

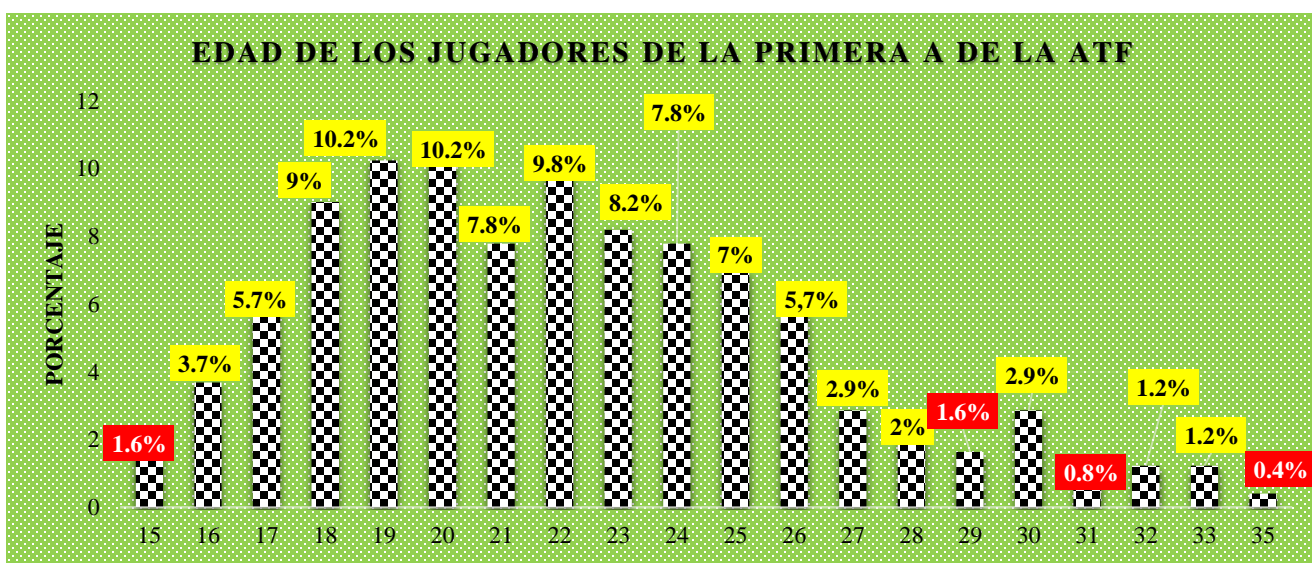
ANEXOS

Tabla 1: Edad de los jugadores de la ATF

EDAD DE LOS JUGADORES DE LA 1ra A DE LA ATF				
Edad	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
15	3	1,6%	1,6	1,6
16	5	3,7%	3,7	5,3
17	7	5,7%	5,7	11,1
18	22	9,0	9,0	20,1
19	32	10,2	10,2	30,3
20	32	10,2	10,2	40,6
21	23	7,8	7,8	48,4
22	24	9,8	9,8	58,2
23	20	8,2	8,2	66,4
24	19	7,8	7,8	74,2
25	17	7,0	7,0	81,1
26	14	5,7	5,7	86,9
27	7	2,9	2,9	89,8
28	5	2,0	2,0	91,8
29	4	1,6	1,6	93,4
30	7	2,9	2,9	96,3
31	2	0,8	0,8	97,1
32	3	1,2	1,2	98,4
33	3	1,2	1,2	99,6
35	1	0,4	0,4	100,0
Total	244	100,0	100,0	

Fuente: Elaboración propia

Gráfico 1: Edad de los jugadores de la primera A de la ATF



Fuente: Elaboración propia

Mediante la recolección de información de los futbolistas de la Asociación Tarijeña de Fútbol, se puede rescatar datos importantes como el rango de edad que comprende esta amplia muestra de la población, la cual está establecida desde los 15 años hasta los 35 años, siendo las edades que mayor porcentaje tiene, 19 y 20 años. Netamente en el deporte competitivo, se estableció que entre las edades de 15 a 30 años es cuando el cuerpo humano puede alcanzar el nivel de rendimiento físico más alto, pero, ¿ocurre lo mismo en el rendimiento psicológico?, pues sí. Dentro de una competición los deportistas pasan por diversas situaciones internas que están relacionadas directamente con su preparación para afrontar la misma, por eso las variables psicológicas que se tomaron en cuenta para esta investigación, responden a esa situación por la que el deportista pasa, no siendo influida por la edad ya que esto no es una gran significación, pues el deportista competitivo se centra en un objetivo, que es hacerlo bien.

Tabla 2: Edad de los jugadores de la ATF por equipos

EDAD DE LOS JUGADORES POR EQUIPO						
Equipos	15-20		21-26		27-35	
Gobierno M.	15	15,0%	4	3,7%	4	11,1%
Ciclon	7	7,0%	7	6,5%	5	13,9%
Royal O.	6	6,0%	7	6,5%	2	5,6%
15 de Abril	7	7,0%	12	11,1%	3	8,3%
Garcia	6	6,0%	5	4,6%	2	5,6%
Real T.	13	13,0%	15	13,9%	1	2,8%
Nacional S.	6	6,0%	11	10,2%	3	8,3%
Municipal	7	7,0%	7	6,5%	0	0,0%
Aviles I.	7	7,0%	10	9,3%	1	2,8%
D. Real Tomayapo	4	4,0%	14	13,0%	3	8,3%
Union T.	11	11,0%	3	2,8%	2	5,6%
Atletico B.	4	4,0%	9	8,3%	6	16,7%
Petrolero	7	7,0%	4	3,7%	4	11,1%
Total	100	100,0%	108	100,0%	36	100,0%

Fuente: Elaboración propia

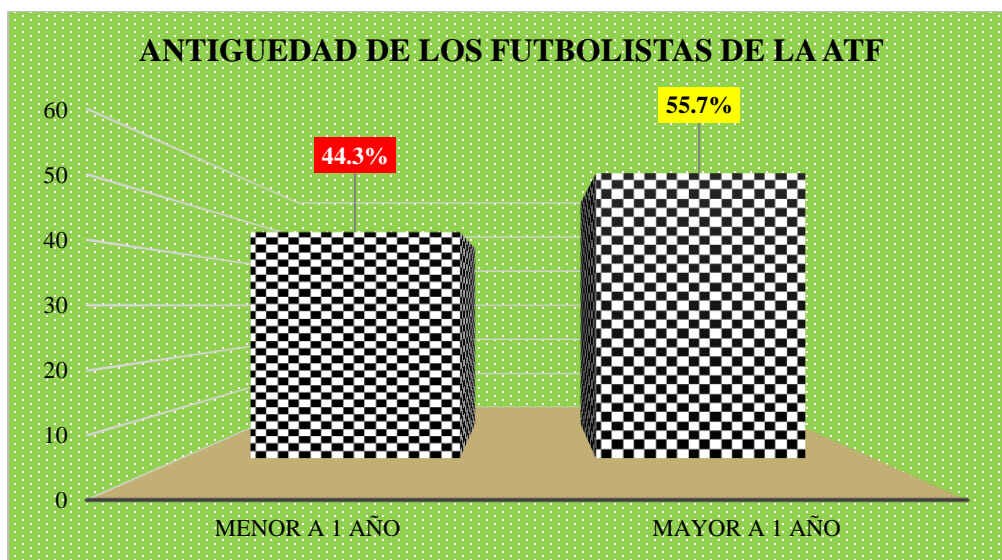
Entre los datos interesantes que se rescatan es el rango de edad de los jugadores de cada equipo, siendo el club Atlético Bermejo, pues ellos cuentan con jugadores mayores, 16,7 % entre 27 a 33 años, y se los puede atribuir el puesto del plantel más experimentado, seguramente la directiva de este club apostó por tener un plantel de bases sólidas, en cambio el equipo con jugadores mas jóvenes es el equipo de Gobierno Municipal con 15% de jugadores en un rango de 15 a 20 años de edad.

Tabla 3: Antigüedad de los jugadores de la ATF

ANTIGÜEDAD DE LOS FUTBOLISTAS EN LA PRIMERA A DE LA ATF				
Tiempo	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Menor a 1 año	108	44,3	44,3	44,3
Mayor a 1 año	136	55,7	55,7	100,0
Total	244	100,0	100,0	

Fuente: Elaboración propia

Gráfico 2: Antigüedad de los jugadores de la ATF



Fuente: Elaboración propia

Los equipos de la Asociación Tarijeña de Fútbol cuenta con un 55,7 % de jugadores de antigüedad mayor a un año y esto también les permite tener una mejor preparación para su competición por lo general son jugadores ya experimentados, el otro 44,3% corresponde a jugadores que están debutando por primera vez en algún equipo o aquellos que ascienden de la categoría juveniles.

CUESTIONARIO DEMOGRÁFICOS Y DEPORTIVO.

1. CLUB ACTUAL: _____

2. EDAD: _____

3. DEMARCACIÓN QUE OCUPAS (O CON MÁS FRECUENCIA) marca con una X:

DEFENSOR	Portero	Lateral	Central
MEDIOCAMPISTA	Pivote	Interior/Banda	
ATACANTE	Mediapunta	Delantero	

5. CATEGORÍA EN LA QUE JUEGAS ACTUALMENTE:

1ª DIVISIÓN	
2ª DIVISIÓN "A"	
2ª DIVISIÓN "B"	
3ª DIVISIÓN	
REGIONAL PREFERENTE	
INFERIOR CATEGORÍA	

6. AÑOS DE EXPERIENCIA EN LAS DIFERENTES CATEGORÍAS:

AÑOS DE EXPERIENCIA SEMI PROFESIONAL: (1ªA)	Nº
MENOR A 1 AÑO	
MAYOR A 1 AÑO	

Cuestionario de “Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento
Deportivo”
C. P. R. D.

Instrucciones:

Conteste, por favor, a cada una de las siguientes cuestiones, indicando en qué medida se encuentra de acuerdo con ellas. Como podrá observar existen seis opciones de respuesta. Elija la que desee, según se encuentre más o menos de acuerdo, marcando con una cruz el lugar correspondiente. En el caso de que no entienda lo que quiere decir exactamente alguna de las preguntas, marque con una cruz en la última columna.

EJEMPLOS

PREGUNTAS	Totalmente en Desacuerdo	()	()	()	Totalmente De Acuerdo	No Entiendo
1. Me encuentro muy nervioso antes de una competición (o partido) importante.		X				

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

2. Me motivan las competiciones (o los partidos) que los entrenamientos.			X			
--	--	--	---	--	--	--

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

3. Suelo reponer electrolitos, al finalizar una competición o partido.						X
--	--	--	--	--	--	---

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



PREGUNTAS	Totalmente en Desacuerdo	()	()	()	Totalmente de Acuerdo	No Entiendo
1. Suelo tener problemas concentrándome mientras compito.						
2. Mientras duermo, suelo “darle muchas vueltas” a la competición (o al partido) en el que voy a participar.						
3. Tengo una gran confianza en mi técnica.						
4. Algunas veces no me encuentro motivado por entrenar.						
5. Me llevo muy bien con otros miembros del equipo.						
6. Rara vez me encuentro tan tenso como para que mi tensión interfiera negativamente en mi rendimiento.						
7. A menudo ensayo mentalmente lo que debo hacer justo antes de comenzar mi participación en una competición (o jugar un partido)						
8. En la mayoría de las competiciones (o partidos) confío que lo haré bien.						
9. Cuando lo hago mal, suelo perder la concentración.						
10. No se necesita mucho para debilitar la confianza en mí mismo.						
11. Me importa más mi propio rendimiento que el rendimiento del equipo (más lo que tengo que hacer yo que lo que tiene que hacer el equipo).						
12. A menudo estoy “muerto de miedo” en los momentos anteriores al comienzo de mi participación en una competición (o un partido).						
13. Cuando cometo un error me cuesta olvidarlo para concentrarme rápidamente en lo que tengo que hacer.						
14. Cualquier pequeña lesión o un mal entrenamiento puede debilitar la confianza en mí mismo.						
15. Establezco metas (u objetivos) que debo alcanzar y normalmente las consigo.						
16. Algunas veces siento una intensa ansiedad mientras estoy participando en una prueba (o jugando un partido).						
17. Durante mi actuación en una competición (o en un partido), mi atención parece fluctuar una y otra vez entre lo que tengo que hacer y otras cosas.						
18. Me gusta trabajar con mis compañeros de equipo.						
19. Tengo frecuentes dudas respecto a mis posibilidades de hacerlo bien en una competición (o un partido).						
20. Gasto mucha energía intentando estar tranquilo antes de que comience una competición (o un partido).						
21. Cuando comienzo haciéndolo mal, mi confianza baja rápidamente.						
22. Pienso que el espíritu de equipo es muy importante.						
23. Cuando practico mentalmente lo que tengo que hacer, me “veo” haciéndolo como si estuviera viéndome en un monitor de televisión.						





PREGUNTAS	Totalmente en Desacuerdo	()	()	()	Totalmente de Acuerdo	No Entiendo
24. Generalmente, puedo seguir participando (jugando) con confianza, aunque se trate de una de mis peores actuaciones.						
25. Cuando me preparo para participar en una prueba (jugar en un partido), intento imaginarme, desde mi propia perspectiva, lo que veré, haré o notaré cuando la situación sea real.						
26. Mi confianza en mí mismo es muy inestable.						
27. Cuando mi equipo pierde, me encuentro mal con independencia de mi rendimiento individual.						
28. Cuando cometo un error en una competición (o en un partido) me pongo muy ansioso.						
29. En este momento, lo más importante en mi vida es hacerlo bien en mi deporte.						
30. Soy eficaz controlando mi tensión.						
31. Mi deporte es toda mi vida.						
32. Tengo fe en mí mismo.						
33. Suelo encontrarme motivado para superarme día a día.						
34. A menudo pierdo la concentración durante la competición (o los partidos) como consecuencia de las decisiones de los árbitros que considero desacertadas y que van en contra mía o de mi equipo.						
35. Cuando cometo un error durante una competición (o un partido), suele preocuparme lo que piensen otras personas como el entrenador, los compañeros de equipo o alguien de entre los espectadores.						
36. El día anterior a una competición (o un partido) me encuentro habitualmente demasiado nervioso o preocupado.						
37. Suelo marcarme objetivos cuya consecución depende de mí al 100%, en lugar de objetivos que no dependen sólo de mí.						
38. Creo que la aportación específica de todos los miembros de un equipo, es sumamente importante para la obtención del éxito del equipo.						
39. No merece la pena dedicar tanto tiempo y esfuerzo como yo le dedico al deporte.						
40. En las competiciones (o los partidos) suelo animarme con palabras, pensamientos o imágenes.						
41. A menudo pierdo la concentración durante una competición (o un partido) por preocuparme o ponerme a pensar en el resultado final.						
42. Suelo aceptar bien las críticas e intento aprender de ellas.						
43. Me concentro con facilidad en aquello que es lo más importante en cada momento de una competición (o un partido).						
44. Me cuesta aceptar que se destaque más la labor de otros miembros del equipo que la mía.						



PREGUNTAS	Totalmente en Desacuerdo	()	()	()	Totalmente de Acuerdo	No Entiendo
45. Cuando finaliza una competición (o un partido) analizo mi rendimiento de forma objetiva y específica (es decir, considerando hechos reales y cada apartado de la competición o del partido por separado).						
46. A menudo pierdo la concentración en la competición (o el partido) a consecuencia de la actuación o los comentarios poco deportivos de los adversarios.						
47. Me preocupan mucho las decisiones que respecto a mí pueda tomar el entrenador durante una competición (o un partido).						
48. No ensayo mentalmente, como parte de mi plan de entrenamiento, situaciones que debo corregir o mejorar.						
49. Durante los entrenamientos suelo estar muy concentrado(a) en lo que tengo que hacer.						
50. Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada sesión de entrenamiento y de cada competición (o partido).						
51. Mi confianza en el partido depende en gran medida de los éxitos o fracasos en los partidos anteriores.						
52. Mi motivación depende en gran medida del reconocimiento que obtengo de los demás.						
53. Las instrucciones, comentarios y gestos del entrenador suelen interferir negativamente en mi concentración durante la competición (o el partido).						
54. Suelo confiar en mí mismo(a) aun en los momentos más difíciles de una competición (o un partido).						
55. Estoy dispuesto a cualquier esfuerzo por ser cada vez mejor.						

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



C. P. R. D. - FUTBOL.

Cuestionario de “Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo en Fútbol”.

Instrucciones: Conteste, por favor, a cada una de las siguientes cuestiones, indicando en qué medida se encuentra de acuerdo con ellas. Como podrá observar existen seis opciones de respuesta. Elija la que desee, según se encuentre más o menos de acuerdo, marcando con una cruz el lugar correspondiente. En el caso de que no entienda lo que quiere decir exactamente alguna de las preguntas, marque con una cruz en la última columna.

Totalmente en Desacuerdo	Bastante en Desacuerdo	Un poco de Acuerdo	Bastante de Acuerdo	Totalmente de Acuerdo	No Entiendo
()	()	()	()	()	()

PREGUNTAS	Totalmente en Desacuerdo	()	()	()	Totalmente De Acuerdo	No Entiendo
1. Suelo tener problemas concentrándome mientras compito.						
2. Mientras duermo, suelo “darle muchas vueltas” al partido en el que voy a participar.						
3. A menudo ensayo mentalmente lo que debo hacer justo antes de comenzar a jugar en un partido.						
4. Cuando lo hago mal, suelo perder la concentración.						
5. No se necesita mucho para que se debilite mi confianza en mí mismo.						
6. A menudo estoy “muerto de miedo” en los momentos anteriores al comienzo de mi participación en un partido.						
7. Cuando cometo un error me cuesta olvidarlo para concentrarme rápidamente en lo que tengo que hacer.						
8. Establezco metas (u objetivos) que debo alcanzar y normalmente las consigo.						
9. Algunas veces siento una intensa ansiedad mientras estoy jugando un partido.						
10. Durante mi actuación en un partido, mi atención parece fluctuar una y otra vez entre lo que tengo que hacer y otras cosas.						
11. Tengo frecuentes dudas respecto a mis posibilidades de hacerlo bien en un partido.						
12. Gasto mucha energía intentando estar tranquilo antes de que comience un partido.						
13. Cuando comienzo haciéndolo mal, mi confianza baja rápidamente.						
14. Pienso que el espíritu de equipo es muy importante.						
15. Generalmente, puedo seguir jugando con confianza, aunque se trate de una de mis peores actuaciones.						
16. Cuando me preparo para jugar un partido, intento imaginarme, desde mi propia perspectiva, lo que veré, haré o notaré cuando la situación sea real.						
17. Mi confianza en mí mismo es muy inestable.						
18. Cuando mi equipo pierde, me encuentro mal con independencia de mi rendimiento individual.						
19. Cuando cometo un error en un partido me pongo muy ansioso.						
20. En este momento, lo más importante en mi vida es hacerlo bien en el fútbol.						
21. El fútbol es toda mi vida.						
22. A menudo pierdo la concentración durante los partidos como consecuencia de las decisiones de los árbitros que considero desacertadas y que van en contra mía o de mi equipo.						
23. Cuando cometo un error durante un partido, suele preocuparme lo que piensen otras personas como el entrenador, los compañeros de equipo o alguien de entre los espectadores.						

--

ÍTEMS	Totalmente en Desacuerdo	()	()	()	Totalmente De Acuerdo	No Entiendo
24. El día anterior a un partido me encuentro habitualmente demasiado nervioso o preocupado.						
25. Creo que la aportación específica de todos los miembros de un equipo, es sumamente importante para la obtención del éxito del equipo.						
26. En los partidos suelo animarme con palabras, pensamientos o imágenes.						
27. A menudo pierdo la concentración durante un partido por preocuparme o ponerme a pensar en el resultado final.						
28. Suelo aceptar bien las críticas e intento aprender de ellas.						
29. Me concentro con facilidad en aquello que es lo más importante en cada momento de un partido.						
30. Me cuesta aceptar que se destaque más la labor de otros miembros del equipo que la mía.						
31. Cuando finaliza un partido analizo mi rendimiento de forma objetiva y específica (es decir, considerando hechos reales y cada apartado del partido por separado).						
32. A menudo pierdo la concentración en el partido a consecuencia de la actuación o los comentarios poco deportivos de los adversarios.						
33. Me preocupan mucho las decisiones que respecto a mí pueda tomar el entrenador durante un partido.						
34. Durante los entrenamientos suelo estar muy concentrado(a) en lo que tengo que hacer.						
35. Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada sesión de entrenamiento y de cada partido.						
36. Mi confianza en el partido depende en gran medida de los éxitos o fracasos en los partidos anteriores.						
37. Mi motivación depende en gran medida del reconocimiento que obtengo de los demás.						
38. Las instrucciones, comentarios y gestos del entrenador suelen interferir negativamente en mi concentración durante el partido.						
39. Suelo confiar en mí mismo aun en los momentos más difíciles de un partido.						
40. Estoy dispuesto a cualquier esfuerzo por ser cada vez mejor.						

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

¡MUCHAS GRACIAS POR TU COLABORACIÓN!



HOJA DE RESPUESTAS DEL C.P.R.D.

CONTROL DE ESTRÉS
[Máx = 80p]

- 1 4 3 2 1 0 24 0 1 2 3 4
- 3 0 1 2 3 4 26 4 3 2 1 0
- 6 0 1 2 3 4 30 0 1 2 3 4
- 8 0 1 2 3 4 32 0 1 2 3 4
- 10 4 3 2 1 0 36 4 3 2 1 0
- 12 4 3 2 1 0 41 4 3 2 1 0
- 13 4 3 2 1 0 43 0 1 2 3 4
- 14 4 3 2 1 0 54 0 1 2 3 4
- 17 4 3 2 1 0
- 19 4 3 2 1 0
- 20 4 3 2 1 0
- 21 4 3 2 1 0

Puntuación Directa: _____

**INFLUENCIA DE LA EVALUACIÓN
DEL RENDIMIENTO**

[Máx = 48p]

- 9 4 3 2 1 0
- 16 4 3 2 1 0
- 28 4 3 2 1 0
- 34 4 3 2 1 0
- 35 4 3 2 1 0
- 42 0 1 2 3 4
- 44 4 3 2 1 0
- 46 4 3 2 1 0
- 47 4 3 2 1 0
- 51 4 3 2 1 0
- 52 4 3 2 1 0
- 53 4 3 2 1 0

Puntuación Directa: _____

MOTIVACIÓN
[Máx = 32p]

- 4 4 3 2 1 0
- 15 0 1 2 3 4
- 29 0 1 2 3 4
- 31 0 1 2 3 4
- 33 0 1 2 3 4
- 39 4 3 2 1 0
- 49 0 1 2 3 4
- 55 0 1 2 3 4

Puntuación Directa: _____

HABILIDAD MENTAL
[Máx = 36p]

- 2 4 3 2 1 0
- 7 0 1 2 3 4
- 23 4 3 2 1 0
- 25 0 1 2 3 4
- 37 0 1 2 3 4
- 40 0 1 2 3 4
- 45 0 1 2 3 4
- 48 4 3 2 1 0
- 50 0 1 2 3 4

Puntuación Directa: _____

COHESIÓN DE EQUIPO
[Máx = 24p]

- 5 0 1 2 3 4
- 11 4 3 2 1 0
- 18 0 1 2 3 4
- 22 0 1 2 3 4
- 27 0 1 2 3 4
- 38 0 1 2 3 4

Puntuación Directa: _____

PUNTUACIÓN GLOBAL CUESTIONARIO =
(Σ Puntuaciones Directas de las 5 Subescalas)

---- 220 p.

HOJA DE RESPUESTAS DEL C.P.R.D. - FÚTBOL.

AUTOCONFIANZA

[Máx = 45p]

5 5 4 3 2 1
13 5 4 3 2 1
15 1 2 3 4 5
17 5 4 3 2 1
27 5 4 3 2 1
47 5 4 3 2 1
36 5 4 3 2 1
37 5 4 3 2 1
39 1 2 3 4 5

Puntuación Directa: _____

ACTITUD Y PREPARACIÓN
MENTAL

[Máx = 40p]

3 1 2 3 4 5
14 1 2 3 4 5
16 1 2 3 4 5
18 1 2 3 4 5
25 1 2 3 4 5
26 1 2 3 4 5
28 1 2 3 4 5
31 1 2 3 4 5

Puntuación Directa: _____

CONTROL DE ESTRÉS
Y ANSIEDAD

[Máx = 55p]

2 5 4 3 2 1
6 5 4 3 2 1
7 5 4 3 2 1
9 5 4 3 2 1
11 5 4 3 2 1
12 5 4 3 2 1
19 5 4 3 2 1
23 5 4 3 2 1
24 5 4 3 2 1
30 5 4 3 2 1
38 5 4 3 2 1

Puntuación Directa: _____

CONCENTRACIÓN

[Máx = 35p]

1 5 4 3 2 1
4 5 4 3 2 1
10 5 4 3 2 1
22 5 4 3 2 1
29 1 2 3 4 5
32 5 4 3 2 1
34 1 2 3 4 5

Puntuación Directa: _____

MOTIVACIÓN

[Máx = 25p]

8 1 2 3 4 5
20 1 2 3 4 5
21 1 2 3 4 5
35 1 2 3 4 5
40 1 2 3 4 5

Puntuación Directa: _____

PUNTUACIÓN GLOBAL CUESTIONARIO (Σ Puntuaciones Directas de las 5 Subescalas)

-

--- 200 p.

CSAI-2

Cuestionario de autoevaluación de Illinois

Nombre: Sexo: Fecha:

Instrucciones: A continuación encontrará unas frases que los deportistas han utilizado para describir como se sienten antes de la competición. Lea cada frase y rodee con un círculo la puntuación que indique mejor **COMO SE SIENTE AHORA MISMO**, en este momento. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo con cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente.

	Nada	Algo	Bastante	Mucho
1. Estoy preocupado por esta competición	1	2	3	4
2. Me siento nervioso	1	2	3	4
3. Me siento a gusto	1	2	3	4
4. Me siento inseguro	1	2	3	4
5. Me siento inquieto	1	2	3	4
6. Me siento cómodo	1	2	3	4
7. Estoy preocupado porque es posible que no lo haga tan bien como podría en esta competición	1	2	3	4
8. Mi cuerpo está tenso	1	2	3	4
9. Tengo confianza en mí mismo	1	2	3	4
10. Me preocupa perder	1	2	3	4
11. Siento tenso el estómago	1	2	3	4
12. Me siento seguro	1	2	3	4
13. Me preocupa bloquearme por la presión	1	2	3	4
14. Mi cuerpo está relajado	1	2	3	4
15. Confío en superar el reto	1	2	3	4
16. Me preocupa hacerlo mal	1	2	3	4
17. Mi corazón va muy deprisa	1	2	3	4
18. Confío en hacerlo bien	1	2	3	4
19. Me preocupa el poder alcanzar mi objetivo	1	2	3	4
20. Siento un nudo en el estómago	1	2	3	4
21. Mi mente está relajada	1	2	3	4
22. Me preocupa que mi actuación no satisfaga a otros	1	2	3	4
23. Mis manos están húmedas	1	2	3	4
24. Estoy confiado porque veo que voy a cumplir mi objetivo	1	2	3	4
25. Me preocupa que no pueda concentrarme	1	2	3	4
26. Mi cuerpo está rígido	1	2	3	4
27. Tengo confianza en superar la presión	1	2	3	4

TEST ANSIEDAD PRECOMPETITIVA CSAI-2R

Las declaraciones que se presentan a continuación describen sus posibles sentimientos antes de una competencia. Lea cada una de las afirmaciones y encierre en un círculo la que le parezca más apropiada para indicar cómo se siente ahora, en este momento. No hay respuestas correctas o incorrectas y trate de no dedicar tanto tiempo para responderlas.

	Nada	Un poco	Moderadamente	Mucho
1. Me siento nervioso.	1	2	3	4
2. Estoy preocupado de no rendir tan bien en esta competencia como podría hacerlo.	1	2	3	4
3. Confío en mí.	1	2	3	4
4. Siento mi cuerpo tenso.	1	2	3	4
5. Me preocupa perder.	1	2	3	4
6. Siento mi estómago tenso.	1	2	3	4
7. Estoy seguro de lograr mi objetivo.	1	2	3	4
8. Me preocupa llegar a bloquearme cuando estoy bajo presión.	1	2	3	4
9. Mi corazón está acelerado.	1	2	3	4
10. Estoy confiado en que tendré un buen desempeño.	1	2	3	4
11. Me preocupa tener un bajo rendimiento.	1	2	3	4
12. Siento un nudo en el estómago.	1	2	3	4
13. Estoy confiado porque me visualizo alcanzando mi objetivo.	1	2	3	4
14. Me preocupa que los demás se decepcionen de mi rendimiento.	1	2	3	4
15. Mis manos están sudando.	1	2	3	4
16. Estoy seguro de tener un buen rendimiento bajo presión.	1	2	3	4
17. Siento mi cuerpo apretado / rígido.	1	2	3	4

HOJA DE RESPUESTAS DE LA ANSIEDAD PRECOMPETITIVA EN

FUTBOLISTAS (CSAI-2R)

Escala Test Original
Ansiedad Cognitiva = 5 ítems
ítem 2 ítem 5 ítem 8 ítem 11 ítem 14
Autoconfianza = 5 ítems
ítem 3 ítem 7 ítem 10 ítem 13 ítem 16
Ansiedad Somática = 7 ítems
ítem 1 ítem 4 ítem 6 ítem 9 ítem 12 ítem 15 ítem 17

Puntuación Directa: _____ Puntuación Directa: _____ Puntuación Directa: _____

NADA DE ANSIEDAD= 17 -0%

POCA ANSIEDAD=34 -33%

ANSIEDAD MODERADA=51 - 66%

MUCHA ANSIEDAD=68 -100%

PUNTUACIÓN GLOBAL ESCALA = --- 68p



Consejo Nacional del Deporte Estudiantil A.C.

Escaia de Motivación en el Deporte (EMD)

© Blais, M.R., Brière, N.M., Pelletier, L.G. y Vallerand, R.J.

Adaptación en México: Jeanette M. López-Walle y Mtra. Eredina Villegas

N° _____

Nombre: _____ Fecha: _____
 Edad: _____ Sexo: _____ Escolaridad: _____
 Universidad: _____ Campus o Estado: _____
 Deporte: _____

Instrucciones:

A continuación se presentan 7 alternativas de respuesta de las cuales, debes elegir la que más se acerque a las razones por las que tú practicas el deporte que señalaste.

Nunca	Pocas Veces	Raras veces	Indeciso	Algunas veces	Muchas veces	Siempre
1	2	3	4	5	6	7

Por ejemplo:

¿Por qué las personas de provincia rechazan a los chilangos?

Porque los chilangos son presumidos 1 2 3 4 ~~5~~ 6 7

El ejemplo anterior significa que la razón por la cuál las personas de provincia rechazan a los chilangos es, porque los chilangos son presumidos *algunas veces*.

Y ahora de acuerdo al ejemplo anterior, contesta la siguiente pregunta.

EN GENERAL ¿POR QUÉ PRACTICAS ESE DEPORTE?

- | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. Por el placer de descubrir nuevas técnicas de entrenamiento. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2. Porque me permite ser bien visto(a) por la gente que conozco. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3. Porque es una de las mejores formas para conocer gente. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4. Tengo la impresión que es inútil continuar haciendo deporte. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5. Porque siento mucha satisfacción personal cuando domino ciertas técnicas de entrenamiento difíciles. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 6. Porque es estrictamente necesario hacer deporte si se quiere estar en forma. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 7. Porque disfruto los momentos divertidos que vivo cuando hago deporte. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8. Por el prestigio de ser un(a) atleta. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 9. Porque es uno de los mejores medios para desarrollar otros aspectos de mi persona. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 10. Por el placer que siento cuando mejoro algunos de mis puntos débiles. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |



Consejo Nacional del Deporte Estudiantil A.C.

Nunca	Pocas Veces	Raras veces	Indeciso	Algunas veces	Muchas veces	Niempre
1	2	3	4	5	6	7

11. Por el placer de profundizar mis conocimientos sobre diferentes métodos de entrenamiento.	1	2	3	4	5	6	7
12. Por el placer que siento cuando estoy verdaderamente involucrado(a) en la actividad.	1	2	3	4	5	6	7
13. Necesito hacer deporte para sentirme bien conmigo mismo(a).	1	2	3	4	5	6	7
14. Ignoro por qué hago deporte.	1	2	3	4	5	6	7
15. Entre más lo pienso, más deseo abandonar el medio deportivo.	1	2	3	4	5	6	7
16. Por la satisfacción que siento cuando perfecciono mis habilidades.	1	2	3	4	5	6	7
17. Porque para la gente que me rodea es bien visto estar en forma.	1	2	3	4	5	6	7
18. Porque para mí, es muy importante descubrir nuevos métodos de entrenamiento.	1	2	3	4	5	6	7
19. Porque es un buen medio para aprender cosas que pueden ser útiles en otras áreas.	1	2	3	4	5	6	7
20. Por las emociones intensas que siento al practicar el deporte que me gusta.	1	2	3	4	5	6	7
21. Lo ignoro, es más, no creo estar verdaderamente seguro(a) que el deporte sea lo mío.	1	2	3	4	5	6	7
22. Porque me sentiría mal si no le dedicara tiempo al deporte.	1	2	3	4	5	6	7
23. Por el placer que siento cuando ejecuto ciertos movimientos difíciles.	1	2	3	4	5	6	7
24. Para demostrar a otros hasta qué punto soy bueno(a) en mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
25. Por el placer que siento cuando aprendo técnicas de entrenamiento que jamás había intentado.	1	2	3	4	5	6	7
26. Porque es una de las mejores formas de mantener buenas relaciones con mis amigos(as).	1	2	3	4	5	6	7
27. Porque me gusta sentirme involucrado(a) en la actividad.	1	2	3	4	5	6	7
28. Porque para mí, es necesario que haga deporte regularmente.	1	2	3	4	5	6	7
29. Yo mismo me lo pregunto; no llego a alcanzar los objetivos que me he fijado.	1	2	3	4	5	6	7

HOJA DE RESPUESTAS DE LA ESCALA DE MOTIVACIÓN EN EL DEPORTE

DEL FUTBOL (EMD)

Factor	Nombre	Reactivo	Correlación
I	Motivación Extrínseca	2	.77661
		3	.68460
		8	.63565
		17	.68176
		24	.69867
		26	.67674
		Alfa:	.8234
II	Motivación Intrínseca al conocimiento	1	.72547
		11	.77036
		18	.79906
		25	.55788
		Alfa:	.8194
III	Motivación intrínseca-estética	6	.64167
		13	.74203
		22	.66236
		28	.67136
		Alfa:	.7091
IV	Motivación intrínseca-autosuperación	5	.64266
		10	.52139
		16	.63928
		23	.54459
		Alfa:	.7268
V	Motivación intrínseca al cumplimiento	7	.50561
		12	.61286
		20	.59071
		27	.63167
		Alfa:	.6421
VI	Amotivación	4	.60577
		14	.61207
		15	.69792
		21	.55693
		29	.51425
Alfa:	.5777		
VII	Motivación integral-deportiva	9	.75841
		19	.51921
		Alfa:	.5526

Puntajes crudos por percentiles según el factor.

	FI	FII	FIII	FIV	FV	FVI	FVII	
RP	PC	PC	PC	PC	PC	PC	PC	RP
99	42	28	28	28	28	35	14	99
95	39	28	28	28	28	35	14	95
75	32	25	25	27	27	35	13	75
50	26	22	22	24	25	33	12	50
25	19	19	19	22	23	32	11	25
10	13	14	15	18	20	28	9	10
5	10	11	12	17	18	27	7	5
1	6	5	6	12	14	21	3	1



ASOCIACION TARIJEÑA DE FUTBOL SECRETARIA GENERAL

PERSONERIA JURIDICA N° 112/2010

Tarija, 21 de mayo de 2019
Cite Of. No. 479/19

Royal Obrero

15 de Abril

Independiente

García Agreda

Atlético Ciclón

Universitario

Municipal

San José

Nacional La Pampa
San Cayetano

Petrolero

Avilés Industrial F.C.

Atlético Bermejo

San Luis

Chapaquito Feliz
Nacional Senac

Real Tarija

Real Tomayapo

Unión Tarija

Gobierno Municipal

Tennis Soccer
Athletic Club

Atlético Entre Rios

Juan Carlos Rios F.C.

Educación Técnica

Estudiantes Chiquiaca

Pedro Antonio Flores

Magisterio Futbol Club

Divisiones Inferiores

Liga Femenina

Ligas Provinciales

Ligas Especiales

Señores
CLUBES CATEGORIA PRIMERA "A"
Presente.

Ref.- SOLICITUD DE APLICACIÓN DE INSTRUMENTO CPRD-F.

De nuestra mayor consideración:

Por intermedio de la presente, tenemos el grato placer de dirigirnos ante ustedes, para hacerles llegar un cordial y fraternal saludo.

Mediante la presente se solicita, la aplicación y llenado del cuestionario "Características Psicológicas de Rendimiento Deportivo" (CPRD-F) a su plantel de jugadores. Mismo instrumento que está adaptado para jugadores de fútbol y el cual permite diagnosticar los factores psicológicos como: Autoconfianza, Actitud y Preparación Mental, Control del Estrés y Ansiedad, Concentración y Motivación, los cuales están directamente relacionados con el rendimiento deportivo del futbolista, siendo de gran importancia conocer mediante su diagnóstico, las áreas en el que un jugador tiene dificultades y poderlas mejorar sacando así su máximo potencial.

Sin otro particular motivo y seguros de contar con su amable colaboración, saludamos a ustedes con las consideraciones de respeto más distinguidas.

Atentamente,

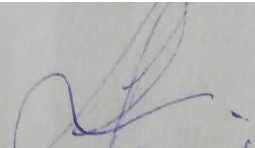


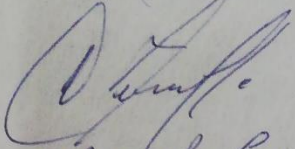
Ing. Javier Caba Olguin
STRIO. GENERAL

Sr. Freddy Cortez García
PRESIDENTE

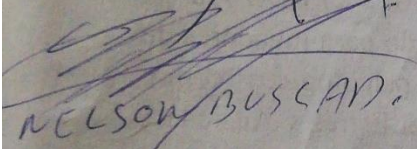
Cc/arch.

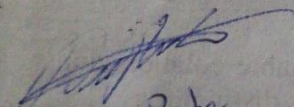
ACEPTACIÓN DE LOS DIRECTORES TECNICOS PARA LA APLICACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS CSAI-2R Y EMD

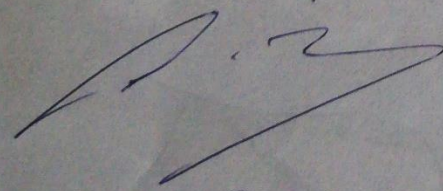

Robert Portel
Royal Obrenco

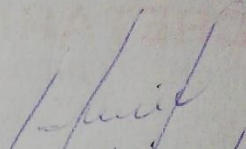

Ricardo Cervantes F
15 Abril

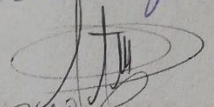
~~Club UNIVERSITARIO
Luis P. Blasquez~~

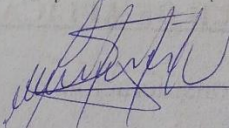

NELSON BUSCÁN
C. NACIONAL SENAC.


D.T. Marcos Pacheco
Real Tamayupo

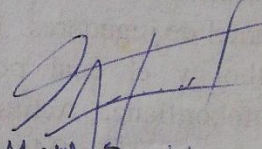

Daniel Juedy
DT. 24396279
ATLETICO BERNESO

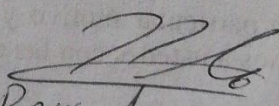

Hector Lipioche
DT. Escuela Agrada

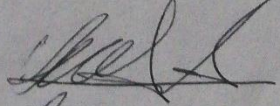

D.T. Maximiliano Pucob
Club Real Tamayo


D.T. Luis Danilo Vides
Club Gobierno Municipal

C


Fermín Zeller
MUNICIPAL
D.T.


RAUL MUSURUANO
D.T. AVILES INDUSTRIAL


Oscar Gorizui
D.T. PETROLERO

Aplicación de los instrumentos a los equipos de la 1° A de la ATF



Club Atletico Bermejo



Club Avilés Industrial



Club Atlético Ciclón



Club Petrolero del Chaco



Acompañado del presidente de la Asociación Tarijeña de Fútbol y el Representante del club Real Tomayapo



Club Unión Tarija



Club Nacional Senac



Club 15 De Abril



Premiación al campeón del torneo de la ATF (Club Real Tomayapo)



Director técnico del Club Real Tomayapo