

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL
DE HUAMANGA**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**



TESIS:

**Ansiedad y rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto
en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de
Huamanga, Ayacucho 2024**

Para optar el título profesional de:
LICENCIADO (A) EN EDUCACIÓN FÍSICA

PRESENTADO POR:

**Bach. Fray Randy CARBAJAL MENDOZA
Bach. Luz Anali QUISPE HUAMANI**

ASESOR:

Dr. Oscar GUTIÉRREZ HUAMANI

AYACUCHO - PERÚ

2025

A mis padres, Nancy Mendoza Cangana y Américo Carbajal Ochoa por apoyarme incondicionalmente en cada etapa de mi vida, los quiero mucho.

Fray Randy

A Dios por permitirme culminar con éxito mi tan anhelada carrera, darme buena salud y fortaleza en aquellos momentos de dificultad y de debilidad.

A mis padres: Carlos Quispe Aucatoma e Isabel Huamaní Ruiz, por inculcar en mí el ejemplo de esfuerzo, valentía y por jamás dudar de mi capacidad y ser mi mayor soporte, a mis hermanos y a toda mi familia por su apoyo incondicional durante mi formación profesional.

Luz Anali

Agradecimientos

A la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga considerada alma mater por haberme formado en sus aulas.

Agradezco a la Escuela Profesional de Educación Física de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, por brindarme la oportunidad de crecer profesionalmente.

Al Dr. Oscar Gutiérrez Huamaní, por su asesoramiento en la investigación Ansiedad y rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.

A los directivos de los diferentes clubes de básquetbol en la provincia de Huamanga – Ayacucho, por haber contribuido y facilitado en la recolección de datos para el desarrollo de la tesis.

Índice General

Dedicatoria.....	II
Agradecimientos.....	III
Índice General.....	IV
Índice de Tablas.....	VI
Índice de Anexos.....	VII
Resumen.....	VIII
Abstract.....	IX
Introducción.....	X
I. Planteamiento del Problema.....	1
1.1 Descripción de la situación problemática.....	1
1.2 Formulación del problema.....	3
1.3 Formulación de objetivos.....	4
1.4 Justificación de la investigación.....	4
II. Marco Teórico.....	6
2.1 Antecedentes.....	6
2.2 Bases Teóricas.....	12
2.3 Bases conceptuales.....	23
III. Metodología.....	26
3.1 Formulación de hipótesis.....	26
3.2 Variables.....	27
3.3 Operacionalización de variables.....	28
3.4 Tipo y nivel de investigación.....	30
3.5 Métodos.....	30
3.6 Diseño metodológico.....	31
3.7 Población y muestra censal.....	32

3.8 Técnicas e instrumentos para la recolección de datos	34
3.9 Validez y confiabilidad de instrumentos.....	36
3.10 Técnicas de procesamiento de datos	39
3.11 Aspectos éticos.....	39
IV. Resultados y Discusión.....	41
4.1 Resultados a nivel descriptivo	41
4.2 A nivel inferencial.....	44
4.3 Discusión de Resultados	49
Conclusiones	53
Recomendaciones	55
Referencias Bibliográficas.....	56
Anexos	64

Índice de Tablas

Tabla 1	<i>Población de jugadores de baloncesto que pertenecen a clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga. Ayacucho 2024</i>	32
Tabla 2	<i>Muestra censal de jugadores de baloncesto que pertenecen a clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024</i>	33
Tabla 3	<i>Técnicas de recolección de datos</i>	35
Tabla 4	<i>Instrumentos de recolección de datos</i>	37
Tabla 5	<i>Resultado de juicio de expertos del cuestionario tipo Likert sobre ansiedad</i>	37
Tabla 6	<i>Resultado de juicio de expertos de la ficha de registro de observación del rendimiento deportivo</i>	38
Tabla 7	<i>Confiabilidad de instrumentos</i>	39
Tabla 8	<i>Tabla cruzada entre la ansiedad y el rendimiento deportivo de los jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024</i>	41
Tabla 9	<i>Tabla cruzada entre la ansiedad y control de estrés</i>	42
Tabla 10	<i>Tabla cruzada entre la ansiedad y la motivación</i>	42
Tabla 11	<i>Tabla cruzada entre la ansiedad y la habilidad mental</i>	43
Tabla 12	<i>Tabla cruzada entre la ansiedad y la cohesión de equipo</i>	44
Tabla 13	<i>Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov</i>	45
Tabla 14	<i>Prueba de hipótesis general sobre la correlación entre la ansiedad y el rendimiento deportivo</i>	46
Tabla 15	<i>Prueba de hipótesis específica 1 sobre la correlación entre la ansiedad y el control del estrés</i>	46
Tabla 16	<i>Prueba de hipótesis específica 2 sobre la correlación entre la ansiedad y la motivación</i>	47
Tabla 17	<i>Prueba de hipótesis específica 3 sobre la correlación entre la ansiedad y la habilidad mental</i>	48
Tabla 18	<i>Prueba de hipótesis específica 4 sobre la correlación entre la ansiedad y la cohesión de equipo</i>	49

Índice de Anexos

Anexo 1	Matriz de consistencia	65
Anexo 2	Instrumentos de recolección de datos	67
Anexo 3	Ficha técnica	71
Anexo 4	Informe de opinión de expertos sobre la revalidación de instrumentos	73
Anexo 5	Resultados de confiabilidad de instrumentos	79
Anexo 6	Base de datos	80
Anexo 7	Autorización	84
Anexo 8	Imágenes	85

Resumen

El objetivo general del estudio fue determinar la relación de la ansiedad y el rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024. La investigación tuvo un enfoque cuantitativo, tipo básica, nivel correlacional, diseño no experimental – transversal – descriptivo correlacional, los métodos aplicados fueron el hipotético deductivo, método descriptivo y el método estadístico. La muestra estuvo conformada por 92 deportista de la Liga Distrital Mixta de Básquetbol de la categoría sub 16. Los instrumentos de recolección de datos fueron para la ansiedad se empleó un cuestionario tipo Likert y para la variable rendimiento deportivo el cuestionario, previamente validados y con una confiabilidad corroborada con el Alfa de Cronbach. Los resultados descriptivos muestran que el 67,4% tiene un rendimiento deportivo regular (de acuerdo), el 25,0% en desacuerdo; el 6,5% en totalmente de acuerdo y sólo el 1,1% en totalmente en desacuerdo. Mientras que en la ansiedad se observa que el 38,0% muestra mucha ansiedad, el 31,5% poca ansiedad, el 25,0% bastante ansiedad y el 5,4% nada de ansiedad. En cuanto a resultado inferencial se obtuvo un valor de $Rho = -0,258$ con un valor de significancia de $p = 0,013$ indicando el rechazo de la H_0 . Se concluye que existe una relación negativa baja y significativa entre la ansiedad y el rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 15 en la provincia de huamanga.

Palabras clave: Básquetbol, ansiedad, rendimiento deportivo, estrés.

Abstract

The general objective of the study was to determine the relationship between anxiety and athletic performance in basketball players in sports clubs of the under-16 category in the province of Huamanga, Ayacucho 2024. The research had a quantitative approach, basic type, correlational level, non-experimental - cross-sectional - descriptive correlational design, the methods applied were hypothetical-deductive, descriptive method and the statistical method. The sample consisted of 92 athletes from the Mixed District Basketball League of the under-16 category. Using non-probabilistic sampling. The data collection instruments were a Likert-type questionnaire for anxiety and the observation log for the athletic performance variable, previously validated and with reliability corroborated by Cronbach's alpha. The descriptive results show that 67.4% have an average athletic performance (agree), 25.0% disagree; 6.5% strongly agree and only 1.1% strongly disagree. Regarding anxiety, 38.0% showed high anxiety, 31.5% low anxiety, 25.0% quite anxious, and 5.4% not at all anxious. Regarding the inferential results, a Rho value of -0.258 was obtained with a significance value of $p = 0.013$, indicating the rejection of the H_0 test. It is concluded that there is a low and significant negative relationship between anxiety and athletic performance in basketball players in U-15 sports clubs in the province of Huamanga.

Keywords: Basketball, anxiety, athletic performance, stress.

Introducción

El presente trabajo de investigación se centra en el análisis de la ansiedad y el rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, ya que el rendimiento de los jóvenes deportistas no depende únicamente de sus habilidades físicas o técnicas, sino también de factores psicológicos que influyen significativamente en su desempeño. Este estudio se llevó a cabo en el año 2024, momento en el cual el deporte está cobrando una relevancia cada vez mayor en el desarrollo integral de los adolescentes, no solo como una actividad física, sino también como una herramienta formativa que contribuye a su bienestar emocional y social.

En este contexto, la ansiedad según Hofmann et al. (2023) es una emoción natural que cumple una función útil para la supervivencia, ya que prepara al cuerpo para enfrentar posibles peligros. Sin embargo, cuando esta reacción aparece sin una razón clara o es demasiado intensa, puede afectar seriamente la salud mental del individuo. Esta emoción provoca reacciones físicas como taquicardia, genera conductas como evitar ciertas situaciones, desencadena pensamientos constantes de preocupación y causa un fuerte malestar emocional. Además, la ansiedad puede estar influenciada por la herencia genética, el entorno social, las experiencias vividas y la manera en que aprendemos a enfrentar el estrés.

Mientras que el rendimiento deportivo de acuerdo con Martínez-Ramírez et al. (2024) lo describen como una expresión de la autoeficacia en el ámbito deportivo, entendida como la seguridad que tiene el deportista en sus habilidades para desempeñarse eficazmente en situaciones de alta exigencia. Sostienen que esta percepción de autoeficacia influye de manera directa en el nivel de rendimiento obtenido, ya que determina cómo el atleta interpreta los desafíos y qué tan preparado se siente para afrontarlos.

Este trabajo es importante porque estudia cómo se relacionan dos aspectos clave en el deporte juvenil: la ansiedad y el rendimiento deportivo. Primero, se observó cómo se presentan estos aspectos en los deportistas, luego, se analizó cómo la ansiedad puede afectar en el rendimiento de los jóvenes durante los partidos.

El presente trabajo de investigación consta de cuatro capítulos: En el primer capítulo se expone el planteamiento del problema, donde se describe y delimita la situación que motiva esta investigación. El segundo capítulo está dedicado al marco teórico, incluyendo los antecedentes, teorías y conceptos clave relacionados con el tema de estudio. En el tercer capítulo se detalla la metodología utilizada, explicando los pasos y técnicas aplicadas durante el proceso investigativo. El cuarto capítulo presenta los resultados obtenidos, tanto a nivel descriptivo como inferencial, seguidos por las conclusiones y recomendaciones del estudio. Finalmente, se incluyen las referencias bibliográficas consultadas y los anexos donde se incorporan documentos y materiales que respaldan el trabajo realizado con base en criterios científicos.

Capítulo I

Planteamiento del Problema

1.1 Descripción de la situación problemática

Osorio et al. (2020) menciona que la ansiedad en ocasiones suele experimentarse como una sensación desagradable, porque genera respuestas desproporcionadas e injustificadas respecto al estímulo que la activa, además, suele aparecer ante situaciones novedosas que pueden representar una amenaza a los valores de un individuo.

A nivel internacional Bretón (2021) en su investigación realizada a 177 deportistas de baloncesto entre 14 y 15 años, en este estudio se encuentra que:

El 55,4% de los deportistas presentan una ansiedad-estado media, el cual, representa a más de la mitad de los participantes, así mismo, un 26,6% de la muestra presenta una ansiedad-estado baja y finalmente un 18,1% una ansiedad-estado alta. En lo que respecta a la ansiedad-rasgo, solamente el 6,8% de los participantes presentaban ansiedad-rasgo baja, mientras que el 62,1% de la muestra presentaban una ansiedad-rasgo media, y el 31,1 % de los participantes mostraron valores de ansiedad-rasgo alta.

Por otro lado, en el Perú de acuerdo al Ministerio de Salud (MINSA, 2022) existen problemas y trastornos de salud mental muy preocupantes en el país, ocupando en primer lugar la ansiedad, llegando a un total de 433 816 casos diagnosticados en el año 2022, de igual modo, Rodríguez (2021) en su investigación en el distrito de Surco a 200 deportistas de entre 15 a 20

años con respecto a la ansiedad, tiene como resultado la confirmación que el 99,5% considera tener bastante ansiedad, del total de estudiantes encuestados el 11% señala que es mucho el control de estrés que utilizan en las prácticas deportivas. Asimismo, Cruz (2023) en su investigación a 64 deportistas hecho en Puno, tuvo como resultado lo siguiente:

El 0% en el nivel muy bajo, mientras el 12,50% en el nivel bajo, seguido del 26,56% en el nivel regular, así mismo, se obtuvo en el nivel más alto el 50% y finalmente solo el 10,94% de las deportistas se encuentran en el nivel muy alto, con esto llegan a la conclusión de que los deportistas tienen control de estrés, pero existen deportistas representados por el 12,50% que demuestran señales de tener problemas o dificultades con el estrés, ansiedad y preocupación, por lo que su rendimiento en la competición pueda verse afectado. (p 91)

Con respecto a la región de Ayacucho, Quispe (2020) en su investigación realizada en estudiantes de secundaria de primero a quinto año de la institución educativa Apóstol Pablo en Ayacucho, en el año 2020, en el cual llega al resultado que:

El 32% de investigados que equivale a 16 estudiantes, se encuentran con valores de ansiedad inferior, mientras que el 38% de los investigados que equivalen a 19 estudiantes, se encuentran con un nivel medio, de la misma manera el 30% que equivale a 15 estudiantes, muestran que se encuentran con niveles de ansiedad superior.

A nivel institucional la ansiedad de cierta manera está presente en los entrenamientos, algunos deportistas lo sienten con mayor intensidad que otros, pero sobre todo está más presente en los partidos de competencia, por ello, esto viene afectando de manera significativa en el rendimiento del deportista dificultando el desarrollo individual y grupal. Por otro lado, la ansiedad viene a ser una emoción natural que forma parte de la existencia humana, por ende, la ansiedad en

un nivel bajo parece potenciar el rendimiento del deportista lo cual es importante en una competencia.

Considerando los aspectos expuestos líneas precedentes, se tiene previsto realizar la investigación: Ansiedad y rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024, con la finalidad de determinar la relación entre ansiedad y rendimiento deportivo.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿Qué relación existe entre ansiedad y rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024

1.2.2 Problema específico

1. ¿Qué relación existe entre la ansiedad y el nivel de control de estrés en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024?
2. ¿Qué relación existe entre la ansiedad y el nivel de motivación en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024?
3. ¿Qué relación existe entre la ansiedad y el nivel de habilidad mental en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024?
4. ¿Qué relación existe entre la ansiedad y el nivel de cohesión de equipo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024?

1.3 Formulación de objetivos

1.3.1 Objetivos generales

Determinar la relación que existe entre la ansiedad y el rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.

1.3.2 Objetivos específicos

1. Establecer la relación que existe entre la ansiedad y el nivel de control de estrés en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.
2. Identificar la relación que existe entre la ansiedad y el nivel de motivación en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.
3. Determinar la relación que existe entre la ansiedad y el nivel de habilidad mental en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.
4. Determinar la relación que existe entre la ansiedad y el nivel de cohesión de equipo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.

1.4 Justificación de la investigación

1.4.1 Justificación teórica

El presente trabajo de investigación propone obtener información nueva y necesaria acerca de la influencia de la ansiedad en las características psicológicas relacionadas al rendimiento deportivo, por lo que el interés de la investigación es determinar si el rendimiento deportivo puede

verse afectado por circunstancias ajenas a la preparación física, así mismo, nos interesa alcanzar resultados que nos permitan conocer la situación real en la que se encuentran los basquetbolistas con relación al nivel de ansiedad, de la misma manera con la presente investigación se busca lograr su fuente para nuevas investigaciones que se desarrollarán en el futuro.

1.4.2 Justificación práctica

El presente trabajo de investigación busca conocer y comprender acerca de la influencia de la ansiedad en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga el cual, se puede observar que siempre está presente, ya sea en mayor o menor intensidad en los ambientes deportivos y dificulta el correcto desenvolvimiento a nivel deportivo de los jugadores, la intención práctica es conocer y establecer puntos de referencia con relación a la ansiedad, para que de alguna manera, esta pueda ser controlada con mayor eficacia por los deportistas, así mismo, también implementar agentes externos que ayuden a supervisar, manejar y regular este problema en los jugadores.

1.4.3 Justificación metodológica

La presente investigación es de carácter científico, de tal manera que nos permitirá ver y analizar los conocimientos de manera objetiva, así mismo, nos permite recolectar datos a través de distintos instrumentos utilizados y a partir de ella generar nuevas ideas, conceptos y conocimientos. Por otro lado, en esta investigación se observa la definición de varios conceptos desde la perspectiva del autor tratando con ello de aportar en los conocimientos ya existentes, de esa manera intervenir en el manejo eficaz de la ansiedad.

Capítulo II

Marco Teórico

2.1 Antecedentes

2.1.1. Antecedentes internacionales

Para comenzar a indagar sobre la ansiedad y el rendimiento deportivo, es necesario reconocer que existe información la cual nos permitirá partir con esta investigación, de tal forma en este apartado se recopilan estudios, hallazgos y reflexiones referidos a nuestro tema.

En este sentido Bretón (2021) investigó sobre *“Influencia de la capacidad resiliente en etapas de formación de baloncesto femenino, como indicador de mejora en el rendimiento”*. Universidad de Granada. España. Investigación de tipo básica y diseño no experimental. La muestra estuvo constituida de 177 deportistas de las selecciones provinciales cadetes femenina y masculina, asimismo, los instrumentos para acopiar los datos fueron el cuestionario de Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) el cuestionario Autoconcepto Forma-5 (AF-5) y finalmente, State-Trait Anxiety Inventory, (STAI-RASGO), Las conclusiones se detallan a continuación: los deportistas con puntajes más altos de autoconcepto emocional y social tienen valores más altos de ansiedad-estado, por otro lado los deportistas con puntajes elevadas de autoconcepto académico, familiar y físico tienen valores más bajos de ansiedad-estado, así mismo, los deportistas con puntajes más altas de autoconcepto, presentan valores más altos de ansiedad-rasgo y los deportistas con puntajes más altos de autoconcepto físico presentan una ansiedad-rasgo

baja. Los jugadores con puntajes más altos de resiliencia presentan niveles bajos de ansiedad- rasgo y ansiedad-estado, finalmente se observa que más de la mitad de los jugadores analizados muestran una ansiedad- rasgo y ansiedad-estado media.

Menéndez & Becerra (2020) investigó sobre *“Ansiedad en deportistas jóvenes: un estudio comparativo entre hombres y mujeres”*. Universidad Juárez Autónoma de Tabasco. México. Investigación de tipo comparativo y diseño transversal. La muestra estuvo constituida de 15 hombres y 15 mujeres con un rango de edad de entre 19 y 24 años, asimismo, los instrumentos para acopiar los datos fueron el Inventario de Ansiedad de Beck¹⁴ y las entrevistas. Las conclusiones se detallan a continuación: se observa una tendencia al aumento de los niveles de ansiedad en el grupo de mujeres, siendo especialmente frecuente el nivel de ansiedad "severa" en atletas femeninas de 21 años, Por otro lado, en el grupo de hombres, los niveles de ansiedad son notablemente menores en comparación con las mujeres y el fenómeno se presenta con mayor frecuencia en deportistas masculinos de 21 años, quienes muestran un nivel de ansiedad "muy bajo", asimismo, se muestra que en la primera evaluación, el 45% de las mujeres reportó altos niveles de ansiedad, mientras que en la segunda evaluación, este porcentaje aumentó al 68%. En cuanto a los hombres, en la primera evaluación el 44% presentó altos niveles de ansiedad, pero en la segunda medición, solo el 23% mostró niveles elevados.

Dominici et all. (2021) investigó sobre *“Relación entre factores que afectan el rendimiento deportivo y los niveles de ansiedad en beisbolistas dominicanos”*. Universidad Iberoamericana. República Dominicana. Investigación de tipo básica y diseño correlacional. La muestra estuvo constituida de 109 beisbolistas masculinos en desarrollo y formación profesional, asimismo, los instrumentos para acopiar los datos fueron el instrumento “Ansiedad Estado-Rasgo” de Spielberg y el inventario de Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo de

Gimeno et al. Las conclusiones se detallan a continuación: Se descubrió que hay una relación inversa entre los niveles de ansiedad estado-rasgo y varios aspectos que contribuyen al rendimiento deportivo de los atletas, en cuanto al control de estrés los resultados muestran que existe una relación inversa significativa entre la ansiedad rasgo y la ansiedad estado. Esto significa que, a menor habilidad para controlar el estrés en las competencias, mayores serán los niveles de ansiedad experimentados, en cuanto a la motivación, inicialmente se planteó la posibilidad de una relación inversa con la ansiedad. Sin embargo, los resultados mostraron que no existe una correlación significativa entre ambas. A pesar de ello, la motivación sigue siendo un factor clave relacionado con el interés de los deportistas para comenzar y mantenerse en la práctica competitiva, asimismo, se confirmó que existe una relación inversa entre la habilidad mental y la ansiedad estado, lo que significa que a mayor desarrollo de habilidad mental, menores serán los niveles de ansiedad experimentados, finalmente, se encontró una relación inversa significativa entre la ansiedad estado y los niveles de cohesión de equipo, sin embargo, la ansiedad rasgo no mostró un impacto relevante en este aspecto indicando que la ansiedad de un individuo afecta negativamente su integración con el equipo.

Salom (2022) investigó sobre *“Estudio de la influencia de la ansiedad y sus variables mediadoras sobre el rendimiento deportivo”*. Universidad de las Islas Baleares. España. Investigación de tipo básica y diseño correlacional. La muestra estuvo constituida de 148 regatistas de la Federación Balear de Vela, asimismo, los instrumentos para acopiar los datos fueron la edición española del Sport Anxiety Scale-2 y el Cuestionario de Ansiedad Competitiva. Las conclusiones se detallan a continuación: la ansiedad en la competición se encuentra de manera emergente en la práctica deportiva, la asociación entre ansiedad y rendimiento no es sólida y depende de muchos factores ya sean personales, características del deporte o la situación

específica, así mismo la cooperación deportiva ayuda a superar la ansiedad competitiva que influirá en el bienestar de los deportistas y el rendimiento grupal, además se pueden utilizar técnicas para reducir los aspectos negativos de la ansiedad así como la TAC y el mindfulness.

Martorell et al. (2020) investigó sobre “*Relación entre ansiedad competitiva y cooperación deportiva en equipos de vela de competición*”. Pontificia Universidad Javeriana. España. Investigación de tipo descriptiva y diseño correlacional. La muestra estuvo constituida de 46 regatistas, pertenecientes a la Federación Balear de Vela, asimismo, el instrumento para acopiar los datos fue la versión española del Sport Anxiety Scale (SAS-2). Las conclusiones se detallan a continuación: Respecto de la variable ansiedad, el resultado reveló que la ansiedad de preocupación por el rendimiento mostró una media más alta, así mismo, el resultado más bajo fue la desconcentración, la ansiedad somática se mantuvo en valores sobre la media, normalmente recogida de deportistas de competición. Según los resultados obtenidos, los deportistas con cooperación condicionada alta presentaron mayores niveles de ansiedad somática, por preocupación y desconcentración, frente a esto la respuesta aplicada ideal sería fomentar a los deportistas a cooperar sin reservas ni condiciones para favorecer el compromiso deportivo.

2.1.2 Antecedentes nacionales

Rodriguez (2022) investigó sobre “*Ansiedad y características psicológicas de un equipo de fútbol juvenil en el distrito de Surco, 2021*”. Tesis para obtener el grado académico en la Universidad César Vallejo. Lima. Investigación de tipo básica y diseño correlacional. La muestra estuvo conformada de 200 deportistas juveniles varones de un equipo de fútbol en el distrito de Surco, El instrumento que se utilizó fue el cuestionario CSAI-2 y el CPRD. La conclusión fue la siguiente: Se llega al resultado de que no hay relación entre la ansiedad y la dimensión control de estrés, debido a que los deportistas de este equipo no dominan sus habilidades psicológicas

positivamente, dejándose influenciar por la existencia del estrés en cada entrenamiento y su sumisión provoca desconcentraciones, asimismo, con referencia a la dimensión de habilidad mental se llega al resultado de que los deportistas no tienen recursos mentales suficientes para lograr un rendimiento deportivo eficiente, por otro lado, se concluye que no existe una buena relación social entre compañeros de equipo, además de sentimientos positivos de espíritu deportivo esto hace que los deportistas se encuentren divididos.

Cruz (2023) investigó sobre “*Las características psicológicas en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la asociación liga distrital de puno*”. Tesis para obtener el título profesional en la Universidad Nacional Del Altiplano. Puno. Investigación de tipo básica y diseño descriptivo. La muestra estuvo constituida de 64 jugadoras de la liga de voleibol de Puno. El instrumento que se utilizó fue el cuestionario Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (CPRD). La conclusión fue la siguiente: se llega al resultado de que más de la mitad de las jugadoras se encuentran en los valores alto y muy alto, estas conclusiones muestran que existe un nivel óptimo de desenvolvimiento en las características psicológicas, sin embargo, existe un porcentaje bajo de 7.81% que se encuentran en el nivel regular y muestran dificultades en el desempeño emocional, de la misma manera, se llega al resultado de que el 60.94% de las jugadoras tienen valores de alto y muy alto en los niveles de control de estrés, por lo que su rendimiento deportivo será el mejor, así mismo, quienes mostraron encontrarse en los valores de bajo y regular son el 39.06% mostrando en ocasiones ansiedad durante las competiciones.

Arrese (2020) investigó sobre “*Bienestar psicológico y ansiedad rasgo-estado en basquetbolistas de Lima Metropolitana*”. Tesis para obtener el grado de bachiller en la Pontificia Universidad Católica Del Perú. Lima. Investigación de tipo básica y diseño descriptivo. La muestra

de este estudio está conformada por 100 jugadores de básquet, de Lima Metropolitana, El instrumento que se utilizó fue el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo. La conclusión fue la siguiente: Se deduce que la práctica de básquetbol en un nivel muy exigente, podría tener un papel trascendente en el desarrollo de salud y el bienestar de los deportistas debido a que genera crecimiento y mejora el potencial personal, por otro lado, los resultados brindan evidencia de que tanto la ansiedad-rasgo como la ansiedad-estado no tienen diferente impacto, sin embargo, esto depende del grado de exigencia deportiva que exista, así mismo, los deportistas investigados han mostrado valores bajos tanto de ansiedad estado y rasgo, esto nos lleva a la conclusión de que la ansiedad no está presente en deportistas de baloncesto, finalmente, se encontró que los deportistas de alta competencia muestran mayores niveles de relaciones positivas con los demás y autonomía, concluyendo que el deporte de alta competitividad tiene consecuencias positivas en el bienestar, por otro lado, no se encontraron resultados trascendentes en las dimensiones de ansiedad, concluyendo que el deportista profesional o amateur, no tiene muchas dificultades a niveles significativos de ansiedad-estado y rasgo.

2.1.3 Antecedentes regionales

Quispe (2020) investigó sobre “*Ansiedad estado rasgo en estudiantes del primero a quinto año de una institución educativa secundaria “Apóstol Pablo”, Ayacucho - 2020*”. Tesis para obtener el grado académico en la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Chimbote. Investigación de tipo básica y diseño descriptivo. La muestra está conformada por 51 estudiantes de 12 a 15 años entre hombres y mujeres de primero a quinto año de la Institución educativa Secundaria Apóstol Pablo Ayacucho, El instrumento que se utilizó fue el inventario de ansiedad estado-rasgo (STAI). La conclusión fue la siguiente: se concluye que los estudiantes de primero a quinto año de secundaria de la institución educativa Apostol Pablo padecen de ansiedad severa

tanto estado como rasgo y esto puede generar problemas de salud mental, mayores niveles de estrés, y con ello generar bajo rendimiento, con referencia a la edad los resultados arrojan que los estudiantes de 12 años presentan ansiedad mínima a diferencia de los estudiantes de 15 años que sufren de mayores niveles de ansiedad, así mismo, respecto al sexo los varones presentan mayores niveles de ansiedad con un 56% de todos los investigados mientras que las mujeres presentan menores niveles de ansiedad con un 48% del total de investigados.

2.2 Bases Teóricas

Noriega & Angulo (2010) mencionan que la ansiedad viene a formar parte del ser humano, ésta es una emoción en ocasiones desagradable, pero si es utilizada como herramienta de motivación y ésta no se sale de control, vienen a favorecer las actividades cotidianas, la ansiedad desde otro punto de vista viene a iniciar desde la psique, además se señala que ésta viene la gran mayor parte acompañada con problemas fisiológicos como mayor ritmo cardíaco, sudoración, inquietud, entonces existen muchas clasificaciones debido a que este trastorno es uno de los más comunes en el ser humano y que afectan a niños adolescentes y adultos.

Fernandez et al. (2012) describe a la ansiedad como un estado emocional displacentero, a menudo sin una causa clara, que se acompaña de cambios fisiológicos similares a los del miedo. La ansiedad normal se considera adaptativa, ayudando a las personas a prepararse para amenazas potenciales. La ansiedad patológica se caracteriza por un temor vago e inmotivado centrado en la expectación ansiosa de eventos negativos futuros, generando malestar físico y psicológico.

Reyes (s.f.) menciona respecto a la compleja naturaleza de la ansiedad, destacando su papel normal en la vida humana, al contribuir al conocimiento de uno mismo, movilizar las defensas del organismo, facilitar el aprendizaje y estimular el desarrollo personal. Se menciona que, en exceso, la ansiedad puede volverse perjudicial, afectar la eficacia y llevar a enfermedades. El término

"ansiedad" se usa de manera variada en la vida cotidiana, refiriéndose a la tensión temporal, la toma de conciencia del peligro, el deseo intenso, la respuesta fisiológica al estrés y un estado de sufrimiento patológico.

2.2.1.1 Teorías que fundamentan la ansiedad

a. Teoría biológica de Noriega & Angulo (2010)

Plantea que tanto como los primates y los seres humanos compartimos muchas similitudes y la ansiedad no es la excepción, sin embargo, la ansiedad utilizada de manera adecuada potencia el desarrollo, entonces, se señala que es una condición fisiológica donde intervienen el cerebelo, el hipotálamo y principalmente la amígdala, el cual, es la reguladora de los estados emocionales, así mismo, en estudios hechos a pacientes con ansiedad se observa incremento de los ventrículos, el lóbulo temporal derecho presenta defectos y existe cierta asimetría en los hemisferios cerebrales, también cuando la ansiedad se presenta se observa de la presencia de neurotransmisores como la adrenalina, serotonina y el ácido amino butírico, por otro lado, se considera que es un proceso genético y hereditario ya que se observa que los descendientes de personas con ansiedad también sufren de la misma, hasta incluso con mucha más intensidad, sobre todo esto se observa en mujeres.

b. Teoría psicoanalítica de Noriega & Angulo (2010).

Plantea que existe una ansiedad consciente el cual son nuestros miedos más profundos, como miedo a la oscuridad, a las cucarachas entre otros muchos, por otro lado, habla de la ansiedad inconsciente que solamente se quedan en la conciencia y aparentemente no tienen causa, en esta teoría se plantea que la ansiedad es causa de los conflictos internos dentro de cada persona, se mencionan cuatro aspectos que pueden ser los impulsores de la ansiedad en la temprana edad y por consiguiente estas pueden ser desencadenadas cuando exista

dicha experiencia en el futuro; el primer suceso que se refiere a la pérdida de algo deseado, el segundo suceso que se refiere a la pérdida del amor, el tercer suceso se refiere a la pérdida de la identidad y finalmente el cuarto suceso que se refiere a la pérdida de la autoestima.

c. Teoría conductual de Noriega & Angulo (2010)

Plantea que la ansiedad se puede comprender, predecir y controlar, solamente es necesario conocer las pautas de comportamiento y los estímulos ambientales para entender dicho fenómeno emocional, dentro de esta teoría se concibe que la ansiedad es una respuesta a estímulos ambientales tóxicos, las personas actúan o dejan de hacerlo de acuerdo a las consecuencias ya sean positivas o negativas, cuando un estímulo provoca ansiedad en una persona está la reduce intentando dejar las causas que la provocan, sin embargo, existen reforzadores negativos que hacen dudar la conducta del individuo.

d. Teoría cognoscitiva de Noriega & Angulo (2010)

Plantea que cada persona crea sus conocimientos, creencias y pensamientos de acuerdo a sus intereses y experiencias, cada quien tiene su interpretación de la realidad y no existen verdades absolutas, con relación a la ansiedad, cuando una persona se encuentra en un situación o experiencia nueva, ésta al no encontrar con interpretaciones para este fenómeno entra en una especie de sensaciones de pérdida de control.

e. Teoría existencial de Noriega & Angulo (2010)

Plantea que existe un "yo" que goza principalmente de libertad y es capaz de tomar decisiones y elegir con responsabilidad y libertad buscando su propio camino, ante esta teoría la ansiedad es el eje fundamental en el cual se considera ésta la existencia del ser humano, de esta manera, para los existencialistas la ansiedad no viene a tener ningún problema al contrario es la esencia de la vida.

f. Teoría sociológica de Noriega & Angulo (2010)

Plantea que los problemas son generados en la interacción social y por ellos es importante las primeras interacciones del niño con la madre, se cree que el entorno social puede determinar la personalidad y las funciones psicológicas por ende dependiendo del entorno donde creció el individuo, en el futuro presentará con mayor o menor intensidad la ansiedad, por ello, es importante y fundamental los valores en la sociedad para combatir este fenómeno psicológico.

g. Teoría pedagógica de Noriega & Angulo (2010)

Esta teoría explica las consecuencias de la ansiedad en el entorno educativo, se observa que los estudiantes son limitados de sus capacidades para obtener mejores resultados académicos, además, existen evidencias que señalan a la ansiedad como perjudicial en el rendimiento académico, de manera que las funciones psicológicas utilizadas a la hora de rendir un exámen son interrumpidas por pensamientos, dificultando la atención, en ese sentido se señala que los educandos se preparen en adquirir habilidades de manejo emocional.

2.2.1.2 Dimensiones

Al respecto, la ansiedad tiene los siguientes niveles de intervención, que para la presente investigación se denominarán dimensiones, éstas podrían ser identificadas como subcomponentes. En su totalidad, describen el desempeño de la variable bajo investigación; se aconseja que las facetas se deriven de teorías, las cuales han de ser minuciosamente expuestas en el marco teórico (Soto, 2018).

a. Ansiedad somática:

Bellatrui (2015) menciona que la ansiedad somática se puede determinar cómo los cambios fisiológicos que ocurren en el cuerpo humano y en ocasiones son tan intensos que se podría creer que es alguna enfermedad física, sin embargo, solamente se necesita de un tratamiento psicológico, este tipo de ansiedad no solamente está presente en el entorno deportivo o competitivo, sin embargo, si es posible identificarla en estos ambientes con diferencia a la ansiedad cognitiva, algunos de los síntomas de una ansiedad somática serían, bloqueo en la respiración, palpitaciones cardíacas intensas, problemas de insomnio, sudoración del mano y tensión muscular.

b. Ansiedad cognitiva:

Bellatrui (2015) menciona que la ansiedad cognitiva son problemas o dificultades en cuanto a las funciones psicológicas como la preocupación, nerviosismo, pensamientos ansiosos, entre otros, estos influyen en la atención y concentración del deportista y con ello en su rendimiento, la ansiedad cognitiva está más relacionado con los pensamientos que dificultan el desempeño y a su vez éstas generan una gran cantidad de síntomas físicos, para que esto suceda se da un procedimiento, el cual, empieza por la percepción del cerebro de los señales del exterior, luego las procesa y evalúa llegando a una conclusión de que dicha situación es amenazante o beneficiosa y finalmente se generan acciones psicológicas de la situación vivida.

c. Autoconfianza:

Aldás (2018) menciona que un aspecto importante y fundamental es lo que el jugador piensa de sí mismo y de sus capacidades, en otras palabras, cuál es el grado de su autoconfianza, esta característica es definida como la confianza que deposita el deportista en sus propias habilidades, cualidades y fortalezas, así mismo, es la capacidad de concretizar las creencias que tiene el individuo con relación a algo.

2.2.2 Rendimiento deportivo

Dietrich (2001) se refiere al rendimiento deportivo como el resultado de una actividad en el ámbito deportivo, especialmente en el deporte competitivo, que se materializa en una magnitud asignada a dicha actividad motriz de acuerdo con reglas predefinidas.

Según Harre (1983) el propósito del entrenamiento para el rendimiento consiste en alcanzar el máximo desempeño en un deporte o disciplina deportiva. Esto implica la tarea de ampliar, intensificar y especificar, a un nivel superior, el desarrollo de las capacidades físicas, la técnica deportiva, las habilidades tácticas, el entrenamiento de las capacidades intelectuales, así como la educación de los deportistas basada en la facultad y disposición para el rendimiento alcanzado en la etapa anterior. El autor señala que, en relación con todas las características que determinan el rendimiento deportivo, se busca que los atletas de alto rendimiento desarrollen la máxima facultad y disposición para el mismo. Harre también destaca que varios factores influyen en el ritmo del desarrollo de la capacidad de rendimiento deportivo, siendo la carga de entrenamiento y las competencias los principales. Cuando se aplican adecuadamente los métodos y medios de entrenamiento, manteniendo una proporción directa entre el volumen y la intensidad de la carga, así como entre la carga y el incremento, y adaptando la carga a la capacidad de rendimiento individual, el desarrollo de los rendimientos está estrechamente vinculado al aumento de la carga.

2.2.2.1 Etapas del desarrollo deportivo

Según Balyi et al. (2013) se puede describir la evolución de un atleta a lo largo de su vida mediante un modelo denominado Desarrollo a Largo Plazo del Atleta o LTAD, que consta de siete etapas. Este enfoque busca establecer la manera en que las personas deben participar en el deporte a lo largo de las distintas fases de la vida para experimentarlo de manera sostenible y saludable. Las etapas del LTAD se organizan, en parte, según las diferentes etapas de la vida, siendo estas:

Comienzo Activo, fundamentos, aprender a entrenar, entrenar para entrenar, entrenar para competir, entrenar para ganar y activo de por vida (Balyi et al., 2013).

- 1. Etapa inicial**, conocida como Comienzo Activo, que abarca los primeros seis años de vida, donde es fundamental establecer la actividad física en un entorno lúdico. En este período crítico, se busca que los niños desarrollen habilidades motoras a través de experiencias divertidas. Es esencial brindarles numerosas oportunidades para la práctica, ya que esto contribuirá a la formación de dichas habilidades. Sin embargo, es crucial que estas prácticas se realicen en un contexto que permita a los niños jugar y explorar, ya que, de lo contrario, podría tener repercusiones adversas en su desarrollo futuro. En esta etapa, se destacan tres categorías clave de habilidades que los niños deben adquirir: locomotoras, control del cuerpo y habilidades de envío y recepción (Balyi et al., 2013).
- 2. La segunda etapa**, conocida como Fundamentos, el rango de edad es de 6 a 9 años para los niños y de 6 a 8 años para las niñas. Durante este período, los niños adquieren una variedad de movimientos y habilidades deportivas, así como los conceptos básicos del atletismo. La diversión juega un papel fundamental en esta etapa, ya que, si disfrutan al practicar una habilidad, es probable que continúen participando en deportes y actividades físicas. En este punto, se establecen los cimientos de movimientos y habilidades básicas que servirán de base para las destrezas más complejas en etapas posteriores del desarrollo (Balyi et al., 2013).
- 3. La tercera etapa**, denominada Aprender a Entrenar, abarca los 3 o 4 años anteriores al inicio de la pubertad. Durante este período, los niños experimentan una mayor facilidad para asimilar los movimientos y habilidades fundamentales que constituyen la base para su desarrollo deportivo integral. Aunque las actividades deben mantener su carácter lúdico

para mantener el interés de los niños, en esta etapa es crucial que practiquen diversos deportes para adquirir una amplia gama de movimientos y habilidades básicas. El enfoque principal en esta etapa se centra en el desarrollo de habilidades en un entorno divertido (Balyi et al., 2013).

- 4. La cuarta etapa**, denominada Entrenar para Entrenar, tiene lugar durante la pubertad. Esta fase reviste una importancia crucial debido a los significativos cambios físicos que experimentan los adolescentes. En este período, se sugiere que los jóvenes participen en la práctica de dos deportes, uno de invierno y otro de verano, para evitar superposiciones. El entrenamiento de la resistencia aeróbica, la velocidad y la fuerza se convierte en el foco principal durante esta etapa. Aunque la competencia está presente en este punto del desarrollo, se enfatiza la importancia de mantener el enfoque en la continuación del entrenamiento y la práctica. En consecuencia, el rendimiento debe situarse en un plano secundario, detrás de la preparación y el entrenamiento general (Balyi et al., 2013).
- 5. La quinta etapa**, conocida como Entrenar para Competir, abarca un período extenso que inicia al final de la adolescencia y tiene una duración variable según el deportista. Durante esta fase, se destaca tanto el proceso de aprendizaje, mejora, entrenamiento y ejecución de las prácticas, como el rendimiento deportivo en sí. Los entrenamientos y ejercicios están diseñados en función del rol específico que el deportista debe desempeñar. Además, estas actividades deben adaptarse al estado de maduración del individuo y estar planificadas y programadas de manera tanto coordinada como periódica. Es crucial establecer normas con respecto a áreas de la vida fuera del deporte si se tiene la intención de avanzar hacia la última etapa (Balyi et al., 2013).

6. **La sexta etapa**, conocida como Entrenar para Ganar, abarca el período entre los 18 y los 26 años. Durante esta fase, el objetivo principal es colocar al individuo en la mejor condición posible y mantener un rendimiento óptimo para alcanzar la victoria. Por lo general, los atletas se preparan durante varios años mediante un programa de entrenamiento multianual y periodizado. Cuentan con un equipo de profesionales que los acompañan y se someten a entrenamientos detallados que los preparan para cualquier situación. Esta etapa se divide en dos fases: la de maestría, centrada en perfeccionar la técnica para destacar entre los mejores del mundo, y la de estabilización, enfocada en mantener el nivel alcanzado a lo largo del tiempo (Balyi et al., 2013).
7. **La séptima etapa**, denominada Activo de por Vida, representa la última fase en el modelo LTAD. Este periodo se centra en los beneficios personales derivados de haber llevado una vida activa y se subdivide en tres componentes: estar en forma de por vida, ser competitivo de por vida y convertirse en líderes del deporte y la actividad física. El primer componente se refiere al hábito ya adquirido de mantenerse físicamente activo, el segundo abarca a aquellos que no compiten a niveles más altos, pero continúan participando en competiciones, y el tercero incluye a quienes se convierten en entrenadores. Para que los individuos permanezcan en esta etapa, deben ser retenidos en el ámbito deportivo, mantenerse motivados y/o ser transferidos a este entorno. Lo crucial es que mantengan algún tipo de conexión con el deporte (Balyi et al., 2013).

2.2.2.2 Teorías que fundamentan el rendimiento deportivo

Montoro & De la Paz (2015) Son diversas teorías que explican sobre el rendimiento deportivo, por ejemplo: Enfoque bioenergético que va orientado a interpretar la cantidad de energía. Por ello vemos varias teorías como:

- a. **Enfoque bioenergético del rendimiento deportivo.** Dirigida a comprender las propiedades energéticas (volumen de energía, variaciones según la duración, intensidad y tipo de ejercicio).
- b. **Teoría de la concentración muscular.** Son mecanismos íntimos de la contracción muscular que va relacionado con el metabolismo energético.
- c. **Teoría del sistema cardiovascular y del entrenamiento deportivo.** Su función es ventilatoria para el rendimiento deportivo.
- d. **Teoría de los efectos de la temperatura y de la altitud.** Estos son los que pueden controlar el aporte de oxígeno alterando el metabolismo energético.

Las teorías se establecen en la acción motriz y habitualmente, sobre los exámenes del rendimiento deportivo, más aún de "alta competencia". Es importante informar que hay otros factores o situaciones en la actividad física, por ello es importante investigar a profundidad el rendimiento desde tres ciencias que aporta con el deporte para así comprender el rendimiento deportivo.

- a. **Fisiología:** El rendimiento está agrupado con el equilibrio y sistemas internos que mejoran el rendimiento de la actividad al máximo para garantizar la energía.
- b. **Psicología:** El rendimiento está agrupado a una mayor disposición de áreas de atención psicológica para mejorar y superar momentos de carácter psíquico, cognitivo y práctico.
- c. **Pedagogía del entrenamiento:** Entendemos que el rendimiento está muy sujeto en entrenamientos y competencias para la aplicación de procesos pedagógicos.

2.2.2.3 Dimensiones

Al respecto, el rendimiento deportivo tiene los siguientes niveles de intervención, que para la presente investigación se denominarán dimensiones: Podrían ser identificadas como subcomponentes. En su totalidad, describen el desempeño de la variable bajo investigación; se aconseja que las facetas se deriven de teorías, las cuales han de ser minuciosamente expuestas en el marco teórico (Soto, 2018).

a. Motivación:

Bruni (2010) menciona que el término motivación se refiere a la intensidad con la que un individuo designa una cantidad de energía para realizar algún tipo de comportamiento o acción, dentro de la actividad física se habla de cuatro aspectos importantes: la elección de la actividad física o deportiva, la intensidad, la persistencia y el rendimiento, así mismo, se concibe que dentro de la actividad física realizada existen aspectos que generan motivación, las causas serán racionales o emocionales o sino egocéntricas y altruistas, de la misma manera existen aspectos intrínsecos como aspectos personales, de salud, entre otros y extrínsecos como el dinero, premios, recompensas, entre otros.

b. Control de estrés:

Bensabat (1987) destaca que el término "dosis de estrés" alude a la cantidad biológicamente necesaria de tensiones que cada individuo requiere. La finalidad es que la persona pueda funcionar de manera equilibrada en condiciones óptimas que sean compatibles con su personalidad y su capacidad de adaptación. Asimismo, Naranjo (2009) menciona que es posible gestionar el estrés. Las personas tienen la capacidad de entrenarse para adquirir habilidades específicas que les permitan identificar posibles desencadenantes de estrés y ajustar sus reacciones de manera más beneficiosa. Una de estas habilidades es aprender a relajarse, lo cual resulta muy efectivo en el

manejo del estrés. Además de los beneficios inmediatos que ofrece, la relajación proporciona a la persona una sensación gratificante de estar en control, demostrando que el estado de tensión no escapa a su voluntad y que, por lo tanto, es una situación manejable.

c. Habilidad mental:

Caballo (2002) menciona que las habilidades mentales se refieren a las características y capacidades intrínsecas de los individuos que pueden desarrollar destrezas para llevar a cabo diversas actividades, tareas, oficios o profesiones. En resumen, son aptitudes que permiten realizar reacciones, ya sean simples o complejas, tanto de índole psíquica como motora. Estas habilidades son adquiridas por un individuo hasta el punto en que puede ejecutarlas con rapidez y precisión en cualquier situación a lo largo de su vida.

d. Cohesión de equipo:

González (2007) se refiere como un proceso dinámico entre varias personas que tienen una fuerte tendencia a permanecer unido y de esa manera lograr objetivos y metas, las características que deben tener un equipo o un conjunto de personas para lograr el éxito es la comunicación, la conformidad de las normas, la perseverancia ante la dificultad, la satisfacción personal, la percepción que el equipo tiene de sí mismo y de otros grupos, la motivación y la estabilidad.

2.3 Bases conceptuales

2.3.1 Rendimiento

Se refiere al desempeño de un atleta o equipo en una competición, evaluado a través de resultados, marcas o logros alcanzados. En resumen, el rendimiento generalmente se refiere al

nivel de ejecución, eficiencia o éxito alcanzado en una actividad específica, y su significado puede variar según el contexto en el que se aplique.

2.3.2 Deportivo

Se refiere a todo lo relacionado con el deporte. Este término abarca actividades físicas, juegos o ejercicios que implican esfuerzo físico y habilidad, y que a menudo están regulados por reglas específicas. Lo deportivo incluye una variedad de actividades físicas, como correr, nadar, practicar deportes de equipo, levantar pesas, entre otros. Estas actividades suelen tener un componente competitivo o recreativo.

2.3.3 Motivación

La motivación, en términos generales, se refiere a la intensidad con la que una persona asigna energía para llevar a cabo una acción o comportamiento.

2.3.4 Control

En el contexto de sistemas o procesos, control se refiere a la capacidad para mantener la estabilidad o equilibrio.

2.3.5 Estrés

Es una respuesta fisiológica y psicológica del cuerpo frente a situaciones que percibe como amenazantes o desafiantes. Es una reacción natural diseñada para ayudar a afrontar situaciones difíciles. En pequeñas dosis, el estrés puede ser beneficioso, motivando y preparando al cuerpo para enfrentar desafíos. Sin embargo, cuando el estrés se vuelve crónico o abrumador, puede tener efectos negativos en la salud mental y física.

2.3.6 Cohesión

En el ámbito social, la cohesión se refiere a la fuerza que mantiene unido a un grupo. Un grupo cohesionado es aquel en el que los miembros se sienten conectados, comparten objetivos comunes y trabajan juntos de manera armoniosa.

2.3.7 Equipo

En el ámbito deportivo, se refiere a un grupo de jugadores que compiten juntos en un deporte específico, como un equipo de fútbol, baloncesto o cualquier otro deporte de equipo.

Capítulo III

Metodología

3.1 Formulación de hipótesis

3.1.1 *Hipótesis general*

Existe una relación significativa entre la ansiedad y el rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024

3.1.2 *Hipótesis específicas*

1. Existe una relación significativa entre la ansiedad y el nivel de control de estrés en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024
2. Existe una relación significativa entre la ansiedad y el nivel de motivación en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024
3. Existe una relación significativa entre la ansiedad y el nivel de habilidad mental en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024
4. Existe una relación significativa entre la ansiedad y el nivel de cohesión de equipo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024

3.2 Variables

Se expone cada una de ellas:

Variable 1: Ansiedad

La ansiedad es una respuesta emocional compleja que incluye componentes fisiológicos, cognitivos y conductuales, activados ante la percepción de una amenaza según Behar et al. (2014)

Variable 2: Rendimiento deportivo

González-García et al. (2019) define que el rendimiento deportivo es el resultado de la interacción entre factores físicos, técnicos, tácticos, psicológicos y sociales que permiten al atleta alcanzar un nivel óptimo en la competencia.

3.3 Operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
V1 Ansiedad	Fernández et al. (2012) describe a la ansiedad como un estado emocional displacentero, a menudo sin una causa clara, que se acompaña de cambios fisiológicos similares a los del miedo	El instrumento para el desarrollo del experimento será el material experimental	Ansiedad Somática	<ul style="list-style-type: none"> • Aumento de la frecuencia cardiaca • Sudoración • Tensión el muscular • Dificultad para respirar • Hormigueo • Ahogo • Escalofríos 	Ordinal 1 = Nada 2 = Un poco 3 = Bastante 4 = Mucho
			Ansiedad Cognitiva	<ul style="list-style-type: none"> • Pensamientos • Miedo • Dificultad para concentrarme • Preocupación • Indeciso • Control • Bloqueo 	
			Autoconfianza	<ul style="list-style-type: none"> • Optimismo • Actitud positiva • Seguro • Confiado • Resiliente • Relajado 	
V2 Rendimiento deportivo	Dietrich (2001) se refiere al rendimiento deportivo como el resultado de una actividad en el ámbito deportivo, especialmente en el deporte competitivo, que se materializa en una magnitud asignada a dicha actividad motriz de acuerdo con reglas predefinidas	Se aplicará el cuestionario.	Control de estrés	<ul style="list-style-type: none"> • Preocupado • Receptivo • Tensión • Ansiedad • Habilidad de afrontamiento • Establecimiento de límites • Mente positiva • Manejo de emociones 	Ordinal 1 = Totalmente en desacuerdo 2 = En desacuerdo 3 = De acuerdo 4 = Totalmente de acuerdo
			Motivación	<ul style="list-style-type: none"> • Autodeterminación • Pasión • Seguridad • Motivado • Persistencia • Valioso • Enfoque de metas • Autoconfianza 	
			Habilidad mental	<ul style="list-style-type: none"> • Memoria • Autoconciencia • Autosuperación • Confianza • Atención 	

				<ul style="list-style-type: none">• Inteligencia emocional• Creatividad• Concentración	
			Cohesión de equipo	<ul style="list-style-type: none">• Confianza mutua• Colaboración• Comunicación efectiva• Cooperación• Respeto mutuo• Apoyo emocional	

3.4 Tipo y nivel de investigación

3.4.1 Tipo de investigación

El estudio es de tipo básico, según Narvaez (2005) comenta que esta investigación viene a ser básica, además será útil para el ámbito científico que ayudará a comprender y ampliar los conocimientos sobre un fenómeno o campo científico. También se afecta como investigación pura o fundamental, además, este tipo de investigación contribuye al cuerpo intelectual de conocimientos, esta investigación puede llamarse investigación fundacional.

3.4.2 Nivel de investigación

El estudio es de nivel correlacional, según Chui (2019) esta investigación correlacional está hecha para determinar el grado de de relación y semejanza que se vea entre dos o más variables ya que ella no pretende establecer una explicación completa de la causa-efecto de lo ocurrido, solo aporta indicios sobre las posibles causas de un acontecimiento.

3.5 Métodos

Pascual et al. (1996) Comenta que la metodología por excelencia que usa el científico es el método hipotético-deductivo, ya que se basa en ejecutar observaciones manipulativas y análisis, a partir de estas se formulan hipótesis que serán logradas a través de experimentos. Aunque esta no es la única forma de hacer ciencia, es la más utilizada y validada. También agilizará hacer un proceso que se repite constantemente, durante el cual se examinan hipótesis a la luz de los datos que van arrojando los experimentos. La teoría no logra ajustar los datos, este se cambiará las hipótesis o modificarán mediante inducciones.

a) Método descriptivo:

Abreu (2014) el método de la investigación ayudará a describir cómo se llevó a cabo la investigación. Este método ayudará a describir bien ya que dará validez a los resultados

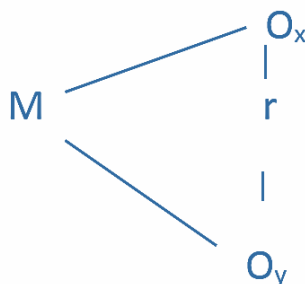
incluyendo informaciones pertinentes para así comprender y demostrar la posibilidad de replicación de los resultados de la investigación. Adicionalmente, el método incorpora la descripción y las bases de acuerdo al tema de investigación.

b) Método estadístico:

Jiménez (2011) menciona que la estadística es calificada como un método de razonamiento que interpreta datos esenciales que es la variabilidad. Además, está presente en la práctica médica en diversas formas a través estadísticas de actividad de un hospital o los resultados como los hallazgos de estudios de investigación que saldrán en la literatura médica. La finalidad de la estadística será utilizar los datos como muestra de sujetos para realizar inferencias válidas para una población más amplia de individuos debe considerarse como una parte integrante del método científico.

3.6 Diseño metodológico

- Este diseño, presenta el siguiente esquema:



Donde:

M = Muestra

O_x = Observación de la variable 1

O_y = Observación de la variable 2

r = Coeficiente de correlación entre las variables

3.7 Población y muestra censal

3.7.1 Población

Según Hernández et al. (2014) la población es: “el conjunto de todos los casos que concuerdan con determinadas especificaciones” (p.174)

En esta investigación tenemos a 92 jugadores de baloncesto que pertenecen a los clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho. Estos jugadores vienen pasando muchas experiencias y en ellas está inmersa la ansiedad y el rendimiento deportivo.

Tabla 1

Población de jugadores de baloncesto que pertenecen a clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga. Ayacucho 2024

Clubes deportivos	Categoría	Edad	Cantidad	Total
Salesianos Don Bosco	U16	15-16	10	10
AJE	U16	15-16	12	12
Skills	U16	15-16	12	12
Triple Amenaza	U16	15-16	10	10
Champions	U16	15-16	10	10
Molinos	U16	15-16	11	11
Froebel	U16	15-16	12	12
ABJAS	U16	15-16	15	15
Total			92	92

Fuente: Liga Distrital Mixta de Básquetbol de Ayacucho 2024

3.7.2 Muestra censal

Según Ramírez (2017) menciona que una muestra censal se refiere a aquella en la que se selecciona la totalidad de la población objetivo para la investigación. En este tipo de muestra

incluye a todas las unidades que conforman la población, lo que permite obtener resultados completos y precisos, sin necesidad de extrapolar datos de una parte representativa.

Por lo tanto, la muestra que se tomará consistirá de 92 jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho, que son seleccionados para realizar las encuestas y así obtener los resultados.

Tabla 2

Muestra censal de jugadores de baloncesto que pertenecen a clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024

Clubes deportivos	Categoría	Edad	Cantidad	Total
Salesianos Don Bosco	U16	15-16	10	10
AJE	U16	15-16	12	12
Skills	U16	15-16	12	12
Triple Amenaza	U16	15-16	10	10
Champions	U16	15-16	10	10
Molinos	U16	15-16	11	11
Froebel	U16	15-16	12	12
ABJAS	U16	15-16	15	15
Total			92	92

Fuente: Liga Distrital Mixta de Básquetbol de Ayacucho-2024

1.7.3 Criterios de selección

Jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.

Por inclusión:

- Jugadores que estén dentro del rango de edad.
- Jugadores que estén en la nómina de inscritos.

- Que pertenezca a un club deportivo.
- Que el club deportivo se encuentre en la liga de baloncesto.
- Jugadores recurrentes a los entrenamientos.
- Jugadores frecuentes en el campo de juego.

Por exclusión:

- Jugadores con deficiencias físicas.
- Jugadores que estén fuera del rango de edad.
- Jugadores que no quieran ser partícipes de este estudio.
- No será muestra de la investigación jugadores con asistencia irregular.
- Jugadores que no estén inscritos en algún club deportivo.
- Jugadores inscritos pero que no tengan participación en los partidos de competencia.

3.8 Técnicas e instrumentos para la recolección de datos

3.8.1 Técnicas

Las técnicas de investigación nos ayudarán a obtener información y conocimientos útiles para el proyecto, en nuestra investigación utilizaremos la técnica de la encuesta a través de folletos a cada alumno y a la vez la observación.

a. Encuesta

Según Casas et al. (2003) la técnica de encuesta se emplea extensamente como método de investigación debido a su capacidad para recopilar y analizar datos de manera rápida y eficiente. Esto sugiere la relevancia de este enfoque de investigación, que presenta ventajas como la posibilidad de aplicaciones a gran escala y la capacidad de obtener información sobre una amplia variedad de cuestiones simultáneamente.

Tabla 3*Técnicas de recolección de datos*

Variables	Técnicas
Ansiedad	Encuesta
Rendimiento Deportivo	Encuesta

3.8.2 Instrumentos**a. Cuestionario tipo Likert**

Ospina et al. (2005) explican que es una herramienta que se enmarca en la categoría de escalas de intervalos aparentemente iguales, considerada como una escala ordinal. Esta escala utiliza series de afirmaciones o ítems para los cuales se obtiene una respuesta por parte del sujeto. La escala de Likert es una herramienta flexible y fácil de usar, empleada en la medición de actitudes.

El cuestionario tipo Likert empleado fue el CSAI: Competitive State Anxiety Inventory- Inventario de ansiedad precompetitiva creado por Martens (1977) el cual consta de 20 preguntas y evalúa tres dimensiones de la ansiedad: “ansiedad somática”, “ansiedad cognitiva” y “autoconfianza”. Su valoración fue la siguiente:

- 1 = Nada
- 2 = Un poco
- 3 = Bastante
- 4 = Mucho

b. Registro de observación

Anguera et al. (2001) Este instrumento se basa en la metodología observacional, que permite captar el comportamiento de manera natural y repetida en su contexto. Se caracteriza por la espontaneidad de lo observado y por el uso de instrumentos creados especialmente para cada situación.

Para recoger datos sobre el rendimiento deportivo se utilizó una ficha de registro de observación denominado, (CPRD) Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas al Rendimiento Deportivo creado por Mahoney y Perkins (1987) el cual consta de 30 preguntas y evalúa cuatro dimensiones del rendimiento deportivo: “control de estrés”, “motivación”, “habilidad mental” y “cohesión de equipo”. Su valoración fue la siguiente:

- 1 = Totalmente en desacuerdo
- 2 = En desacuerdo
- 3 = De acuerdo
- 4 = Totalmente de acuerdo

Tabla 4

Instrumentos de recolección de datos

Variables	Instrumentos
Ansiedad	Cuestionario tipo Likert
Rendimiento Deportivo	Cuestionario

3.9 Validez y confiabilidad de instrumentos

3.9.1 Validación de los instrumentos

La validez del instrumento fue determinada mediante el juicio de expertos. Siendo así, la validez según Villasís et al. (2018) el concepto de validez en investigación se refiere a la precisión o cercanía a la verdad de los resultados obtenidos. En términos generales, se considera que los resultados de un estudio son válidos cuando se han minimizado los errores. Así, un estudio tiene validez interna cuando está libre de sesgos. En tal virtud, los instrumentos al ser sometidos a los expertos fueron examinados y aprobados para ser aplicado.

Tabla 5

Resultado de juicio de expertos del cuestionario tipo Likert sobre ansiedad

Expertos	Ítems										Total	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1	85	85	85	85	85	85	85	85	85	85	85	85
2	100	95	100	100	100	100	95	100	100	100	100	99
3	96	96	96	96	96	96	96	96	96	96	96	96
Promedio de ponderación											93,3%	

La validación del instrumento sobre la variable ansiedad por medio de los tres expertos fue de 97,8%; lo que demuestra que, el instrumento es válido y por cuanto está disponible para ser utilizado para el acopio de la información.

Tabla 6

Resultado de juicio de expertos de la ficha de registro de observación del rendimiento deportivo

Expertos	Ítems										Total	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90
2	95	100	100	95	100	100	100	95	100	100	100	98.5
3	96	96	96	96	96	96	96	96	96	96	96	96
Promedio de ponderación											94,8%	

El resultado valorado por los expertos sobre el instrumento validado referido a la variable rendimiento deportivo fue de 97,8%. Lo que significa, que el instrumento es válido para el acopio de la información.

3.9.2 Confiabilidad de los instrumentos

Para la confiabilidad de los instrumentos se utilizará el coeficiente de Alfa de Cronbach, procesado en el SPSS versión 26.0. Los mismos serán calificados según la tabla que propuesto por Vara (2006, p. 342):

Alfa de Cronbach	Consistencia interna
Coeficiente alfa: $\alpha \geq .9$	Excelente
Coeficiente alfa: $.9 > \alpha \geq .8$	Bueno
Coeficiente alfa: $.8 > \alpha \geq .7$	Aceptable
Coeficiente alfa: $.7 > \alpha \geq .6$	Dudoso
Coeficiente alfa: $.6 > \alpha \geq .5$	Pobre
Coeficiente alfa: $.5 > \alpha$	Inaceptable

Hernández et al. (2014) afirman que la confiabilidad es el “Grado en que un instrumento produce resultados consistentes y coherentes” (p.200). La confiabilidad de los instrumentos fue sometidos a una prueba piloto constituido por 20 elementos cuyos resultados se observan en la siguiente tabla:

Tabla 7

Confiabilidad de instrumentos

	Muestra piloto	Ítems	Alfa de Cronbach	Consistencia interna
CSAI: Competitive State Anxiety Inventory	20	20	,958	Excelente
(CPRD) Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas al Rendimiento Deportivo	20	30	,956	Excelente

3.10 Técnicas de procesamiento de datos

Los datos serán procesados empleando el paquete estadístico SPSS versión 27.0 (Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales).

3.10.1 A nivel descriptivo, los datos serán presentados en tablas de frecuencias, según Guevara et al. (2020) indican que la investigación descriptiva se lleva a cabo con el propósito de describir de manera integral una realidad, abordando todos sus componentes principales. Su objetivo principal es destacar las características específicas de la población que está siendo investigada.

3.10.2 A nivel inferencial, los datos serán procesados con el estadígrafo de Tau-b de Kendall para muestras relacionadas, según Leyva et al. (2022), el nivel inferencial constituye uno de los tres niveles que distinguen la comprensión lectora. Este nivel se refiere a la habilidad de utilizar el razonamiento lógico para conectar las ideas previas con las nuevas a través de un proceso mental integrado y esquemático. En este proceso, se elaboran hipótesis e interpretaciones, y en algunos casos, se apoyan en pistas implícitas presentes en el texto. En consecuencia, el estudiante es capaz de descifrar mensajes ocultos o de doble sentido al inferir la intención comunicativa del autor. En otras palabras, el lector construye conjeturas y formula hipótesis sobre el contenido del texto leído.

3.11 Aspectos éticos

El aspecto ético se garantiza respetando el anonimato de los participantes en la investigación, así mismo se garantiza el respeto de la producción intelectual de los demás autores con el parafraseo y cita en base a las normas APA séptima edición.

Se respetó el aspecto ético de obtener la autorización de parte de la dirección técnica para aplicar los instrumentos en los estudiantes de las dos variables, respetando el principio ético la

sociedad, asegurando la relevancia humanitaria del estudio, por ello, se solicitó a los clubes la autorización correspondiente.

.

.

Capítulo IV

Resultados y Discusión

4.1 Resultados a nivel descriptivo

Tabla 8

Tabla cruzada entre la ansiedad y el rendimiento deportivo de los jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024

Ansiedad		Rendimiento deportivo				Total
		Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	
Nada	Recuento	0	0	3	2	5
	% del total	0,0%	0,0%	3,3%	2,2%	5,4%
Un poco	Recuento	0	4	21	4	29
	% del total	0,0%	4,3%	22,8%	4,3%	31,5%
Bastante	Recuento	0	11	12	0	23
	% del total	0,0%	12,0%	13,0%	0,0%	25,0%
Mucho	Recuento	1	8	26	0	35
	% del total	1,1%	8,7%	28,3%	0,0%	38,0%
Total	Recuento	1	23	62	6	92
	% del total	1,1%	25,0%	67,4%	6,5%	100,0%

Nota: Elaboración propia

En tabla 8 se observa que en el rendimiento deportivo el 67,4% se encuentra en de acuerdo, el 25,0% en desacuerdo, el 6,5% se encuentra en totalmente de acuerdo y el 1,1% en totalmente en desacuerdo. En cuanto a la ansiedad el 38,0% tiene mucha ansiedad, el 31,5% un poco, el 25,0% bastante y el 5,4% nada.

Tabla 9

Tabla cruzada entre la ansiedad y control de estrés de los jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024

Ansiedad		Control de estrés				Total
		Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	
Nada	Recuento	0	0	4	1	5
	% del total	0,0%	0,0%	4,3%	1,1%	5,4%
Un poco	Recuento	1	4	22	2	29
	% del total	1,1%	4,3%	23,9%	2,2%	31,5%
Bastante	Recuento	0	13	10	0	23
	% del total	0,0%	14,1%	10,9%	0,0%	25,0%
Mucho	Recuento	1	10	24	0	35
	% del total	1,1%	10,9%	26,1%	0,0%	38,0%
Total	Recuento	2	27	60	3	92
	% del total	2,2%	29,3%	65,2%	3,3%	100,0%

Nota: Elaboración propia

En tabla 9 se observa que en el control de estrés el 65,2% se encuentra en de acuerdo, el 29,3% en desacuerdo, el 3,3% se encuentra en totalmente de acuerdo y el 2,2% en totalmente en desacuerdo.

En cuanto a la ansiedad el 38,0% tiene mucha ansiedad, el 31,5% un poco, el 25,0% bastante y el 5,4% nada.

Tabla 10

Tabla cruzada entre la ansiedad y la motivación de los jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024

Ansiedad		Motivación				Total
		Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	
Nada	Recuento	0	1	2	2	5
	% del total	0,0%	1,1%	2,2%	2,2%	5,4%
Un poco	Recuento	0	1	22	6	29
	% del total	0,0%	1,1%	23,9%	6,5%	31,5%
Bastante	Recuento	0	9	11	3	23
	% del total	0,0%	9,8%	12,0%	3,3%	25,0%
Mucho	Recuento	1	7	24	3	35
	% del total	1,1%	7,6%	26,1%	3,3%	38,0%
Total	Recuento	1	18	59	14	92
	% del total	1,1%	19,6%	64,1%	15,2%	100,0%

Nota: Elaboración propia

En tabla 10 se observa que en la motivación el 64,1% se encuentra en de acuerdo, el 19,6% en desacuerdo, el 15,2% se encuentra en totalmente de acuerdo y el 1,1% en totalmente en desacuerdo. En cuanto a la ansiedad el 38,0% tiene mucha ansiedad, el 31,5% un poco, el 25,0% bastante y el 5,4% nada.

Tabla 11

Tabla cruzada entre la ansiedad y la habilidad mental de los jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024

Ansiedad		Habilidad Mental				Total
		Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	
Nada	Recuento	0	0	4	1	5
	% del total	0,0%	0,0%	4,3%	1,1%	5,4%
Un Poco	Recuento	0	4	21	4	29
	% del total	0,0%	4,3%	22,8%	4,3%	31,5%
Bastante	Recuento	0	9	13	1	23
	% del total	0,0%	9,8%	14,1%	1,1%	25,0%
Mucho	Recuento	1	5	23	6	35
	% del total	1,1%	5,4%	25,0%	6,5%	38,0%
Total	Recuento	1	18	61	12	92
	% del total	1,1%	19,6%	66,3%	13,0%	100,0%

Nota: Elaboración propia

En la tabla 11 se observa que en la habilidad mental el 66,3% se encuentra en de acuerdo, el 19,6% en desacuerdo, el 13,0% en totalmente de acuerdo y el 1,1% en totalmente en desacuerdo. En cuanto a la ansiedad el 38,0% tiene mucha ansiedad, el 31,5% un poco, el 25,0% bastante y el 5,4% nada de ansiedad.

Tabla 12

Tabla cruzada entre la ansiedad y la cohesión de equipo de los jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024

Ansiedad		Cohesión de equipo			
		Totalmente en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	Total
Nada	Recuento	0	1	4	5
	% del total	0,0%	1,1%	4,3%	5,4%
Un Poco	Recuento	1	20	8	29
	% del total	1,1%	21,7%	8,7%	31,5%
Bastante	Recuento	5	14	4	23
	% del total	5,4%	15,2%	4,3%	25,0%
Mucho	Recuento	4	26	5	35
	% del total	4,3%	28,3%	5,4%	38,0%
Total		10	61	21	92
		10,9%	66,3%	22,8%	100,0%

En la tabla 12 se observa que en la cohesión de equipo el 66,3% se encuentra en de acuerdo, el 22,8% en totalmente de acuerdo y el 10,9% en totalmente en desacuerdo. En cuanto a la ansiedad el 38,0% tiene mucha ansiedad, el 31,5% un poco, el 25,0% bastante y el 5,4% nada de ansiedad.

4.2 A nivel inferencial

4.2.1 Prueba de normalidad

Hipótesis Nula (H_0): Los datos cumplen con el supuesto de normalidad

Hipótesis Alterna (H_a): Los datos no cumplen el supuesto de normalidad

Condición:

Si el valor de $p < 0,5$ se rechaza la hipótesis nula (H_0)

Tabla 13*Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov*

	Estadístico	gl	Sig
Ansiedad	,242	92	,000
Rendimiento deportivo	,382	92	,000
Control del estrés	,388	92	,000
Motivación	,335	92	,000
Habilidad mental	,351	92	,000
Cohesión de equipo	,355	92	,000

a. Corrección de significación de Liliefors

Conclusión

Los resultados de la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov demostraron un valor de $p = 0,000$, lo que permite rechazar la H_0 , determinando que no existe distribución normal en las dos variables y todas las dimensiones del rendimiento deportivo; por lo que, el análisis estadístico inferencial se realizó con una prueba no paramétrica: Rho de Spearman

4.2.2 Prueba de hipótesis general

H₀: No existe una relación significativa entre la ansiedad y el rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024

H_a: Existe una relación significativa entre la ansiedad y el rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024

Condición:

Si el valor de $p < 0,5$ se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna

Tabla 14*Prueba de hipótesis general sobre la correlación entre la ansiedad y el rendimiento deportivo*

		Rendimiento deportivo
Ansiedad	Coefficiente de correlación	-,258*
	Sig. (bilateral)	,013
	N	92

En tabla 14, se demuestra que existe una correlación negativa débil ($Rho = -0,258$) con un nivel de significancia $p < 0,05$. Por lo que, se rechaza la H_0 , y se acepta la hipótesis alterna: existe una relación significativa entre la ansiedad y el rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.

4.2.3 Prueba de la primera hipótesis específica

H₀: No existe una relación significativa entre la ansiedad y el control del estrés en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024

H_a: Existe una relación significativa entre la ansiedad y el control del estrés en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024

Condición:

Si el valor de $p < 0,5$ se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna

Tabla 15*Prueba de hipótesis específica 1 sobre la correlación entre la ansiedad y el control del estrés*

		Control de estrés
Ansiedad	Coefficiente de correlación	-,208
	Sig. (bilateral)	,047
	N	92

En tabla 15, se demuestra que existe una correlación negativa débil ($Rho = -0,208$) con un nivel de significancia $p < 0,05$. Por lo que, se rechaza la H_0 , y se acepta la hipótesis alterna: existe una relación significativa entre la ansiedad y el control del estrés en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.

4.2.4 Prueba de la segunda hipótesis específica

H₀: No existe una relación significativa entre la ansiedad y la motivación en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024

H_a: Existe una relación significativa entre la ansiedad y la motivación en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024

Condición:

Si el valor de $p < 0,5$ se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna

Tabla 16

Prueba de hipótesis específica 2 sobre la correlación entre la ansiedad y la motivación

		Motivación
Ansiedad	Coefficiente de correlación	-,231
	Sig. (bilateral)	,027
	N	92

En tabla 16, se demuestra que existe una correlación negativa débil ($Rho = -0,231$) con un nivel de significancia $p < 0,05$. Por lo que, se rechaza la H_0 , y se acepta la hipótesis alterna: existe una relación significativa entre la ansiedad y la motivación deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.

4.2.5 Prueba de la tercera hipótesis específica

Ho: No existe una relación significativa entre la ansiedad y la habilidad mental en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024

Ha: Existe una relación significativa entre la ansiedad y la habilidad mental en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024

Condición:

Si el valor de $p < 0,5$ se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna

Tabla 17

Prueba de hipótesis específica 3 sobre la correlación entre la ansiedad y la habilidad mental

		Habilidad mental
Ansiedad	Coefficiente de correlación	-,037
	Sig. (bilateral)	,727
	N	92

En tabla 17, se demuestra que existe una tendencia de relación negativa débil ($Rho = - 0,037$) con un nivel de significancia $p > 0,05$. Por lo que, se rechaza la H_a , y se acepta la hipótesis nula: no existe una relación significativa entre la ansiedad y la habilidad mental en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.

4.2.6 Prueba de la cuarta hipótesis específica

Ho: No existe una relación significativa entre la ansiedad y la cohesión de equipo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024

Ha: Existe una relación significativa entre la ansiedad y la cohesión de equipo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024

Condición:

Si el valor de $p < 0,5$ se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna

Tabla 18

Prueba de hipótesis específica 4 sobre la correlación entre la ansiedad y la cohesión de equipo

		Cohesión de equipo
Ansiedad	Coeficiente de correlación	-,255*
	Sig. (bilateral)	,014
	N	92

En tabla 18, se demuestra que existe una correlación negativa débil ($Rho = - 0,255$) con un nivel de significancia $p < 0,05$. Por lo que, se rechaza la H_0 , y se acepta la hipótesis alterna: existe una relación negativa baja y significativa entre la ansiedad y la cohesión de equipo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.

4.3 Discusión de Resultados

Bretón (2021) señala que los deportistas con puntajes más altos de autoconcepto emocional y social tienen valores más altos de ansiedad-estado. Los jugadores con puntajes más altos de resiliencia presentan niveles bajos de ansiedad- rasgo y ansiedad-estado, finalmente se observa que más de la mitad de los jugadores analizados muestran una ansiedad- rasgo y ansiedad-estado media. En nuestros resultados se demostró que existe un alto nivel de ansiedad en los deportistas que compiten a nivel de la liga, por lo que coincidimos con los hallazgos de Bretón

Menéndez & Becerra (2020) observó una tendencia al aumento de los niveles de ansiedad en el grupo de mujeres, siendo especialmente frecuente el nivel de ansiedad "severa" en atletas femeninas de 21 años, mientras que, en el grupo de hombres, los niveles de ansiedad fueron notablemente menores en comparación con las mujeres.

Dominici et al. (2021) descubrió que hay una relación inversa entre los niveles de ansiedad estado-rasgo y varios aspectos que contribuyen al rendimiento deportivo de los atletas, en cuanto al control de estrés los resultados muestran que existe una relación inversa significativa entre la ansiedad rasgo y la ansiedad estado. Demostrando que, a menor habilidad para controlar el estrés en las competencias, mayores serán los niveles de ansiedad experimentados, en cuanto a la motivación, inicialmente se planteó la posibilidad de una relación inversa con la ansiedad. Este resultado concuerda con los resultados obtenidos en el presente estudio. Respecto a la motivación, y la habilidad mental se relaciona con la ansiedad estado, lo que significa que, a mayor desarrollo de habilidad mental, menores serán los niveles de ansiedad experimentados. Resultados parecidos a los encontrados en el presente estudio que encontró una relación inversa significativa entre la ansiedad estado y los niveles de cohesión de equipo. Se concuerda con muchos aspectos demostrados por Dominici et al (2021).

Salom (2022) precisa que la ansiedad en la competición se encuentra de manera emergente en la práctica deportiva, la asociación entre ansiedad y rendimiento no es sólida y depende de muchos factores ya sean personales, características del deporte o la situación específica. Del mismo modo, señala que la cooperación deportiva ayuda a superar la ansiedad competitiva que influirá en el bienestar de los deportistas y el rendimiento grupal. Nuestros resultados encontraron una negativa y débil relación entre la ansiedad y el rendimiento deportivo, por lo que, también la

necesidad de realizar estudios controlando otras variables que permitan controlar mejor esta relación.

Martorell et al. (2020) señala que, la ansiedad por el rendimiento mostró una media más alta. Siendo que el resultado más bajo fue la desconcentración. La ansiedad somática se mantuvo en valores sobre la media, normalmente recogida de deportistas de competición. Los deportistas con cooperación condicionada alta, presentaron mayores niveles de ansiedad somática, por la preocupación y desconcentración. Este aspecto puede dar cuenta de que, a mayor exigencia en el rendimiento deportivo, mayor será el grado de ansiedad. Nuestros resultados al encontrar relaciones negativas débiles, concuerdan que a menor ansiedad el rendimiento será mejor, por lo que concordamos con los hallazgos de Martorell et al. (2020).

Rodríguez (2022) precisó que, no hay relación entre la ansiedad y la dimensión control de estrés, debido a que los deportistas de este equipo no dominan sus habilidades psicológicas positivamente, dejándose influenciar por la existencia del estrés en cada entrenamiento. Los deportistas que no tienen recursos mentales suficientes para lograr un rendimiento deportivo eficiente, son invadidos por la ansiedad. Los resultados nuestros encontraron en la cohesión de equipo también una tendencia negativa débil, lo que no permite señalar que el grado de confianza del equipo en un deportista, puede reducir los niveles de ansiedad.

Cruz (2023) demostró que más de la mitad de las jugadoras se encuentran en los valores alto y muy alto en los niveles de control de estrés, por lo que su rendimiento deportivo será el mejor. Este resultado evidencia que los deportistas que manejan la ansiedad tienen mejor rendimiento deportivo. Nuestros resultados evidencian que a mayor ansiedad menor rendimiento deportivo, porque es fundamental tener un manejo psicológico de la ansiedad.

Arrese (2020) señala que, la práctica de básquetbol en un nivel muy exigente, podría tener un papel trascendente en el desarrollo de salud y el bienestar de los deportistas debido a que genera crecimiento y mejora el potencial personal. El deporte de alta competitividad tiene impacto positivas en el bienestar, Así mismo, Quispe (2020) precisó que, los estudiantes de primero a quinto año de secundaria de la institución educativa Apostol Pablo padecen de ansiedad severa, pudiendo generar problemas de salud mental con niveles de estrés alto, lo que podría generar bajo rendimiento. Por su parte, Noriega & Angulo (2010) mencionan que la ansiedad es parte del ser humano, ésta es una emoción en ocasiones desagradable, pero que puede ser utilizada como herramienta de motivación. Fernández et al. (2012) describen a la ansiedad como un estado emocional displacentero, a menudo sin una causa clara, que se acompaña de cambios fisiológicos similares a los del miedo. La ansiedad normal se considera adaptativa, ayudando a las personas a prepararse para amenazas potenciales. Finalmente, Reyes (s.f.) menciona respecto a la compleja naturaleza de la ansiedad, destacando su papel normal en la vida humana, al contribuir al conocimiento de uno mismo, movilizar las defensas del organismo, facilitar el aprendizaje y estimular el desarrollo personal. Los resultados del trabajo al encontrar una relación negativa baja, ponen en tapete que la ansiedad puede perjudicar en el rendimiento deportivo, por lo que es necesario hacer investigaciones sobre qué factores positivos tiene la ansiedad y cómo podría emplearse para un adecuado manejo.

Conclusiones

Conclusión general: Los resultados del análisis inferencial sobre la correlación fueron de $-0,258$, lo que indica una correlación negativa baja con un nivel de significancia de $p=0,05$ por lo que, se rechaza la hipótesis nula. En consecuencia, existe una relación negativa baja y significativa entre la ansiedad y el rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024. Indicando que cuanto mayor la ansiedad menor rendimiento deportivo.

Conclusión específica 1. Se demuestra que existe una correlación negativa débil ($Rho = - 0,208$) con un nivel de significancia $p < 0,05$. Por lo que, se rechaza la H_0 , y se acepta la hipótesis alterna: existe una relación significativa entre la ansiedad y control de estrés en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.

Conclusión específica 2. Se demuestra que existe una correlación negativa débil ($Rho = - 0,231$) con un nivel de significancia $p < 0,05$. Por lo que, se rechaza la H_0 , y se acepta la hipótesis alterna: existe una relación significativa entre la ansiedad y la motivación en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.

Conclusión específica 3. Se demuestra que existe una tendencia de relación negativa débil ($Rho = - 0,037$) con un nivel de significancia $p > 0,05$. Por lo que, se rechaza la H_a , y se acepta la hipótesis nula: no existe una relación significativa entre la ansiedad y la habilidad mental en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.

Conclusión específica 4. se demuestra que existe una correlación negativa débil ($Rho = - 0,255$) con un nivel de significancia $p < 0,05$. Por lo que, se rechaza la H_0 , y se acepta la hipótesis alterna:

existe una relación negativa baja y significativa entre la ansiedad y la cohesión de equipo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.

Recomendaciones

A los dirigentes de la liga distrital de basquetbol, implementar programas de manejo de la ansiedad competitiva, tanto a entrenadores como a los deportistas de todas las categorías.

A los directores técnicos de basquetbol, realizar encuentros deportivos con la misma exigencia como el que va enfrentar sus deportistas para entrenar el manejo de la ansiedad.

A los docentes de educación física, organizar y participar en eventos deportivos para fomentar y fortalecer el aspecto psicológico de los deportistas con la capacidad de manejar la ansiedad y obtener buenos resultados en el rendimiento deportivo.

A los deportistas fortalecer el manejo de la ansiedad a través de ejercicios mentales y otros para un adecuado manejo de la ansiedad.

A los padres de familia, fomentar talleres y ciclo de charlas para fortalecer el manejo de ansiedad.

Referencias Bibliográficas

- Abreu, J. (2014). *El Método de la Investigación. International Journal of Good Conscience*. Artículo mexicano Pág.10. Obtenido de <http://www.spentamexico.org/v9-n3/A17.9%283%29195-204.pdf>
- Aldás, A. (2018) *Influencia de la ansiedad en el rendimiento deportivo en futbolistas* [Informe de investigación, Universidad Técnica De Ambato, Ecuador]. <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/27413/1/Andrea%20Ald%C3%A1s%20Ramos.pdf>
- Anguera, M. T., Blanco-Villaseñor, A. y Losada, J. L. (2001). *Diseños observacionales, cuestión clave en el proceso de la Metodología Observacional*. Metodología de las Ciencias del Comportamiento, 3(2), 135-160. Recuperado de: <http://eprints.uanl.mx/12785/1/reporte%20practicassaul%20Gutierrez%20Correa%20MPD.pdf>
- Arrese, V. (2020). *Bienestar psicológico y ansiedad rasgo-estado en basquetbolistas de Lima Metropolitana* [Tesis para obtener el grado de bachiller, Pontificia Universidad Católica Del Perú. Lima]. <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/17863>
- Balyi, I., Way, R., & Higgs, C. (2013). *Desarrollo del atleta a largo plazo (inglés Edición) (1.a ed.)*. Cinética humana. <https://us.humankinetics.com/products/long-term-athlete-development>
- Behar, E., DiMarco, I. D., Hekler, E. B., Mohlman, J., & Staples, A. M. (2014). *Current theoretical models of generalized anxiety disorder*.

Bensabat, S. (1987). *Stress. Grandes especialistas responden*. Bilbao: Mensajero. Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>

Bellatrui, M. (2015) *La ansiedad precompetitiva, una carga innecesaria*, (Comentario de un blog)
Recuperado de: <http://www.thenextrace.net/la-ansiedadprecompetitiva-1/>

Bretón, S. (2021). *Influencia de la capacidad resiliente en etapas de formación de baloncesto femenino, como indicador de mejora en el rendimiento* [Tesis Doctoral, Universidad de Granada]. (España ed., Vol. 351). <https://digibug.ugr.es/handle/10481/74567>

Bruni, B. (2010). *Motivación en el fútbol* [Tesis de maestría inédita, Universidad FASTA]. Buenos Aires. http://redi.ufasta.edu.ar:8082/jspui/bitstream/123456789/249/2/2010_EF_001.pdf

Caballo, V. (2002). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. España: Siglo XXI. <https://ayudacontextos.files.wordpress.com/2018/04/manual-de-evaluacion-y-entrenamiento-de-las-habilidades-sociales-vicente-e-caballo.pdf>

Casas, J., Repullo, J. R., & Donado, J. (2003). *La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos (I)*. Localizador Web. <https://core.ac.uk/download/pdf/82245762.pdf>

Chui, D. (2019). *Investigación correlacional*. *Revista Scrib*. Obtenido de <https://es.scribd.com/document/432676060/INVESTIGACION-CORRELACIONAL>

Cruz, C. (2023). *Las características psicológicas en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la asociación liga distrital de Puno* [Tesis de bachillerato, Universidad Nacional del Altiplano, Puno-Perú]. Repositorio institucional. Obtenido de

http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14082/20743/Cruz_Ccorimayo_Ci ntia_Milagros.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Díaz, L. (2011, Enero). *La observación*. Facultad de psicología.

[https://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/publicaciones/La_observacion Lidia_Diaz_Sanjuan_Texto_Apoyo_Didactico_Metodo_Clinico_3_Sem.pdf](https://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/publicaciones/La_observacion_Lidia_Diaz_Sanjuan_Texto_Apoyo_Didactico_Metodo_Clinico_3_Sem.pdf)

Dietrich Martin (2001). *Manual de metodología del Entrenamiento Deportivo*. Editorial Paidotribo.

https://books.google.com.ec/books?id=_ehXzkJzpQIC&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false

Fernández, O., Jiménez, B., Alfonso, R., Sabina, D., Cruz, R. (2012) Manual para diagnóstico y tratamiento de trastornos ansiosos. *Revista Electrónica de las Ciencias Médicas en Cienfuegos*.

<http://scielo.sld.cu/pdf/ms/v10n5/ms19510.pdf>

Gómez, A. (2018). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*. Obtenido de

<https://www.redalyc.org/pdf/4867/486755023011.pdf>

González-García, H., Ramírez-Campillo, R., & Izquierdo, M. (2019). *Training methods to improve physical performance in young athletes*

https://europepmc.org/articles/PMC7931718/?utm_source=chatgpt.com

González, O. (2007). Cohesión de equipo. *Revista Digital - Buenos Aires - Año 12 - N° 114 - Noviembre de 2007*.

<https://www.efdeportes.com/efd114/cohesion-de-equipo.htm>

Guevara, G., Verdesoto, A., & Castro, N. (2020, 07 01). *Metodologías de investigación educativa (descriptivas,*

<https://revistas.javerianacali.edu.co/index.php/pensamientopsicologico/article/view/82/75>

Guillén, N. (2022). Implicaciones de la Autoeficacia en el rendimiento deportivo. [*Pensamiento Psicológico, Vol. 3(9), 2007, pp. 21-32*] Repositorio institucional. Obtenido de

<https://revistas.javerianacali.edu.co/index.php/pensamientopsicologico/article/view/82/75>

Harre, D. (1983) Teoría del entrenamiento deportivo, Cuba. Ed. Científico Técnica. Recuperado de:

<https://acortar.link/OraeSq>

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014) Población y Muestra. *Investigación e Innovación Metodológica*, Artículo. Obtenido de

<http://investigacionmetodologicaderojas.blogspot.com/2017/09/poblacion-y-muestra.html>

Hofmann, S.G., Asnaani, A. y Fang, A. (2023). Comprendiendo la ansiedad: Perspectivas multidimensionales y enfoques de tratamiento. *Revista de Trastornos de Ansiedad*, **96**, 102615.

<https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2022.102615>

Jiménez, J. (2011). Métodos de Investigación. Artículo, Pág.18. Obtenido de

<https://www.sefh.es/bibliotecavirtual/erroresmedicacion/010.pdf>

Leyva, L., Chura, G., & Chávez, J. (2022, Junio 15). *Nivel inferencial de la comprensión lectora y su relación con la producción de textos argumentativos.*

<http://portal.amelica.org/ameli/journal/497/4973443013/4973443013.pdf?text=L&vid=34>

[CUBA UMA:VU1&lang=es&adaptor=Local%20Search%20Engine](http://portal.amelica.org/ameli/journal/497/4973443013/4973443013.pdf?text=L&vid=34)

- Martínez-Ramírez, D. E., Camacho, J., Ibarra, M. L., García, J., & Flores, V. (2024). *Rendimiento deportivo en función de la autoeficacia: revisión sistemática*. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 19(61), 2054. https://ccd.ucam.edu/visores/19_61/2054_S_CCD/index.html
- Martorell, M. S., Núñez-Prats, A., Ponseti, F. J. y García-Mas, A. (2020). Relación entre ansiedad competitiva y cooperación deportiva en equipos de vela de competición. *Pensamiento Psicológico*, 18(2), 1-19. <https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI18-2.racc>
- Ministerio De Salud, Perú. (2022). *Salud mental: ¿cómo detectar y superar la ansiedad?*. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/696706-salud-mental-como-detectar-y-superar-la-ansiedad>
- Montoro, R., & De la Paz, L. (2015). Razonamientos sobre el rendimiento deportivo. Sus principales indicadores en corredores de 400 metros planos. *EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 19, N° 202, Marzo de 2015*. <https://acortar.link/OraeSq>
- Naranjo Pereira, M. L., (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2), 171-190. <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>
- Narvaez, M. (2005). Investigación Básica. Artículo: Questionpro. Obtenido de <https://www.questionpro.com/blog/es/investigacion-basica/>
- Noriega, G., Angulo, B. (2010) La ansiedad, una condición emocional del ser humano[Archivo PDF]. <https://revistas.ujat.mx/index.php/Cinzontle/article/download/2241/1786/9807>

- Ospina, B., Sandoval, J., Aristizábal, C., & Ramírez, M. (2005, Marzo 1). *La escala de Likert en la valoración de los conocimientos y las actitudes de los profesionales de enfermería en el cuidado de la salud*. redalyc.org. <https://www.redalyc.org/pdf/1052/105215401002.pdf>
- Osorio, H., Osorio, D., Quiroz, O. L., García, A., Londoño, D., Quintero, M. A. (2022). Estado de ansiedad y comportamientos relacionados con la alimentación de los deportistas del departamento de Antioquia durante la medida de aislamiento obligatorio por covid-19. *Revista de la Escuela de Ciencias de la Salud de la Universidad Pontificia Bolivariana*.
<https://revistas.upb.edu.co/index.php/medicina/article/view/8169/7074>
- Pascual, J., Frías D. y García, F. (1996) Método Hipotético Deductivo. *Manual de psicología experimental*. España, Ariel, S.A. Pág 9-43. Obtenido de <http://mentepsicologia.blogspot.com/2010/10/el-metodo-hipotetico-deductivo.html>
- Pimienta, R. (2000). Encuestas probabilísticas vs. no probabilísticas. *Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/267/26701313.pdf>
- Quispe, E. (2020). Ansiedad estado rasgo en estudiantes del primero a quinto año de una institución educativa secundaria “Apóstol Pablo”, *Universidad Católica los Ángeles de Chimbote AYACUCHO* - 2020, Vol. 69).
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/30825/ANSIEDAD_ES TADO_QUISPE_%20LOZANO_EVELYN_IVONNE.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Reyes, A. (s.f.) Trastornos de ansiedad guía práctica para diagnóstico y tratamiento. Obtenido de <http://www.bvs.hn/Honduras/pdf/TrastornoAnsiedad.pdf>

- Rodriguez, O. (2022). Ansiedad y características psicológicas de un equipo de fútbol juvenil en el distrito de Surco, *Universidad César Vallejo*, (Perú ed., Vol. 82).
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/81507/Rodriguez_MOW-SD.pdf?sequence=8&isAllowed=y
- Salom, M. (2022). *Estudio de la influencia de la ansiedad y sus variables mediadoras sobre el rendimiento deportivo*. [Tesis Doctoral, Universidad de las Islas Baleares, España].
<https://www.tdx.cat/handle/10803/688332?locale-attribute=es#page=1>
- Sierra, J. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal-estar E Subjetividade*, 51(4)
<https://www.redalyc.org/pdf/271/27130102.pdf>
- Sierra, J. C., Virgilio Ortega, V., & Zubeidat, I. (2003) *Revista Mal-estar E Subjetividade* (Brazil ed., Vol. 51). Juan Carlos Sierra.
- Soto Abanto, S. E. (2018). Variables, dimensiones e indicadores en una tesis. Recuperado de:
<https://tesisciencia.com/2018/08/20/tesis-variables-dimensiones-indicadores>
- Supo, J. (2023). Niveles de Investigación. *Revista bioestadístico*. Obtenido de
<https://bioestadistico.com/niveles-de-investigacion>
- Tamay, M. & Tamayo, (2006). El proceso de la investigación científica incluye evaluación y administración de proyectos de investigación. *Técnicas de Investigación*. (2ª Edición). México: Editorial Mc Graw Hill. Obtenido de
https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/227860/El_proceso_de_la_investigacion_cientifica_Mario_Tamayo.pdf

Velázquez, A. (2005). Investigación no Experimental. *Artículo: Questionpro*. Obtenido de <https://www.questionpro.com/blog/es/investigacion-no-experimental/>

Villasís-Keever MÁ, Márquez-González H, Zurita-Cruz JN, Miranda-Novales G, Escamilla-Núñez A. El protocolo de investigación VII. Validez y confiabilidad de las mediciones. *Rev Alerg Mex.*2018;65(4):414-421

<https://www.scielo.org.mx/pdf/ram/v65n4/2448-9190-ram-65-04-414.pdf>

Anexos

Anexo 1

Matriz de consistencia

Título: Ansiedad y rendimiento deportivo en los jugadores de baloncesto categoría sub 15 del club deportivo Wiñaq, Ayacucho 2024

Autores: Luz Analí Quispe Huamaní y Fray Randy Carbajal Mendoza.

Asesor: Dr. Oscar Gutiérrez Huamaní

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLE E INDICADORES	METODOLOGÍA
<p>Problema general:</p> <p>¿Qué relación existe entre la ansiedad y el rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 de la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024?</p>	<p>Objetivos generales:</p> <p>Determinar la relación que existe entre la ansiedad y el rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 de la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.</p>	<p>Hipótesis general</p> <p>Existe una relación significativa entre la ansiedad y el rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.</p>	<p>Variable 1 Ansiedad</p> <p>Dimensiones</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ansiedad cognitiva • Ansiedad somática • Autoconfianza 	<p>Enfoque: Cuantitativo Tipo: Básica Nivel: Correlacional Diseño: No experimental transversal-descriptivo correlacional. Método:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hipotético deductivo • Descriptivo • Estadístico <p>Población: 92 jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 de la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024 Muestra censal: 92 jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 de la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024 Técnica: Encuesta Instrumento: Cuestionario</p>
<p>Problemas específicos:</p> <p>1. ¿Qué relación existe entre la ansiedad y el nivel de control de estrés en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 de la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024?</p> <p>2. ¿Qué relación existe entre la ansiedad y el nivel de motivación en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 de la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024?</p> <p>3. ¿Qué relación existe entre la ansiedad y el nivel de habilidad</p>	<p>Objetivos específicos:</p> <p>1. Establecer la relación que existe entre la ansiedad y el nivel de control de estrés en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 de la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.</p> <p>2. Identificar la relación que existe entre la ansiedad y el nivel de motivación en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 de la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.</p> <p>3. Determinar la relación que existe entre la ansiedad y el nivel de</p>	<p>Hipótesis específicos:</p> <p>1. Existe una relación significativa entre la ansiedad y el nivel de control de estrés en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 de la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.</p> <p>2. Existe una relación significativa entre la ansiedad y el nivel de motivación en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 de la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.</p> <p>3. Existe una relación significativa entre la ansiedad y el nivel de</p>	<p>Variable 2 Rendimiento deportivo</p> <p>Dimensiones</p> <ul style="list-style-type: none"> • Control de estrés • Motivación • Habilidad mental • Cohesión de equipo 	<p>Validez y confiabilidad Validez: Juicio de expertos Confiabilidad: Alfa de Cronbach Técnicas de procesamiento de datos: Los datos se procesarán con el software SPSS versión 27. Resultados a nivel descriptivo: Tablas de contingencia. Resultados a nivel inferencial:</p>

mental en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 de la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024?	habilidad mental en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 de la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.	habilidad mental en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 de la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.	Rho de Spearman.
4. ¿Qué relación existe entre la ansiedad y el nivel de cohesión de equipo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 de la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024?	4. Determinar la relación que existe entre la ansiedad y el nivel de cohesión de equipo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 de la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.	4. Existe una relación significativa entre la ansiedad y el nivel de cohesión de equipo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 de la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.	

Anexo 2

Instrumentos de recolección de datos



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA



CUESTIONARIO TIPO LIKERT SOBRE ANSIEDAD

Objetivo: El propósito del instrumento tiene como propósito medir el nivel de Ansiedad en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.

Instrucciones:

- Lee cada pregunta con mucha atención.
- Luego, marque con una X cada respuesta según corresponda.
- Solo debes marcar una respuesta por pregunta.
- No existe respuesta buena ni mala.
- Consigne la respuesta considerando la siguiente escala valorativa:

Categoría	Nada	Un poco	Bastante	Mucho
Código	1	2	3	4

Ansiedad		Categorías			
n.º	Dimensión 1. Ansiedad somática	ND	UP	BT	MC
1	¿Mi ritmo cardíaco está acelerado?	1	2	3	4
2	¿Tengo sudoración en alguna parte de mi cuerpo?	1	2	3	4
3	¿Mi cuerpo está tenso?	1	2	3	4
4	¿Me dificulta respirar?	1	2	3	4
5	¿Tengo un hormigueo en el estómago?	1	2	3	4
6	¿Siento que me ahogo?	1	2	3	4
7	¿Siento escalofríos?	1	2	3	4
n.º	Dimensión 2. Ansiedad cognitiva	ND	UP	BT	MC
8	¿Me preocupa que los demás se sientan decepcionados con mi rendimiento?	1	2	3	4
9	¿Me preocupa no rendir en esta competición tan bien como podría hacerlo?	1	2	3	4

10	¿Me preocupa no ser capaz de concentrarme?	1	2	3	4
11	¿Me preocupa perder?	1	2	3	4
12	¿Me dificulta tomar decisiones inmediatas?	1	2	3	4
13	¿Me preocupa perder el control?	1	2	3	4
14	¿Me preocupa bloquearme ante la presión?	1	2	3	4
n.º	Dimensión 3. Autoconfianza	ND	UP	BT	MC
15	¿Estoy seguro de mí mismo?	1	2	3	4
16	¿Tengo confianza en hacerlo bien?	1	2	3	4
17	¿Estoy seguro de que puedo hacer frente al desafío?	1	2	3	4
18	¿Confío en responder bien ante la presión?	1	2	3	4
19	¿Soy capaz de recuperarme rápidamente de los fracasos o contratiempos?	1	2	3	4
20	¿Me encuentro mentalmente relajado?	1	2	3	4

¡Muchas gracias por su apoyo!



FICHA DE REGISTRO DE OBSERVACIÓN PARA MEDIR EL NIVEL DE RENDIMIENTO DEPORTIVO

Objetivo: El propósito del instrumento tiene como objetivo medir el nivel de Rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.

Instrucciones:

- Marque con una X cada respuesta según lo observado.
- Solo debes marcar una respuesta por pregunta.
- No existe respuesta buena ni mala.
- Consigne la respuesta considerando la siguiente escala valorativa:

Categoría	Totalmente en Desacuerdo	En Desacuerdo	De Acuerdo	Totalmente de Acuerdo
Código	1	2	3	4

Desarrollo:

Rendimiento deportivo		Categorías			
n.º	Dimensión 1. Control de estrés	TD	ED	DA	TA
1	¿Me preocupa mucho las decisiones que respecto a mí pueda tomar el entrenador durante un partido?	1	2	3	4
2	¿Suelo aceptar bien las críticas e intento aprender de ellas?	1	2	3	4
3	¿Rara vez me encuentro tan tenso como para que mi tensión interfiera negativamente en mi rendimiento?	1	2	3	4
4	¿Algunas veces siento una intensa ansiedad mientras estoy jugando un partido?	1	2	3	4
5	¿Tengo la capacidad de afrontar situaciones de presión en el partido?	1	2	3	4
6	¿Soy eficaz controlando mi tensión?	1	2	3	4
7	¿Generalmente puedo seguir jugando con confianza aunque se trate de una de mis peores actuaciones?	1	2	3	4
8	¿Soy capaz de regular mis emociones y no dejarme abrumar por ellas?	1	2	3	4
n.º	Dimensión 2. Motivación	TD	ED	DA	TA
9	¿Tengo la capacidad de tomar decisiones libres y autónomas?	1	2	3	4

10	¿Mi deporte es toda mi vida?	1	2	3	4
11	¿Tengo una gran confianza en mi técnica?	1	2	3	4
12	¿Algunas veces no me encuentro motivado por entrenar?	1	2	3	4
13	¿Tengo la fuerza y energía para alcanzar mis metas?	1	2	3	4
14	¿Merece la pena dedicar tanto tiempo y esfuerzo como yo le dedico al deporte?	1	2	3	4
15	¿Establezco metas u objetivos que debo alcanzar y normalmente las consigo?	1	2	3	4
16	¿Tengo confianza en mí mismo?	1	2	3	4
n.º	Dimensión 3. Habilidad mental	TD	ED	DA	TA
17	¿Soy capaz de retener las estrategias y tácticas del equipo?	1	2	3	4
18	¿Cuando me preparo para jugar un partido intento imaginarme desde mi propia perspectiva, lo que veré, haré o notaré cuando la situación sea real?	1	2	3	4
19	¿Suelo encontrarme motivado por superarme día a día?	1	2	3	4
20	¿No se necesita mucho para que se debilite mi confianza en mí mismo?	1	2	3	4
21	¿Escucho las sugerencias del entrenador y compañeros?	1	2	3	4
22	¿Manejo adecuadamente mis emociones y reconozco las emociones de mis compañeros?	1	2	3	4
23	¿Tengo la capacidad de diseñar estrategias y tácticas de juego?	1	2	3	4
24	¿Cuando lo hago mal suelo perder la concentración?	1	2	3	4
n.º	Dimensión 4. Cohesión de equipo	TD	ED	DA	TA
25	¿Confío en mi equipo y me transmiten confianza antes, durante y después del partido?	1	2	3	4
26	¿Me gusta trabajar con mis compañeros de equipo?	1	2	3	4
27	¿La comunicación del equipo es asertivo y mutuo?	1	2	3	4
28	¿Tenemos la capacidad de trabajar juntos y lograr un objetivo común?	1	2	3	4
29	¿La relación del equipo es respetuosa y mutua?	1	2	3	4
30	¿Transmito tranquilidad y positivismo a mi equipo?	1	2	3	4

¡Muchas gracias por el apoyo!

Anexo 3

Ficha técnica

Instrumento	Cuestionario tipo Likert para medir la ansiedad
Autor	CSAI: Inventario de ansiedad precompetitiva (Martens, 1977) - CIE-10
Disponible	https://acortar.link/htN4Ps
Adaptado	Fray Carbajal Mendoza, Luz Quispe Huamaní
Año de edición	2024
País de origen	Estados Unidos
Ámbito de aplicación	Jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024
Administración	Individual
Objetivo	Este instrumento tiene por finalidad evaluar el nivel de ansiedad en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024
Duración	10 minutos
Dimensiones	Explora las dimensiones de: D1: Ansiedad somática D2: Ansiedad cognitiva D3: Autoconfianza
Campo de aplicación	Jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024
Validez	La validación del instrumento fue por juicio de expertos. (promedio de valoración = 97.8%, nivel bueno)
Índice de fiabilidad	Por consistencia interna, a partir del análisis del coeficiente de consistencia interna Alfa de Cronbach = 0.95 (fuerte confiabilidad)
Aspectos a evaluar	La ficha de observación está constituida por 20 ítems distribuidos en 4 dimensiones: D1: Ansiedad somática (7 ítems) D2: Ansiedad cognitiva (7 ítems) D3: Autoconfianza (6 ítems)
Calificación	Según escala tipo Likert.
Categorías	La escala de valoración es ordinal. Presenta la siguiente valoración: 1 = Nada 2 = Un poco 3 = Bastante 4 = Mucho

Instrumento	Ficha de observación para medir el rendimiento deportivo
Autor	Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas al Rendimiento Deportivo (CPRD) de Mahoney y Perkins (1987).
Disponible	https://acortar.link/ze7Zlh
Adaptado	Fray Carbajal Mendoza, Luz Quispe Huamaní
Año de edición	2024
País de origen	Estados Unidos
Ámbito de aplicación	Jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024
Administración	Individual
Objetivo	Este instrumento tiene por finalidad evaluar el nivel de rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024
Duración	15 minutos
Dimensiones	Explora las dimensiones de:
	D1: Control de estrés
	D2: Motivación
	D3: Habilidad mental
	D4: Cohesión de equipo
Campo de aplicación	Jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024
Validez	La validación del instrumento fue por juicio de expertos. (promedio de valoración = 97.8%, nivel bueno)
Índice de fiabilidad	Por consistencia interna, a partir del análisis del coeficiente de consistencia interna Alfa de Cronbach = 0.95 (fuerte confiabilidad)
Aspectos a evaluar	La ficha de observación está constituida por 30 ítems distribuidos en 4 dimensiones:
	D1: Control de estrés (8 ítems)
	D2: Motivación (8 ítems)
	D3: Habilidad mental (8 ítems)
	D4: Cohesión de equipo (6 ítems)
Calificación	Según escala tipo Likert.
Categorías	La escala de valoración es ordinal. Presenta la siguiente valoración:
	1 = Totalmente en desacuerdo
	2 = En desacuerdo
	3 = De acuerdo
	4 = Totalmente de acuerdo

Anexo 4

Informe de opinión de expertos sobre la validación de instrumentos



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA



FICHA DE VALIDACIÓN INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO

Título de la Investigación: Ansiedad y rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.

Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación: Cuestionario tipo Likert para medir la ansiedad.

ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN

Indicadores	Criterios	Deficiente				Baja				Regular				Bueno				Muy bueno			
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje propio																				96
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables																				96
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica																				96
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica																				96
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad																				96
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar los indicadores																				96
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos																				96
8. COHERENCIA	Entre los ítems e indicadores																				96
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito de la investigación																				96
10. PERTINENCIA	Es útil y adecuado para la investigación																				96

PROMEDIO DE VALORACIÓN: 96%

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente b) Baja c) Regular d) Buena e) Muy buena

Nombres y Apellidos	Branhangh Smith Cuadros Berrocal		DNI	70421837
Título Profesional	Licenciado en Psicología			
Especialidad	Psicología			
Grado Académico	Licenciado – Colegiado			
Mención				

Lugar y fecha: Ayacucho 20 de setiembre de 2024


Firma

 
UC BRANHANGH SMITH CUADROS BERROCAL
PSICÓLOGO
C.P.S. N° 56185



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA



FICHA DE VALIDACIÓN
INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO

Título de la Investigación: Ansiedad y rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.

Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación: Ficha de registro de observación para medir el nivel de rendimiento deportivo.

ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN

Indicadores	Criterios	Deficiente				Baja				Regular				Bueno				Muy bueno			
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje propio																				96
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables																				96
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica																				96
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica																				96
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad																				96
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar los indicadores																				96
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos																				96
8. COHERENCIA	Entre los ítems e indicadores																				96
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito de la investigación																				96
10. PERTINENCIA	Es útil y adecuado para la investigación																				96

PROMEDIO DE VALORACIÓN:

96%

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente b) Baja c) Regular d) Buena e) Muy buena

Nombres y Apellidos	Branhangh Smith Cuadros Berrocal	DNI	70421837
Título Profesional	Licenciado en Psicología		
Especialidad	Psicología		
Grado Académico	Licenciado - Colegiado		
Mención			

Lugar y fecha: Ayacucho 20 de setiembre de 2024


Firma


LIC. BRANHANGH SMITH CUADROS BERROCAL
PSICÓLOGO
CPsP. N° 56185



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA



FICHA DE VALIDACIÓN INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO

Título de la Investigación: Ansiedad y rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.

Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación: Cuestionario tipo Likert para medir la ansiedad.

ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN

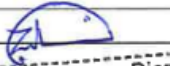
Indicadores	Criterios	Deficiente				Baja				Regular				Bueno				Muy bueno			
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje propio																				100
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables																				95
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica																				100
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica																				100
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad																				100
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar los indicadores																				100
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos																				95
8. COHERENCIA	Entre los ítems e indicadores																				100
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito de la investigación																				100
10. PERTINENCIA	Es útil y adecuado para la investigación																				100

PROMEDIO DE VALORACIÓN: 99%

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente b) Baja c) Regular d) Buena e) Muy buena

Nombres y Apellidos	Zelma Lizarda Cisneros Diaz	DNI	70757918
Título Profesional	Licenciado en Psicología		
Especialidad	Psicoterapeuta		
Grado Académico	Licenciada		
Mención			

Lugar y fecha: Ayacucho 19 de setiembre de 2024


 Ψ Zelma L. Cisneros Diaz
 Psicóloga
C. Ps. P. 43693
 Firma



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA



FICHA DE VALIDACIÓN INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO

Título de la Investigación: Ansiedad y rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024.

Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación: Ficha de registro de observación para medir el nivel de rendimiento deportivo.

ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN

Indicadores	Criterios	Deficiente				Baja				Regular				Bueno				Muy bueno				
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96	
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100	
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje propio																				95	
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables																					100
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica																					100
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica																					95
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad																					100
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar los indicadores																					100
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos																					100
8. COHERENCIA	Entre los ítems e indicadores																					95
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito de la investigación																					100
10. PERTINENCIA	Es útil y adecuado para la investigación																					100

PROMEDIO DE VALORACIÓN: 98.5%

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente b) Baja c) Regular d) Buena e) Muy buena

Nombres y Apellidos	Zelma Lizardsa Cisneros Diaz	DNI	70757918
Título Profesional	Licenciado en Psicología		
Especialidad	Psicoterapeuta		
Grado Académico	Licenciada		
Mención			

Lugar y fecha: Ayacucho 19 de setiembre de 2024


 Zelma L. Cisneros Diaz
 Psicóloga
C.Ps.P. 43693
 Firma



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA
ESCUELA DE POSGRADO
UNIDAD DE POSGRADO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

FICHA DE VALIDACIÓN
INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO

Título de la Investigación: Ansiedad y rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024

Tesista: Luz Anali Quispe Huamani y Fray Randy Carbajal Mendoza

Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación: CUESTIONARIO TIPO LIKERT SOBRE ANSIEDAD

ASPECTOS DE LA VALIDACION

Indicadores	Criterios	Deficiente				Baja				Regular				Bueno				Muy bueno				
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96	
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100	
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje propio																		X			
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables																		X			
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica																		X			
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica																		X			
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad																		X			
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar los indicadores																		X			
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos																		X			
8. COHERENCIA	Entre los ítems e indicadores																		X			
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito de la investigación																		X			
10. PERTINENCIA	Es útil y adecuado para la investigación																		X			

PROMEDIO DE VALORACIÓN: 85

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente b) Baja c) Regular d) Buena e) Muy buena

Nombres y Apellidos	Carmen Rosario Miranda Bustios	DNI	06188272
Título Profesional	Licenciado en Psicología		
Especialidad	Psicología		
Grado Académico	Magister		
Mención	Educación		

Lugar y Fecha: Ayacucho, 14 de octubre del 2025


 Mg. Carmen R. Miranda Bustios
 C.Ps.P. 14580

Celular: 966007117



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA
ESCUELA DE POSGRADO
UNIDAD DE POSGRADO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

FICHA DE VALIDACIÓN
INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO

Título de la Investigación: Ansiedad y rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024

Tesista: Luz Analí Quispe Huamani y Fray Randy Carbajal Mendoza

Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación: REGISTRO DE OBSERVACIÓN PARA MEDIR EL NIVEL DE RENDIMIENTO DEPORTIVO

ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN

Indicadores	Criterios	Deficiente				Baja				Regular				Bueno				Muy bueno			
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje propio	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables																		X		
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica																		X		
4. ORGANIZACION	Existe una organización lógica																		X		
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad																		X		
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar los indicadores																		X		
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos																		X		
8. COHERENCIA	Entre los ítems e indicadores																		X		
9. METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito de la investigación																		X		
10.PERTINENCIA	Es útil y adecuado para la investigación																		X		

PROMEDIO DE VALORACIÓN:

90

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente b) Baja c) Regular d) Buena e) **Muy buena**

Nombres y Apellidos	Oscar Gutiérrez Huamani	DNI	28274743
Título Profesional	Licenciado en Educación Física		
Especialidad	Educación Física		
Grado Académico	Doctor en Educación Física		
Mención	Actividad Física y Salud		

Lugar y Fecha: Ayacucho, 14 de octubre del 2025

Celular: 966630920

Anexo 5

Resultados de confiabilidad de instrumentos

CSAI: Competitive State Anxiety Inventory

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	20	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	20	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,958	20

(CPRD) Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas al Rendimiento

Deportivo

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	20	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	20	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,956	20

Anexo 6

Base de datos

ANSIEDAD																					
Encuestados	Ansiedad somatica							Ansiedad cognitiva							Autoconfianza						Total
	i1	i2	i3	i4	i5	i6	i7	i8	i9	i10	i11	i12	i13	i14	i15	i16	i17	i18	i19	i20	
E1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	4	4	4	4	4	4	3
E2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1
E3	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2
E4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1
E5	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3
E6	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3
E7	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4
E8	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	2	4	1	1
E9	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2
E10	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2
E11	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	3	2	3	2	3	2	2
E12	2	1	1	1	2	1	1	2	2	1	3	2	2	3	4	4	3	3	3	3	2
E13	2	3	1	1	1	1	1	2	2	3	3	1	2	2	3	3	3	3	2	2	2
E14	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	2	4	3	3	3	2	2	4	3	3	3
E15	3	3	3	3	2	2	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
E16	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2
E17	1	2	1	1	1	1	1	2	2	3	2	2	1	1	3	3	3	2	3	3	2
E18	1	2	2	1	2	1	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2
E19	1	2	2	2	3	1	1	2	3	3	3	3	3	1	2	3	3	2	4	3	2
E20	2	4	4	2	1	2	1	1	2	4	4	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3
E21	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	1
E22	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2
E23	1	3	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	2	2	3	1	3	3	2
E24	2	2	3	1	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2
E25	2	1	3	1	2	2	1	4	4	4	1	2	4	3	2	2	2	2	1	1	2
E26	2	3	1	1	1	1	1	3	2	2	1	1	1	2	3	3	4	3	3	2	2
E27	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	4	4	3
E28	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3
E29	3	3	3	2	3	1	1	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	2	3	2	3
E30	2	2	2	2	3	1	1	3	3	3	4	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2
E31	2	2	2	3	1	3	1	2	3	3	3	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2
E32	2	2	1	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	3	3	3	2	3	3	2
E33	2	2	3	2	1	2	1	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2
E34	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
E35	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	3	1	1	2	1	4	3	2
E36	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	3	3	3	3	3	3	2
E37	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	3	3	2	2	4	2
E38	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	3	3	3	2	2	2	2
E39	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	4	3	2	3	2	2	2	2	1	2
E40	1	2	1	2	1	1	2	3	1	3	4	1	2	1	4	4	4	4	4	4	2
E41	3	3	2	1	2	1	1	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	2	2	2	3
E42	3	3	2	1	2	1	1	2	2	2	3	1	2	2	4	3	3	3	3	3	2
E43	3	3	2	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	4	4	3	3	4	4	2
E44	1	1	2	1	1	1	1	3	3	3	3	1	2	3	3	3	4	4	4	3	2
E45	4	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	4	3	4	4	4	3	2
E46	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	1	1	4	3	4	4	4	3	4

E47	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	2	3	4	3	4	4	4	4
E48	4	3	4	2	1	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4
E49	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4
E50	4	3	3	4	3	4	4	2	4	2	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4
E51	4	4	3	4	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4
E52	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	2	4	3	4	4	3	4	4	3	4
E53	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	3	4
E54	2	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4
E55	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	2	4
E56	2	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	1	3	3	4	4	4	4	3	4	3
E57	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4
E58	3	4	4	3	4	3	1	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3
E59	4	4	4	3	4	3	1	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3
E60	2	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4
E61	3	4	4	3	4	4	3	4	3	2	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4
E62	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4
E63	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	1	3	4	3	4	3	3	4
E64	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	2	3	4	4	4	3	3	4	4
E65	3	3	2	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4
E66	2	3	4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4
E67	4	4	4	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4
E68	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	3	1	4	4
E69	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	2	4	3	3	q	2	3
E70	4	4	1	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4
E71	1	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	2	4	4	4	3	2	1	4	3
E72	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	2	1	2	3
E73	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4
E74	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	2	4	4
E75	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	2	4
E76	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	1	3	4
E77	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3
E78	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	2	1	4
E79	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4
E80	2	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4
E81	4	2	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	1	4	3
E82	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	1	4	3
E83	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	1	3	1	3	3
E84	4	4	1	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4
E85	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	1	4	4	4	1	3	2	3	3
E86	4	4	4	4	3	2	2	4	3	4	3	4	4	3	4	4	1	3	3	4	3
E87	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4
E88	1	2	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4
E89	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4
E90	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4
E91	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4
E92	2	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	1	4	3	4	3

RENDIMIENTO DEPORTIVO I																																					
Encues	Control de estrés									Motivación								Habilidad mental							Cohesión de equipo				Total								
	i1	i2	i3	i4	i5	i6	i7	i8	D1	i9	i10	i11	i12	i13	i14	i15	i16	D2	i17	i18	i19	i20	i21	i22	i23	i24	D3	i25		i26	i27	i28	i29	i30	D4		
E1	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2			
E2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4		
E3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3		
E4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	2	3	2	3	2	3	4	3	3	3	3	2	4	3	2	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3		
E5	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2		
E6	2	2	3	1	1	3	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	1	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
E7	2	2	2	1	2	2	3	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1		
E8	3	4	2	2	4	2	4	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4		
E9	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
E10	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4		
E11	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3		
E12	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
E13	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
E14	1	1	2	2	2	3	3	3	2	1	1	1	2	3	3	3	2	2	1	3	2	2	3	1	2	2	2	3	3	3	3	1	1	2	2		
E15	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	
E16	2	4	3	2	3	3	3	4	3	4	3	4	2	4	1	4	4	3	4	4	4	2	4	4	2	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3		
E17	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	
E18	2	3	2	3	2	1	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	
E19	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	4	3	3	2	2	3	3	3	4	3	4	2	3	4	3	3	4	2	3	4	2	3	3	3	
E20	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	
E21	4	4	4	1	4	2	4	3	3	1	2	3	2	1	4	3	2	2	2	3	2	4	3	1	4	2	3	1	3	4	2	1	4	3	3		
E22	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
E23	4	4	3	2	4	2	2	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	1	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	
E24	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	4	3	2	4	4	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	
E25	2	3	2	2	1	1	1	1	2	3	3	3	2	3	4	1	2	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	
E26	1	3	3	3	4	4	2	3	3	3	1	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	4	3	2	4	2	3	4	3	3	3	3	
E27	1	2	1	1	3	3	2	3	2	3	2	2	3	1	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	
E28	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	1	2	3	1	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	
E29	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	
E30	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	
E31	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	
E32	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
E33	2	2	2	4	3	2	4	4	3	2	4	2	3	2	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3
E34	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3
E35	3	4	2	4	2	3	1	4	3	4	3	2	2	3	3	1	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	1	2	2	2	
E36	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	3	3	1	4	4	4	3	4	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2
E37	4	2	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4
E38	1	4	1	1	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3
E39	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	4	3	2	3	4	2	2	3	2	2	4	3	2	4	3	2	4	3
E40	4	2	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	2	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
E41	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2
E42	2	3	1	2	3	4	3	3	3	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3
E43	2	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3
E44	3	4	3	2	4	3	2	4	3	4	2	2	4	4	2	4	3	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	3	2	4	4	3	4	3	4	3	3
E45	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
E46	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3

Anexo 7

Autorización

**FEDERACIÓN DEPORTIVA PERUANA DE BASKETBALL**
Liga Deportiva Distrital Mixta de Basketball de Ayacucho

Ayacucho, 07 de noviembre de 2024.

Oficio N° 0111-2024-LDDMBA/P

Señores:
Quispe Huamani, Luz Analí
Carbajal Mendoza, Fray Randy

Presente.-**ASUNTO: Autoriza desarrollo de investigación experimental en los clubes de la LDDMBA****REFERENCIA: Solicitud de fecha 17.10.2024**

Es grato dirigirme a ustedes a nombre de la Liga Deportiva Distrital Mixta de Basketball de Ayacucho para informarles que estamos complacidos por el desarrollo de la investigación experimental "**Ansiedad y rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024**" por lo que autorizamos a que pueda realizar dicho estudio durante el desarrollo del campeonato.

Esta autorización se hará de conocimiento de todos los clubes, para lo que deben coordinar de manera directa con ellos para el desarrollo de su investigación. Finalmente mucho agradeceremos nos haga llegar un acopia del estudio finalizado y aprobado.

Sin otro particular, quedo de ustedes.

Atentamente,



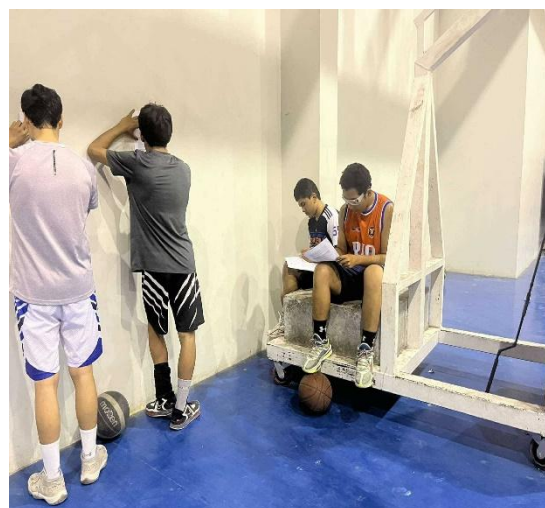
Liga Distrital Mixta de Basketball
Ayacucho
Gerardo M. Durán Pérez
Presidente

Anexo 8

Imágenes







Nota. El investigador aplica el cuestionario tipo likert sobre ansiedad y la ficha de registro de observación para medir el nivel de rendimiento deportivo.



EL DECANO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA, QUE SUSCRIBE,

HACE CONSTAR:

Que de conformidad con lo dispuesto en el Reglamento de Trabajos de Investigación de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, aprobado con la Resolución del Consejo Universitario N° 039-2021-UNSCH-CU, a solicitud escrita de los interesados, se ha realizado el análisis, valoración y verificación del contenido de la tesis titulada: **Ansiedad y rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024**, presentado por los estudiantes: **Fray Randy CARBAJAL MENDOZA y Luz Anali QUISPE HUAMANI**, "sin depósito" en la **Escuela Profesional de Educación Física** y en segunda instancia "con depósito" de trabajo estándar en la **Facultad de Ciencias de la Educación**, con **resultado de informe final del software turnitin de 21% de índice de similitud, por tanto, aprobado**. Trabajo realizado por los profesores ordinarios Dr. Indalecio MUJICA BERMÚDEZ y Dr. Óscar GUTIÉRREZ HUAMANI, adscritos del Departamento Académico de Educación y Ciencias Humanas.

En consecuencia, estando al informe favorable de los profesores instructores de la primera y segunda instancia, designados con la Resolución de Consejo de Facultad N° 003-2021-FCE-CF, Resolución Decanal N° 020-2021-FCE-D y avalado por el director de la Escuela Profesional de Educación Física, se expide la presente constancia para los fines que estimen conveniente, a petición de parte con solicitud de fecha 05 de octubre de 2025 y boleta de venta electrónica N° 005 - 00060403 y N° 005 - 00060404.

Se anexan el resultado final del reporte del software turnitin en cinco folios.

Ayacucho, 09 de octubre de 2025

c.c.: Archivo
VRTH/mqa

UNIVERSIDAD NACIONAL
DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

DR. VÍCTOR RAÚL TUMBALOBOS HUAMANI
DECANO

Ansiedad y rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024

por Fray Randy CARBAJAL MENDOZA Luz Anali QUISPE HUAMANI

Fecha de entrega: 07-oct-2025 07:43p. m. (UTC-0500)

Identificador de la entrega: 2774388615

Nombre del archivo: TESIS_FINAL_2.pdf (2.55M)

Total de palabras: 24162

Total de caracteres: 108076

Ansiedad y rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024

INFORME DE ORIGINALIDAD

21%

INDICE DE SIMILITUD

20%

FUENTES DE INTERNET

8%

PUBLICACIONES

14%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga	5%
	Trabajo del estudiante	
2	hdl.handle.net	3%
	Fuente de Internet	
3	estudogeral.sib.uc.pt	1%
	Fuente de Internet	
4	repositorio.uta.edu.ec	1%
	Fuente de Internet	
5	repositorio.unsch.edu.pe	1%
	Fuente de Internet	
6	repositorio.ucv.edu.pe	1%
	Fuente de Internet	
7	repositorio.autonomadeica.edu.pe	1%
	Fuente de Internet	
8	Submitted to Universidad Cesar Vallejo	1%
	Trabajo del estudiante	

9	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	1 %
10	dspace.ups.edu.ec Fuente de Internet	1 %
11	www.scielo.org.co Fuente de Internet	1 %
12	digibug.ugr.es Fuente de Internet	1 %
13	dspace.uib.es Fuente de Internet	<1 %
14	repositorio.uam.es Fuente de Internet	<1 %
15	Submitted to consultoriadeserviciosformativos Trabajo del estudiante	<1 %
16	repositorio.unap.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
17	repositorio.continental.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
18	Submitted to Universidad Abierta para Adultos Trabajo del estudiante	<1 %
19	Submitted to Universidad Autónoma de Nuevo León Trabajo del estudiante	<1 %

20

revistas.upb.edu.co

Fuente de Internet

<1 %

21

Submitted to Universidad de Cartagena

Trabajo del estudiante

<1 %

22

www.scielo.org.pe

Fuente de Internet

<1 %

23

Submitted to Universidad Continental

Trabajo del estudiante

<1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias

< 30 words

Excluir bibliografía

Activo



FACULTAD DE
CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL
DE HUAMANGA

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS DE LOS BACHILLERES FRAY RANDY CARBAJAL MENDOZA Y LUZ ANALI QUISPE HUAMANI, PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO (A) EN EDUCACIÓN FÍSICA

En la ciudad de Ayacucho, siendo a horas las cuatro de la tarde, del día trece de octubre del año dos mil veinticinco, se reunieron en el auditorio "José María Arguedas" de la Facultad de Ciencias de la Educación, los miembros del jurado el Dr. Juan Pariona Cahuana (Presidente), el Dr. Indalecio Mujica Bermúdez y el Dr. Ciro Augusto Madueño García (Miembros), bajo la presidencia del primero de los nombrados con la finalidad de recepcionar la sustentación de Tesis Titulada: **Ansiedad y rendimiento deportivo en jugadores de baloncesto en clubes deportivos de la categoría sub 16 en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2024**, presentado por los bachilleres en Ciencias de la Educación alumnos: **FRAY RANDY CARBAJAL MENDOZA Y LUZ ANALI QUISPE HUAMANI**, para obtener el Título Profesional de Licenciado (a) en Educación Física.

Seguidamente, constatado el quórum de Reglamento por invocación del presidente del Jurado, el secretario dio lectura al expediente presentado por los recurrentes, acto seguido el Presidente del Jurado invitó a los aspirantes al Título a exponer su tesis, finalizada la exposición los miembros del jurado proceden a formular las preguntas, las mismas que fueron absueltas por los sustentantes en forma satisfactoria, a continuación previa deliberación en privado, han obtenido un promedio de la nota aprobatoria de CATORCE (14).

Siendo a horas las cinco con treinta minutos de la tarde, se dio por concluido este acto académico. En fe de lo cual firmaron los miembros del jurado el Dr. Juan Pariona Cahuana (Presidente), el Dr. Indalecio Mujica Bermúdez y el Dr. Ciro Augusto Madueño García (Miembros).

Es todo cuanto transcribo, para conocimiento y demás fines.

Ayacucho, 11 de noviembre de 2025.

Registro N° 2310 - 2025
Recibo de Tesorería N° 20-00007552 y 20-00007554
Libro N° 05, folios 233 y 234
VRTH/acc.

UNIVERSIDAD NACIONAL
DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
Dr. VÍCTOR RAMÓN FERNÁNDEZ HUAMANI
ORDENADO