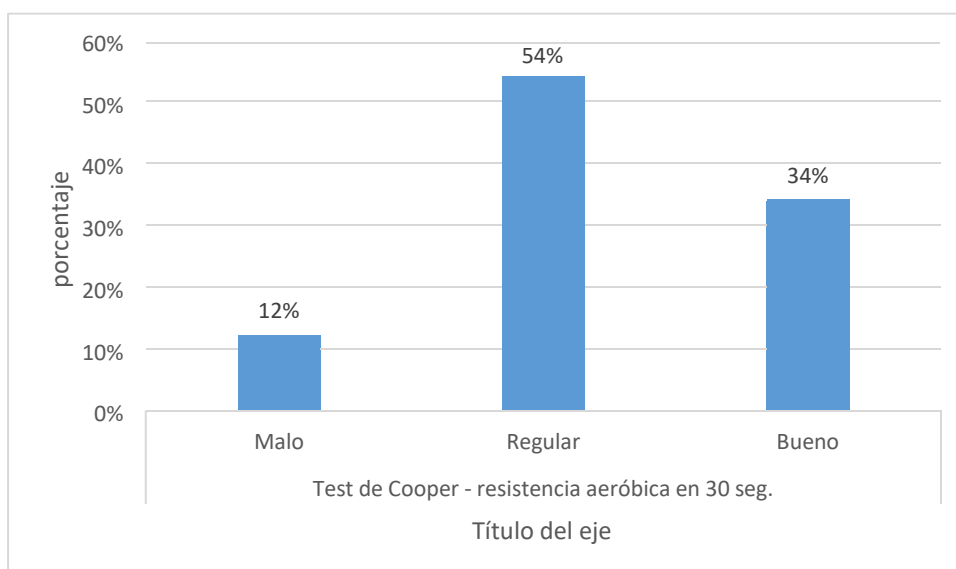
**Tabla 3**

*Distribución numérica y porcentual del test de cooper en academias de fútbol categoría sub 14 del distrito chao 2022.*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bueno	17	34%	34%	34%
Regular	27	54%	54%	88%
Malo	6	12%	12%	100%
Total	50	100%	100%	

*Fuente: Elaborado por el investigador*

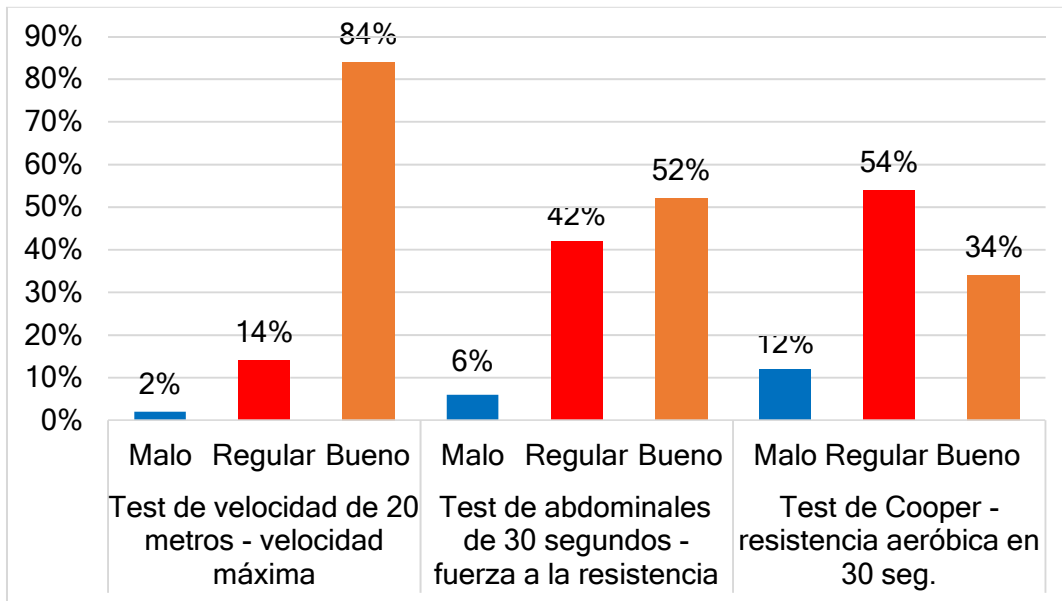
**Gráfico 3 Nivel de resistencia aeróbica.**



**Interpretación:**

En la tabla 3 se encuentra que la dimensión resistencia aeróbica el 54% se encuentra en nivel regular, contrario el 34 % se encuentra en nivel bueno y el otro 12 % en un nivel malo.

Gráfico 4 Perfil físico



#### Interpretación:

De acuerdo a las dimensiones del perfil físico se ha llegado a la conclusión que la mayoría de los deportistas evaluados se encuentran en un nivel “bueno” y “regular”, encabezando porcentajes altos como el 84% en el estado “bueno” en la velocidad máxima, un 54% en el nivel “regular” enfocado a la resistencia aeróbica y por último, presentando un nivel “bueno” en la fuerza a la resistencia con un 52%, así mismo también determinar que el nivel “malo” el porcentaje más alto se encuentra en la resistencia aeróbica con el 12% de los jugadores.

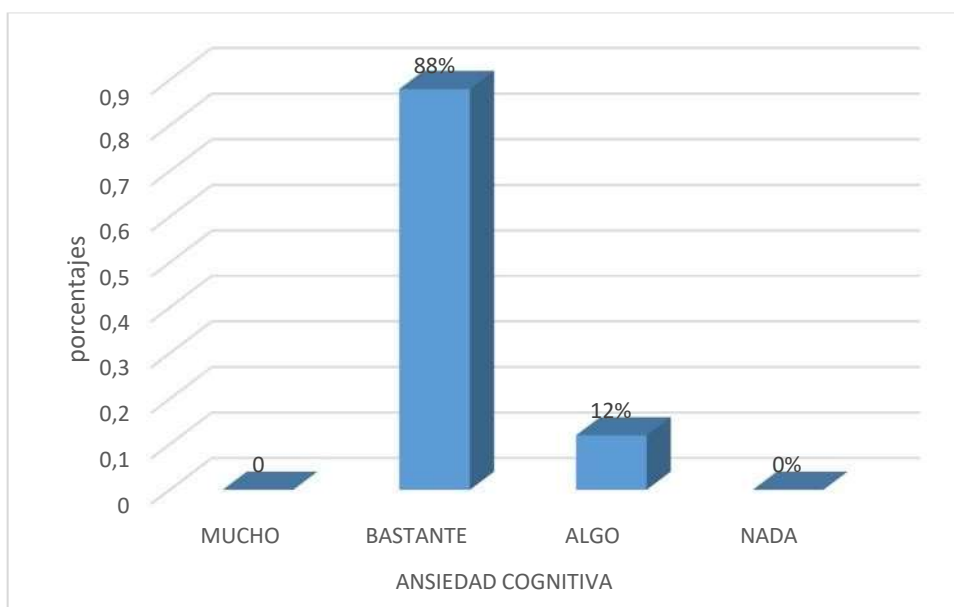
**Tabla 4**

*Distribución numérica y porcentual de la dimensión ansiedad cognitiva en academias de fútbol categoría sub 14 del distrito chao 2022.*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Mucho	0	0	0	0
Algo	6	12%	12%	12%
Bastante	44	88%	88%	100%
Total	50	100%	100%	

*Fuente: Elaborado por el investigador*

**Gráfico 4 Nivel de ansiedad cognitiva**



**Interpretación:**

La dimensión Ansiedad Cognitiva, encontramos que el 88% de los jugadores se encuentran en un nivel “Bastante”, el otro 12 % se encuentra en nivel “Algo”.

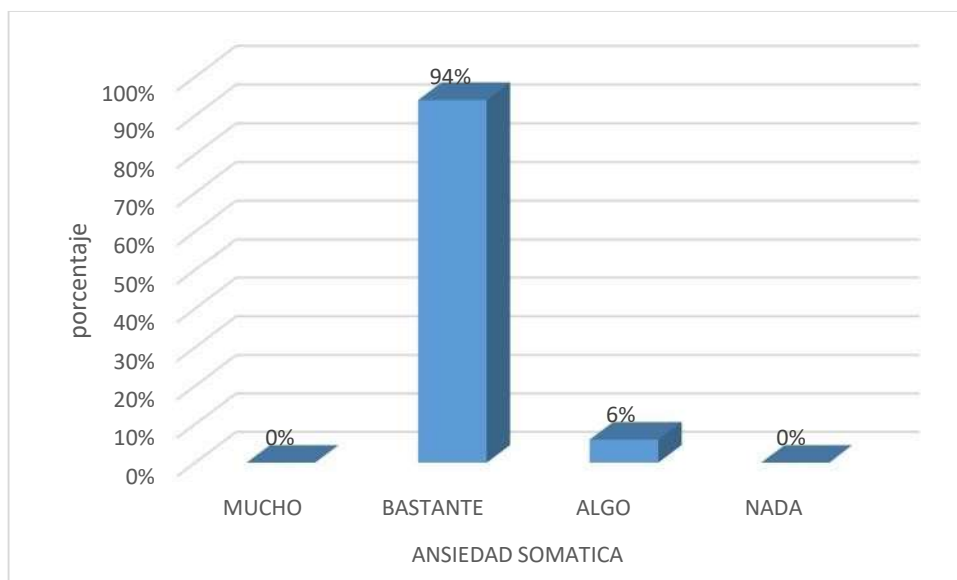
**Tabla 5**

*Distribución numérica y porcentual de la dimensión ansiedad somática en academias de fútbol categoría sub 14 del distrito chao 2022.*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Mucho	0	0	0	0
Algo	2	4%	4%	4%
Bastante	48	96%	96%	100%
Total	50	100%	100%	

*Fuente: Elaborado por el investigador*

**Gráfico 5 Nivel de ansiedad somática**



**Interpretación:**

En la dimensión Ansiedad Somática el 96 % de los jugadores se encuentran en nivel “bastante”, contrario que el 4% se encuentra en nivel “Algo”.

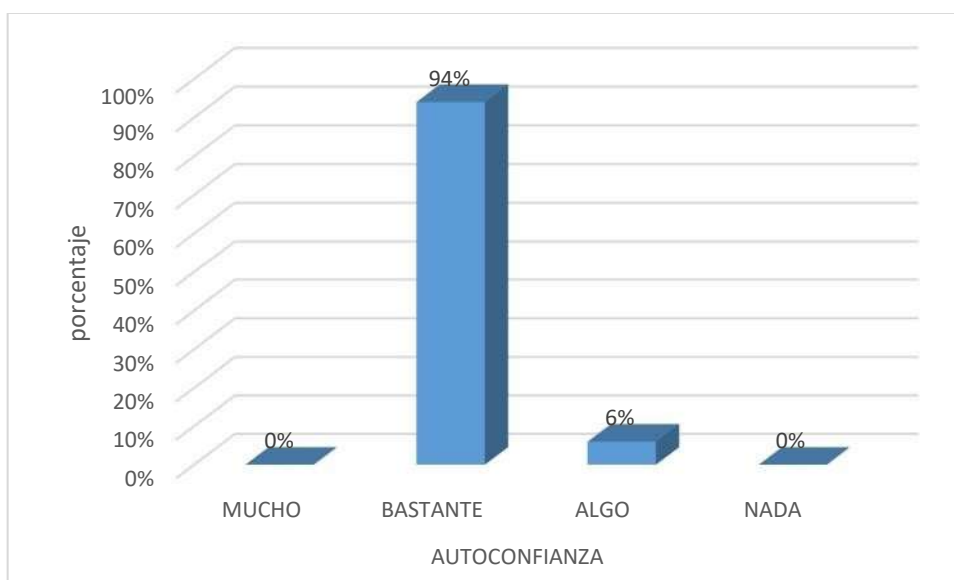
**Tabla 6**

*Distribución numérica y porcentual de la dimensión autoconfianza en academias de fútbol categoría sub 14 del distrito chao 2022.*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Mucho	0	0	0	0
Algo	3	6%	6%	6%
Bastante	47	94%	94%	100%
Total	50	100%	100%	

*Fuente: Elaborado por el investigador*

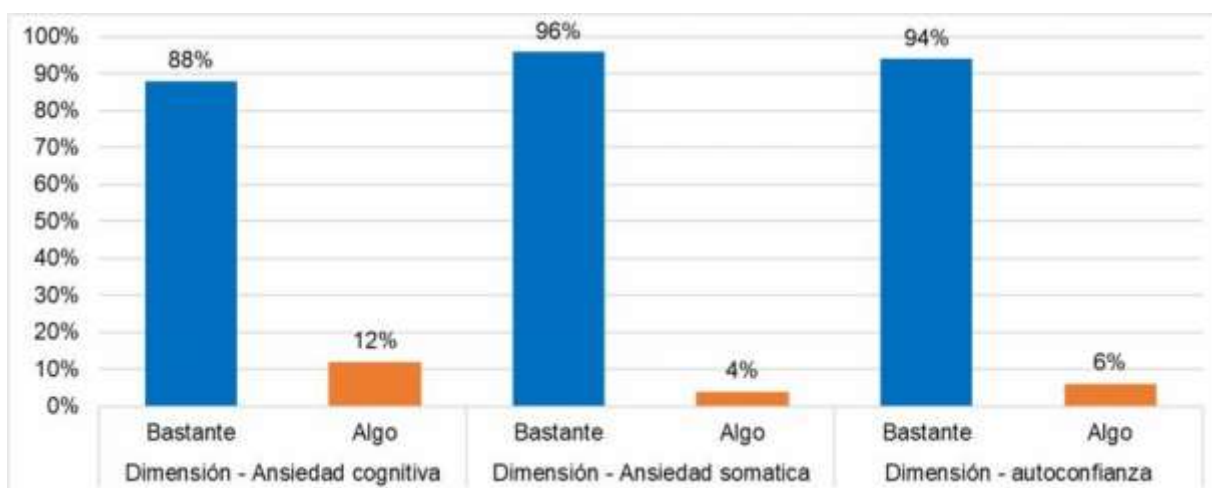
**Gráfico 5 Nivel de autoconfianza**



**Interpretación:**

De acuerdo a la dimensión Autoconfianza el 94 % se encuentra en nivel “bastante”, y 6 % de los jugadores se encuentran en un nivel “Algo”.

Gráfico 4 Perfil psicológico



### Interpretación:

De acuerdo a los resultados observados acerca de las dimensiones del perfil psicológico de los jugadores de fútbol de la categoría sub 14 del distrito de Chao, se llegó a la conclusión que la mayoría de los jugadores presentaron un nivel “bastante” en las 3 dimensiones, 96% en la ansiedad somática, 94% en autoconfianza, 88% en ansiedad cognitiva de igual manera recalcar que el porcentaje más alto en el estado “Algo” se encontró en la dimensión cognitiva con 12 %.



## V. DISCUSIÓN

Después de visualizar los resultados las cuales han sido evaluadas en las academias de fútbol de la categoría sub 14 del distrito de Chao, ahora se formará la discusión de los principales resultados obtenidos con las investigaciones mencionadas con anterioridad sobre las variables relacionadas en fútbol: Perfil Físico y Psicológico.

En la presente investigación se ha estudiado el perfil físico y psicológico, la cuál ha sido evaluado a 50 jugadores de fútbol categoría sub 14 del distrito de chao 2022 , utilizando para la identificación y determinación de dichos ítems, teniendo como instrumento de confiabilidad para evaluar el perfil físico los test de velocidad de 20 metros, test de fuerza abdominal, test de Cooper y para poder evaluar el perfil psicológico el test de CSAI-2 para luego pasar a la tabulación correspondiente de los resultados Asimismo, podemos ver que en estudios anteriores utilizaron los mismos instrumentos y fueron aplicados a jóvenes deportistas de fútbol que tienen un rango de edad entre 12 y 18 años de edad de los diferentes equipos de fútbol de todo los niveles de categoría así como jugadores de fútbol profesional.

Por otro lado, revisando algunas investigaciones nos encontramos con la de Ceballos, Bernal, Jardón, Enríquez, Durazo & Ramírez (2020) denota similitud en los instrumentos utilizados para determinar el perfil físico operando con el test de velocidad de 20 metros, test de abdominales y el test de Cooper en sus distintas modalidades, teniendo como resultados que la velocidad, abdominales es bueno y en la resistencia aeróbica es regular, Durante el transcurso de esta investigación se ha descubierto que si conocemos las capacidades físicas de los deportistas y atletas, podemos utilizarlas para elevar el nivel físico de cada participante, asimismo en la investigación de Martínez, Luna, Diaz y Martínez (2020) al culminar de realizar las pruebas, los resultados en los test de fuerza velocidad también tuvieron una velocidad buena en los evaluados, sin embargo, sugiere enfatizar el cuidado de la prueba con el test de Cooper para mejorar los resultado de regular a bueno. Del mismo modo, nuestra investigación considera

relevante la aplicación de programas enfocados a la mejora de resistencia aeróbica.

En el estudio de Serna & Nanclares (2018) la aplicación los test de velocidad de 20 metros señala que el 56,7% de los sujetos evaluados están clasificados en el rango de medio y así mismo se expresa que el 40,0% de los participantes de la prueba de velocidad 50 metros, abdominales el 66.7% se observa que los evaluados están en el rango medio y Cooper la prueba de resistencia el 46,7% de los evaluados se encuentran dentro del rango medio.

Así como Lozano & Valencia (2017) estableció es sus resultados obteniendo 34% en un nivel bajo en la evaluación del pre test y en el post test después de aplicar programas de entrenamiento para la mejora de la velocidad el 48.4% de los jugadores mejoraron a un nivel promedio de los jugadores. En el cual se pudo inferir que existe una influencia significativa en cuanto al perfil físico de los jóvenes futbolistas del trabajo que realizan los entrenadores de manera empírica trabajan en la evolución de las variables evaluadas sin tener conocimiento científico y una adecuada forma de trabajar las capacidades físicas que tiene cada jugador. Esta influencia puede considerarse menor que la que ejerce el nivel competitivo de los atletas, lo que nos lleva a pensar que o bien el perfil empírico de la preparación de los entrenadores influye en el proceso de preparación de los jugadores, o bien las diferencias de esfuerzo entre niveles son insuficientes para producir diferencias significativas en estas variables. Siguiendo esa línea, en nuestra investigación De forma semejante se obtuvo datos similares los cuales los datos arrojados se presentan en la tabla 1, donde hallamos que el 12% presentan un nivel regular, y por último el 88% de jugadores presenta un nivel bueno, Por lo tanto, se puede generar un perfil físico para cada atleta, lo que permite una selección más informada en el campo de entrenamiento. De manera similar, nuestra investigación examinó a los jugadores y pudimos concluir: En la velocidad máxima y la fuerza de resistencia, luego de evaluar el promedio general de todos los participantes, fueron categorizados como de buen nivel de rendimiento. Lo cual afianza la idea de tener a jugadores preparados para el nivel donde se encuentran, pero

con respecto a la resistencia aeróbica se encuentran con un nivel regular lo cual se puede mejorar para llegar un adecuado perfil físico el cual requieren.

En uno de los puntos más importantes encontrados respecto a la influencia de la capacidad física en los jugadores de fútbol, Quispe (2018) concluyó que: El programa de fútbol tiene un impacto sustancial en la mejora de las habilidades físicas fundamentales, la resistencia motora, la flexibilidad motora, la fuerza motora y la velocidad motora, puede caracterizarse como una capacidad compleja resultante de un conjunto de atributos funcionales (fuerza y coordinación) que posibilita la regulación, a partir de los parámetros temporales existentes, de la activación de los procesos cognitivos y funcionales del deportista, con tal de provocar una respuesta motora óptima con un adecuado trabajo en el ámbito de la capacidad de manejo de las emociones con respecto a la ansiedad que puedan presentar por las constantes exigencias en la superación de mejorar la velocidad y un adecuado físico de los jugadores.

En la investigación de Barriga (2020) se determinó los perfiles psicológicos, donde denota similitud al obtener los resultados con una ansiedad cognitiva bastante, con una ansiedad somática de igual forma bastante y una autoconfianza bastante, donde se mide en situaciones de desafío que se les presenta a los jugadores en las diferentes situaciones que puedan tener en cada entrenamiento o algún evento oficial. Por otro lado, en el estudio de Catalá y Peñacoba (2020) analizaron la formación psicológica de los futbolistas a través de ejercicios de entrenamiento adecuados a la edad. A pesar de la importancia del componente psicológico en el entrenamiento deportivo, su particular incorporación a las sesiones de trabajo es todavía limitada y alejada del juego real. En cambio, en nuestro estudio se obtuvo resultados con las investigaciones anteriores indicando que la ansiedad cognitiva presenta el 88% bastante, el 96% presenta bastante ansiedad somática y el 96% presenta una autoconfianza bastante en los jugadores de la academia del distrito de Chao.

De igual forma podemos discutir la investigación de Huayna y Vidaurre (2020) quién comprobó en sus resultados la ansiedad cognitiva con un 61.9% se ubica en un nivel medio, en la ansiedad somática con un 60.9% de igual forma con un nivel promedio y en la autoconfianza con 71.6% de nivel promedio y de igual

forma se realizaron para medir las habilidades psicológicas donde la autoconfianza el 58.5% de los jugadores presentan un nivel moderado. En la misma línea Cárdenas (2021) empleo el mismo instrumento Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2), donde los resultados hallados fueron que la Ansiedad Cognitiva presentaron una puntuación mínima el cual fue de 5 la máxima de 20, con respecto a la Ansiedad Somática se obtuvieron una puntuación mínima fue de 7 y la máxima de 23 y con respecto a la última dimensión que presentan los jugadores con respecto al nivel de Autoconfianza presentan una puntuación mínima fue de 5 y a máxima de 20. Por el contrario, en nuestra investigación a los resultados observados en la tabla 2, hallamos que el 88% presenta un nivel de ansiedad bastante, el 96% presenta un nivel de ansiedad somática bastante y una autoconfianza del 96% bastante. En resumen, termina siendo una herramienta muy útil para caracterizar y monitorear al conjunto de deportistas en los campos del perfil físico y psicológico. Del mismo modo, en nuestra investigación, después de analizar el promedio general de todos los jugadores en los niveles que se encuentran, se clasificaron en una ansiedad bastante alta a las exigencias del entrenamiento físico. Lo que significa que quizá en una próxima evaluación si se trabaja de la manera correcta y agregar algunos programas para mejorar el nivel de la ansiedad, podamos encontrar una mejora significativa.

Es más, a nivel internacional podemos discutir la investigación de Ceballos, Bernal, Jardón, Enríquez, Durazo & Ramírez (2020) quién concluyó respecto a la prueba T-test, la cual permite medir la velocidad y determinó que el promedio los jugadores presentan agilidad excelente con un mayor a 15.2 segundos, velocidad dentro del rango promedio de 10.5 a 11.5 segundos. Donde las cualidades físicas de los futbolistas universitarios que participaron en el estudio tienen efecto en su rendimiento deportivo. Es un factor determinante de la velocidad, de fundamental relevancia en el deporte del fútbol, dado que este colectivo se encuentra aún en proceso de maduración morfofisiología, así como en la etapa previa a su potencial implicación a nivel profesional.

Asimismo, Martínez, Luna, Díaz & Martínez (2020) trabajo con el Test de velocidad (50 metros), el cual también mide la velocidad de los jugadores para

ver su desempeño se da que el 53% de los jugadores investigados se encuentra en una escala de 3 es decir, que según resultado que arrojó el test de velocidad, se encuentran en una escala normal. Siendo este el mayor porcentaje de personas dentro de la muestra de la población y el restante que son el 37% de los jugadores se encuentran en la escala 5 es decir, muy malo, de acuerdo a las mediciones que se realizaron sobre el rendimiento de la velocidad se puede emplear programas para mejorar el nivel de velocidad.

## VI. CONCLUSIONES

Respecto al análisis de los resultados de la investigación, podemos dar las siguientes conclusiones a nuestros objetivos:

1. Se determinó el nivel del perfil físico mediante el test de velocidad de 20 metros, test de cooper y test de fuerza abdominal así mismo se comprobó el nivel psicológico por medio del test de CSAI-2. Siguiendo de manera adecuada los protocolos de cada test para posteriormente realizar la recolección de datos convenientes de los deportistas de la localidad de Chao.
2. Se identificó que la dimensión velocidad máxima el 88% de los jugadores presentan un nivel bueno, por el contrario, al 12 % restante en nivel regular, seguido a ello en la dimensión fuerza a la resistencia se registró que el 52% de los jugadores se encuentra en un nivel bueno, en cambio el otro 6% en un nivel malo. Por último, se observó que la dimensión resistencia aeróbica el 54% se encuentra en un nivel regular, sin embargo, se aprecia que el 12% presenta un nivel malo.
3. Así también, en la identificación del perfil psicológico, podemos concluir que en la dimensión ansiedad cognitiva los jugadores implicados representan el 88% del promedio general en un nivel bastante y el 12 % de ellos en nivel algo, en la determinación de la dimensión autoconfianza podemos concluir que el 96% de los evaluados presentan un nivel bastante y el 65 % de ellos en un nivel Algo de autoconfianza. Por último, se registró que en la dimensión ansiedad somática el 96% se encuentra en nivel Bastante y el 4% restante en un nivel Algo.

## **VII. RECOMENDACIONES**

1. Sugiero a los entrenadores de la localidad a concientizarse sobre lo importante que son las evaluaciones del perfil físico y psicológico en el proceso del entrenamiento deportivo de un jugador; estos datos le servirán como una base para diseñar una correcta planificación con las que se pueda mejorar las deficiencias o potenciarlas.
2. Las academias de fútbol deben contar con profesionales en la psicología deportiva, es por ello que se recomienda, elaborar investigaciones psicológicas de sus deportistas, puesto que los entrenadores de academias con menores recursos tendrán un instrumento científico que podrán aplicar en sus jugadores y así mejoraran por completo el rendimiento, que se verá reflejado en las diferentes competencias que jueguen.
3. Se debe buscar mayor variedad de ejercicios para que el jugador experimente diversas formas y maneras de realizar los ejercicios y así seguir mejorando el perfil físico que necesita cada jugador.
4. A los profesionales y egresados de la Escuela Profesional de Ciencias del deporte, continuar realizando investigaciones y estudios referentes al tema, aplicando diversos programas deportivos de fútbol para experimentar su influencia en las capacidades físicas y psicológicas básicas.

## REFERENCIAS

- Aguilar & Oriundo (2018). *Habilidades psicológicas y fundamentos técnicos del fútbol en estudiantes de secundaria. Ayacucho, 2018.* {Tesis de Maestría, Universidad Cesar Vallejo} [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/28837/aguilar\\_am.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/28837/aguilar_am.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Álvarez, M. (2017). *Estrategia metodológica para mejorar la resistencia aeróbica en los integrantes de la asociación de salvavidas del Cantón Salinas, provincia de Santa Elena, año 2016.* {Tesis de pregrado, Universidad Estatal Península de Santa Elena}. <https://repositorio.upse.edu.ec/xmlui/handle/46000/4200>
- Barriga, R. (2020). Asociación entre características de las lesiones deportivas previas y la ansiedad precompetitiva en futbolistas de la liga distrital de lima -VES {Tesis de pregrado, Universidad Católica Sedes Sapientiae}. <https://repositorio.ucss.edu.pe/handle/20.500.14095/1004>
- Castaño, Castiblanco, García & Montañez (2018) Características psicológicas deportivas en jóvenes de Bogotá. {Tesis de pregrado, Universidad Católica de Colombia} <https://repository.ucatolica.edu.co/jspui/handle/10983/22362>
- Catalá, P. y Peñacoba, C. (2020) *Factores psicológicos asociados a la vulnerabilidad de lesiones. Estudio de caso en un equipo de fútbol semiprofesional.* Obtenida de la Revista Psicología aplicada al deporte y al ejercicio físico. <https://doi.org/10.5093/rpadef2020a5>
- Ceballos, O., Bernal, F., Jardón, M., Enríquez, M., Durazo, J., & Ramírez, M. (2020). *Composición corporal y rendimiento físico de jugadores de fútbol soccer universitario por posición de juego.* Body composition and physical performance of college soccer by player's position). *Retos*, 39, 52-57. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i39.75075>
- De la Cruz, P. (2016). Ejercicios pliométricos en el desarrollo de la velocidad en los seleccionados de fútbol de la institución educativa "Alfonso Ugarte" de Huari.



{Tesis de pregrado, Universidad Nacional del Centro del Perú}. <http://hdl.handle.net/20.500.12894/2751>

Espinoza W. (2019) Características Psicológicas de los futbolistas categoría sub 11. {Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo}. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/35345>

Farinola, M., Dardano, L., & Maroni, G. (2020). Propuesta de evaluación de la condición física para población general: Batería Dickens. *Educación Física y Ciencia*, 22(1), 114-114.

García, A (2018). Pasado, presente y futuro del psicólogo del deporte en el fútbol español. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 3(1), 1-15. [fecha de Consulta 15 de Julio de 2022]. ISSN:. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=613865229002>

Gonzales, M. (2017). *Desarrollo motriz de las capacidades físicas de los estudiantes de la institución educativa secundaria Glorioso San Carlos de la ciudad de Puno 2016*. {Tesis de pregrado, Universidad Nacional del Altiplano} <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/4502>

Gómez, D., Pino, J., & Ibáñez, J. (2020). *Diseño Y Validación De Una Batería De Pruebas De Campo Para La Valoración Del Perfil Multi-Ubicación De Carga Externa en Deportes De Invasión*. E-Balonmano.Com: Journal of Sports Science / *Revista de Ciencias Del Deporte*, 16(1), 23-48.

Gustav, M., Lucía, P., & Maroni, G. (2020). Propuesta de evaluación de la condición física para población general: Batería Dickens. *Educación Física y Ciencia*, 22(1), 1-19.

Hernandez, R., Fernandez, C., y Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación. Interamericana editores, s.a. [https://www.academia.edu/32697156/Hern%C3%A1ndez\\_R\\_2014\\_Metodologia\\_de\\_la\\_Investigacion](https://www.academia.edu/32697156/Hern%C3%A1ndez_R_2014_Metodologia_de_la_Investigacion)

Huayna, A., Vidaurre, D. (2020) Rendimiento deportivo en jugadores universitarios de alta competencia y habilidades psicológicas. {Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión}.

- Leiva, S. (2019). ¿Qué es la fuerza para la Educación Física? 13 Congreso Argentino de Educación Física y Ciencias, 30 de septiembre al 4 de octubre de 2019, Ensenada, Argentina. Educación Física: ciencia y profesión. EN: Actas. Ensenada: Universidad Nacional de La Plata. Argentina. <https://memoria.fahce.unlp.edu.ar/library?a=d&c=eventos&d=Jev12861>
- León (2018). El temperamento y su relación con el rendimiento deportivo de fútbol en integrantes del campeonato de primera división de Huánuco. {Tesis de pregrado, Universidad de Huánuco}. <http://repositorio.udh.edu.pe/123456789/1747>
- Lozano & Valencia (2017). Estudio de las capacidades físicas condicionales y fundamentos técnicos del fútbol en niños de 13 a 16 años, de la escuela de formación de fútbol del municipio de Nariño-condinamarca {Tesis de pregrado, Universidad de Cundinamarca}.
- Martínez, Luna, Díaz & Martínez (2020). Programa de entrenamiento deportivo para el mejoramiento de las capacidades físicas del equipo sub 17 Bolívar Fútbol Club, Colombia
- Martínez González, R. A. (2020). Programa de entrenamiento deportivo para el mejoramiento de las capacidades físicas del equipo sub 17 Bolívar Fútbol Club, Colombia. *Revista EDIS ISSN: 2711-3949*, 1(1), 14. Recuperado a partir de <https://revista.redgade.com/index.php/EDIS/article/view/10>
- Martínez, E. (2002). Pruebas de aptitud física (1era ed). Barcelona, España. Paidotribo. [https://books.google.com.pe/books?id=QAI0ugcRccgC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=QAI0ugcRccgC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)
- Manzini, J. (2000). Declaración De Helsinki: Principios Éticos Para La Investigación Médica Sobre Sujetos Humanos. *Acta bioethica*, 6(2), 321-334. <https://dx.doi.org/10.4067/S1726-569X2000000200010>

- Mendoza, J. (2019). Valorar la resistencia a la fuerza en los futbolistas del equipo sub 15 del Club de Fútbol, Trujillo. {Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo}. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/48636>
- Mendoza, J., Méndez, H., & Peña, A. (2016, enero-junio). Consideraciones teóricas que sustentan el proceso de preparación física general de los atletas de pelota vasca en Guantánamo. *Revista de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Granma*, 13 (39), 118-131.
- Montero J. (2016). System of exercises to develop the adjournment speed in the masculine school futbolistas, EIDE, Las Tunas.; Sistema de ejercicios para desarrollar la velocidad de traslación en los futbolistas escolar masculino, EIDE, Las Tunas. *Revista Científica Olimpia*; Vol. 13 Núm. 39 (2016): Enero-junio.  
<https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=edsbas&AN=edsbas.6FD15FA5&lang=es&site=eds-live>
- Moreno, I., Gómez, V., Olmedilla, B., Ramos, L., Ortega, E. & Olmedilla, A (2019) Eficacia de un programa de preparación psicológica en jugadores jóvenes de fútbol. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*. Vol. 4. Núm. 2. Páginas e14, 1 - 7 <https://doi.org/10.5093/rpadef2019a13>
- Monroy & Iruña (2016). Inteligencia emocional y rendimiento deportivo en el fútbol femenino de alta competición {Tesis doctoral, Universidad de Valladolid} <http://uvadoc.uva.es/handle/10324/18817>
- Olmedilla, A., García-Mas, A., & Ortega, E. (2017). Psychological Characteristics for Sport Performance in Young Players of football, Rugby, and Basketball. *Acción Psicológica*, 14(1), 7-16.  
<https://doi.org/10.5944/ap.14.1.19249>
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232.  
<https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Pérez, G. (2018). El programa de actividades atlético deportivas en la capacidad física condicional de los alumnos del quinto grado de secundaria Institución

Educativa “República del Paraguay” Lima Cercado 2017. {Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo}. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/15024>

Pico, J. & Contreras, J. (2020) Caracterización fisiológica y antropométrica de jugadores de voleibol, fútbol y balonmano de IFSULDEMINAS – Campus Muzambinho, Minas Gerais, Brasil. Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales, Bogotá, Colombia <https://repository.udca.edu.co/handle/11158/2896>

Portela, Y., & Rodríguez, E. (2012, septiembre-octubre). Evaluación de la condición física mediante las pruebas de eficiencia física en la universidad de las ciencias informáticas, (13), 18-29

Quispe, D. (2018). Influencia del programa de fútbol-sala en las capacidades físicas básicas en la selección sub 12 de los “PAGPA” 2018. {Tesis de pregrado, Universidad Nacional De San Cristóbal De Huamanga} <http://repositorio.unsch.edu.pe/handle/UNSCH/3135>

Rodríguez, V. (2018). Programa experimental de preparación física y rendimiento técnico en categorías juveniles de 15 y 17 años del fútbol escolar en la Institución Educativa Pública N° 1209 Mariscal Toribio de Luzuriaga – Ate Vitarte, 2017. {Tesis de pregrado, Universidad Nacional De Educación Enrique Guzmán Y Valle}. <https://repositorio.une.edu.pe/handle/20.500.14039/1530>

Rodríguez, M. (2021). Ansiedad y características psicológicas de un equipo de fútbol juvenil en el distrito de Surco, 2021. Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo}. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/81507#:~:text=En%20los%20resultados%20se%20observa,en%20el%20distrito%20de%20Surco.>

Rosa, A. (2017). *Análisis bibliográfico de las baterías de evaluación de la condición física*. Bibliographic analysis of the physical fitness assessment batteries. Revista Peruana de Ciencias de La Actividad Física y Del Deporte, 4(4), 533-543. <https://www.researchgate.net/publication/323759194>

- Serna, F., Nanclares, J. (2018). Capacidades físicas condicionales en jóvenes futbolistas de la categoría sub 16 pertenecientes a la Corporación Social Deportiva de Colombia (Cosdecot). {Tesis de pregrado, Universidad San Buenaventura Colombia} <http://hdl.handle.net/10819/5719>
- Véliz, C., Maureira, F., & Jaurés, M. (2020). Relación de la fuerza, potencia y composición corporal con el rendimiento deportivo en nadadores jóvenes de la Región Metropolitana de Chile Retos, 38, 300-305. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.75638>
- Villegas Clarke, R. (2019). Cohesión de equipo y características psicológicas deportivas en futbolistas de la primera división peruana. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC). {Tesis de pregrado, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas}. <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/626018>
- Vinuesa, M & Vinuesa, J. (2016). Conceptos y métodos para el entrenamiento físico. ISBN: 978-84-9091-162-4 (edición libro-e). [https://publicaciones.defensa.gob.es/media/downloadable/files/links/c/o/conceptos-y-m\\_todos-para-el-entrenamiento-f\\_sico.pdf](https://publicaciones.defensa.gob.es/media/downloadable/files/links/c/o/conceptos-y-m_todos-para-el-entrenamiento-f_sico.pdf)
- Weiten W. (2007). Psychology: Themes and Variations. 7th Edition Paperback – 2007 Barcelona the Edition

## ANEXOS

### Anexo 1 Matriz de operacionalización de variables

Variable1	Definición conceptual	D. Operacional	Dimensión	Indicador	Medición
Perfil Físico	Es un conjunto de cualidades que describen las capacidades físicas de una persona el cual determina en qué condición física se encuentra (Pico & Contreras (2020)	Se utilizarán 3 test que se encuentran en las pruebas de aptitud física que fueron aplicados en diversos estudios de adolescentes con anterioridad (Martínez, 2002)	Velocidad máxima (test de 20 metros)	Buena, regular, mala	Intervalo
			Fuerza a la resistencia (test abdominal 30 segundos)	Buena, regular, mala	
			R. Aeróbica máxima  Test de cooper	Buena, regular, mala	

Variable	Definición conceptual	D. Operacional	Dimensión	Indicador	Medición
Perfil Psicológico	La psicología es la ciencia que estudia la conducta y los procesos fisiológicos y cognitivos, sobre todo esta profesión aplica al conocimiento acumulado a problemas prácticos. (Weiten. 2007 citado por sarmiento 2018).	Se aplicó el test de CASI-2, originalmente construido (Martens, Burton, Vealey, Bump y Smith, 1990),	Ansiedad Cognitiva	Nada, Algo, Bastante, Mucho	Intervalo
			Ansiedad Somática	Nada, Algo, Bastante, Mucho	
			Autoconfianza	Nada, Algo, Bastante, Mucho	

## Anexo 2. Prueba abdominal en 30 segundos

### Valores de la Prueba Abdominal en 30 Segundos del Sexo masculino

Nivel de Fuerza Resistencia Abdominal	Edad				
	11 - 13 Años	14 Años	15 Años	16 Años	17 - 18 Años
Malo	menor a 23 rep.	menor a 24 rep.	menor a 25 rep.	menor a 27 rep.	menor a 28 rep.
Regular	23 - 28 rep.	24 - 29 rep.	25 - 31 rep.	27 - 31 rep.	28 - 31 rep.
Buena	mayor a 28 rep.	mayor a 29 rep.	mayor a 31 rep.	mayor a 31 rep.	mayor a 31 rep.

Tabla 1: de elaboración propia, en base a la "tabla de prueba de fuerza: abdominales en 30 seg.", de Emilio Martínez (Martínez, 2002)

Dónde: rep. = repeticiones.



### Anexo 3. Test de sprint en 20 metros

#### Valores del Test de Sprint en 20 Metros del Sexo masculino

Nivel de Velocidad Máxima	Edad				
	11 - 13 Años	14 Años	15 Años	16 Años	17 - 18 Años
Malo	mayor a 4,67 seg.	mayor a 4,47 seg.	mayor a 4,32 seg.	mayor a 4,14 seg.	mayor a 4,05 seg.
Regular	4,67 - 3,99 seg.	4,47 - 3,79 seg.	4,32 - 3,64 seg.	4,14 - 3,44 seg.	4,05 - 3,37 seg.
Bueno	menor a 3,99 seg.	menor a 3,79 seg.	menor a 3,64 seg.	menor a 3,44 seg.	menor a 3,37 seg.

Tabla 4: de elaboración propia, en base a la "tabla de prueba de velocidad: carrera de 20 metros.", de Emilio Martínez (Martínez, 2002)

Dónde: seg. = segundos

#### Anexo 4. Test de Cooper

##### Valores del test de Cooper del Sexo masculino

Nivel de Resistencia Aerobica Máxima	Edad				
	11- 13 Años	14 Años	15 Años	16 Años	17 - 18 Años
Malo	menor a 1690 m.	menor a 1837 m.	menor a 1870 m.	menor a 1853 m.	menor a 2285 m.
Regular	1690 - 2163 m.	1837 - 2483 m.	1870 - 2422 m.	1853 - 2279 m.	2285 - 2683 m.
Bueno	mayor a 2163 m.	mayor a 2483 m.	mayor a 2422 m.	mayor a 2279 m.	mayor a 2683 m.

Tabla 5: de elaboración propia, en base a la "tabla de prueba de resistencia: test de Cooper.", de Emilio Martínez (Martínez, 2002)

Dónde: m. = metros

## Anexo 5



UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO SEDE TRUJILLO

### PERFIL FISICO Y PSICOLOGICO EN ACADEMIAS DE FUTBOL CATEGORIAS SUB 14, DISTRITO DE CHAO 2022.

#### CONSENTIMIENTO INFORMADO

**Investigador Principal:**

CORRALES REYES JOSE ARTURO

**Propósito del estudio:** El Grupo y semillero de Investigación de la escuela de Ciencias del Deporte, se encuentra adelantado el trabajo: **PERFIL FISICO Y PSICOLOGICO EN ACADEMIAS DE FUTBOL CATEGORIAS SUB 14 , DISTRITO DE CHAO** . El objetivo de este estudio es observar el perfil físico y psicológico de las academias de futbol categorías sub 14 del distrito de chao.

**Qué pasará durante el estudio:** Si usted acepta ser parte de este estudio, realizaremos las siguientes actividades: Se realizará aplicación de test físico y psicológicos para identificar como se encuentran los futbolistas en dichas variables.

**Cuánto tiempo durará su participación en el estudio:** Este procedimiento (DILIGENCAMIENTO DE TEST FÍSICO Y PSICOLOGICO) le tomarán aproximadamente 60 minutos en solo dos citas.

**Cómo se podría beneficiar si participa en el estudio:** Participar en esta investigación, le dará la oportunidad de conocer El nivel del perfil físico y psicológico de cada deportista, al igual que las necesidades (si lo requiere) para mejorar su estilo de vida. Los resultados de la investigación servirán para definir si deben implementarse programas de entrenamiento que favorezca al rendimiento del futbolista.

**Qué daños podrían ocurrirle al participante si hace parte del estudio:** El estudio no conlleva ningún riesgo. Usted no recibirá compensación por participar. Los resultados grupales serán socializados con todos los participantes y el personal de la Universidad, de manera general, sin detallar los datos de identificación de los sujetos.

**Confidencialidad:** La información obtenida será utilizada únicamente para propósitos del estudio. Su nombre no se utilizará en ningún reporte o publicación y los datos obtenidos se almacenaran bajo custodia (física y digital en la escuela de ciencias de deporte) para fines únicamente del proyecto.

**Costo de su participación:** Ninguno. El estudio asume el costo del test físico y bioimpedancia eléctrica.

**Su participación en el estudio es completamente voluntaria:** Si usted no quiere participar, no tendrá ninguna consecuencia. Adicionalmente, después de iniciado el estudio, usted podrá retirarse en cualquier momento y por cualquier razón esto tampoco traerá consecuencias. Usted tiene derecho a conocer nuevas informaciones con respecto al estudio en el caso de que las hubiera. Su única responsabilidad en el estudio es cumplir con el diligenciamiento

de los cuestionarios y las medidas corporales. En caso de que tenga preguntas adicionales sobre el estudio usted puede contactar al investigador José Arturo Corrales Reyes

Con su firma usted acepta que ha leído, que se le ha respondido satisfactoriamente a sus preguntas y aclarado las posibles dudas, y que acepta participar voluntariamente en el presente estudio.

---

Nombre del participante

---

Firma y N° DNI

---

Nombre investigador

---

Firma y N° DNI