



Universidad Católica de Santa María

**Facultad de Ciencias Sociales y Humanidades
Escuela Profesional de Psicología**

**Ejecución deportiva y ansiedad competitiva en futbolistas de la ciudad de
Puno**

Tesis presentada por:

Jimenez Cespedes, Billy Gabriel

ORCID: 0009-0001-1175-6175

para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología

Asesor (a):

Mg. Chavez Luque, Yuri Felix

ORCID: 0000-0003-1857-6094

Arequipa - Perú

2026

UCSM-ERP

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA
PSICOLOGIA

TITULACIÓN CON TESIS
DICTAMEN APROBACIÓN DE BORRADOR

Arequipa, 13 de Marzo del 2026

Dictamen: 013879-C-EPSIC-2026

Visto el borrador del expediente 013879, presentado por:

2019826151 - JIMENEZ CESPEDES BILLY GABRIEL

Titulado:

EJECUCIÓN DEPORTIVA Y ANSIEDAD COMPETITIVA EN FUTBOLISTAS DE LA CIUDAD DE PUNO

Nuestro dictamen es:

APROBADO

Título Profesional/Título de Segunda Especialidad/Grado Académico a optar:

LICENCIADO (A) EN PSICOLOGÍA

29457820 - MARTINEZ CARPIO HECTOR EMILIO
DICTAMINADOR



43075225 - GOMEZ CORNEJO BAZAN ROSALUZ YANET
DICTAMINADOR



43439922 - PERLACIOS CRUZ CARLOS EDUARDO
DICTAMINADOR



EJECUCIÓN DEPORTIVA Y ANSIEDAD COMPETITIVA EN FUTBOLISTAS DE LA CIUDAD DE PUNO

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Católica de Santa María Trabajo del estudiante	2%
2	hdl.handle.net Fuente de Internet	2%
3	repositorio.ucsm.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	repositorio.continental.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	revistas.udg.co.cu Fuente de Internet	1%
7	repositorioacademico.upc.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	www.copmadrid.org Fuente de Internet	<1%
9	repositorio.unal.edu.co Fuente de Internet	<1%
10	Submitted to Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas Trabajo del estudiante	<1%

Dedicatoria

Gracias a Dios y la Virgen por guiarme, protegerme y ayudarme en mi camino incluso en los momentos de duda.

A mis padres, por su amor infinito, sus sacrificios silenciosos y su fe en mí, que me enseñaron a creer en mis sueños, gracias por acompañarme y darme su apoyo incondicional. Gracias a mi padre por todas las enseñanzas y por mostrarme con su ejemplo la importancia de la perseverancia, la disciplina y la pasión por lo que uno ama, y a mi madre por escucharme, comprenderme y enseñarme, su ejemplo de lucha, resiliencia y esperanza han sido mi inspiración constante.

A mi hermana, que inicia su formación universitaria, por enseñarme con su entusiasmo y curiosidad que cada inicio es una oportunidad para crecer y superarse.

A mi pareja, por su cariño y por acompañarme en todo momento, por estar en cada caída y celebrar cada logro, dándome ánimos para seguir adelante.

Y a Gaia, por enseñarme con su alegría, ternura y lealtad que el amor verdadero no tiene palabras, solo gestos.

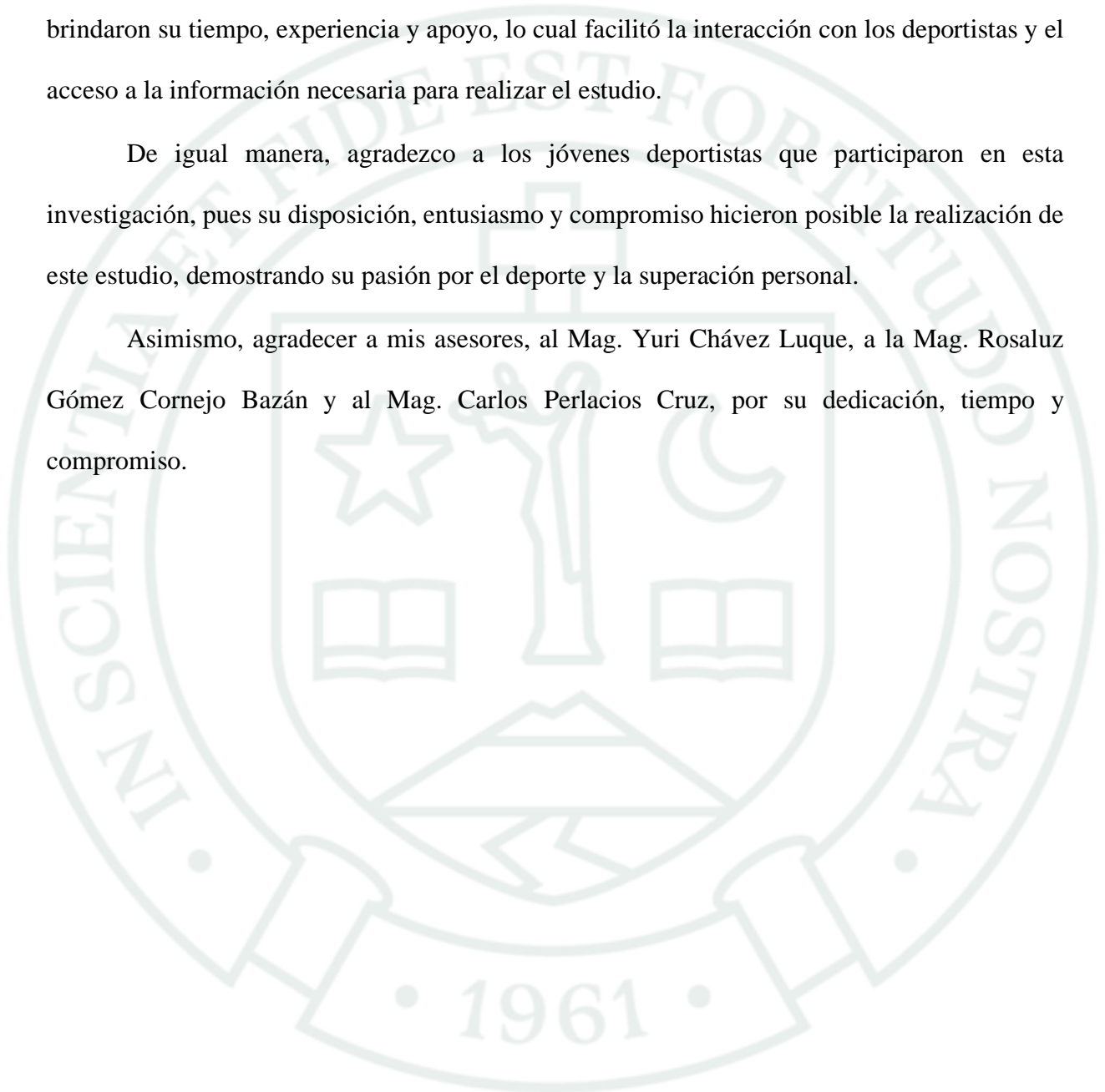
A todos ustedes dedico este logro, con todo mi corazón, como muestra de mi gratitud, amor y admiración eternos.

Agradecimientos

Dejo constancia de mi más sincero agradecimiento a todos quienes hicieron posible este trabajo de tesis. A los entrenadores y formadores de las academias de fútbol de la ciudad de Puno, al profesor Andres Segovia Cutipa y al profesor Jhon Venegas Carazas quienes me brindaron su tiempo, experiencia y apoyo, lo cual facilitó la interacción con los deportistas y el acceso a la información necesaria para realizar el estudio.

De igual manera, agradezco a los jóvenes deportistas que participaron en esta investigación, pues su disposición, entusiasmo y compromiso hicieron posible la realización de este estudio, demostrando su pasión por el deporte y la superación personal.

Asimismo, agradecer a mis asesores, al Mag. Yuri Chávez Luque, a la Mag. Rosaluz Gómez Cornejo Bazán y al Mag. Carlos Perlacios Cruz, por su dedicación, tiempo y compromiso.



RESUMEN

La investigación tiene como propósito determinar la correlación que existe entre la ejecución deportiva y la ansiedad competitiva en futbolistas de la ciudad de Puno. En una muestra conformada por 61 adolescentes que pertenecen a la categoría de Sub 14, Sub 15 y Sub 17 de academias de fútbol, cuyas edades se encuentran en el rango de 13 y 17 años ($M=14,98$; $De=1,15$). El diseño utilizado fue un correlacional simple. Así también, los instrumentos empleados para la medición de las variables fueron, el Inventario psicológico de ejecución deportiva (IPED) y la Escala de ansiedad competitiva (CSAI-2R). Se halló como resultado que no existe correlación entre ansiedad competitiva y ejecución deportiva ($p>.05$); no obstante, se encontró que existe relación significativa entre ansiedad competitiva y control de afrontamiento negativo ($p<.05$, $\rho=.445$), control atencional ($p<.05$, $\rho=.340$), control visuo imaginativo ($p<.05$, $\rho=-.380$) y nivel motivacional ($p<.05$, $\rho=-.389$). Se concluye, que en los adolescentes futbolistas no se encontró correlación entre la ansiedad experimentada previo a la competencia deportiva y la ejecución que pueda tener durante esta competencia.

Palabras claves: ejecución deportiva, ansiedad competitiva, futbolistas

ABSTRACT

The purpose of this research is to determine the correlation between sports performance and competitive anxiety in soccer players from the city of Puno. The sample consisted of 61 adolescents belonging to the U-14, U-15, and U-17 categories of soccer academies, whose ages ranged from 13 to 17 years ($M = 14.98$; $SD = 1.15$). The design used was a simple correlational.

The instruments used to measure the variables were the Psychological Inventory of Sports Performance (IPED) and the Competitive State Anxiety Inventory (CSAI-2R). The results showed that there was no significant correlation between competitive anxiety and sports performance ($p > .05$). However, a significant relationship was found between competitive anxiety and negative coping control ($p < .05$, $\rho = .445$), attentional control ($p < .05$, $\rho = .340$), visual–imagery control ($p < .05$, $\rho = -.380$), and motivational level ($p < .05$, $\rho = -.389$).

It is concluded that among adolescent soccer players, no correlation was found between the anxiety experienced prior to competition and the performance demonstrated during the sporting event.

Keywords: sports performance, competitive anxiety, soccer players

ÍNDICE

DEDICATORIA

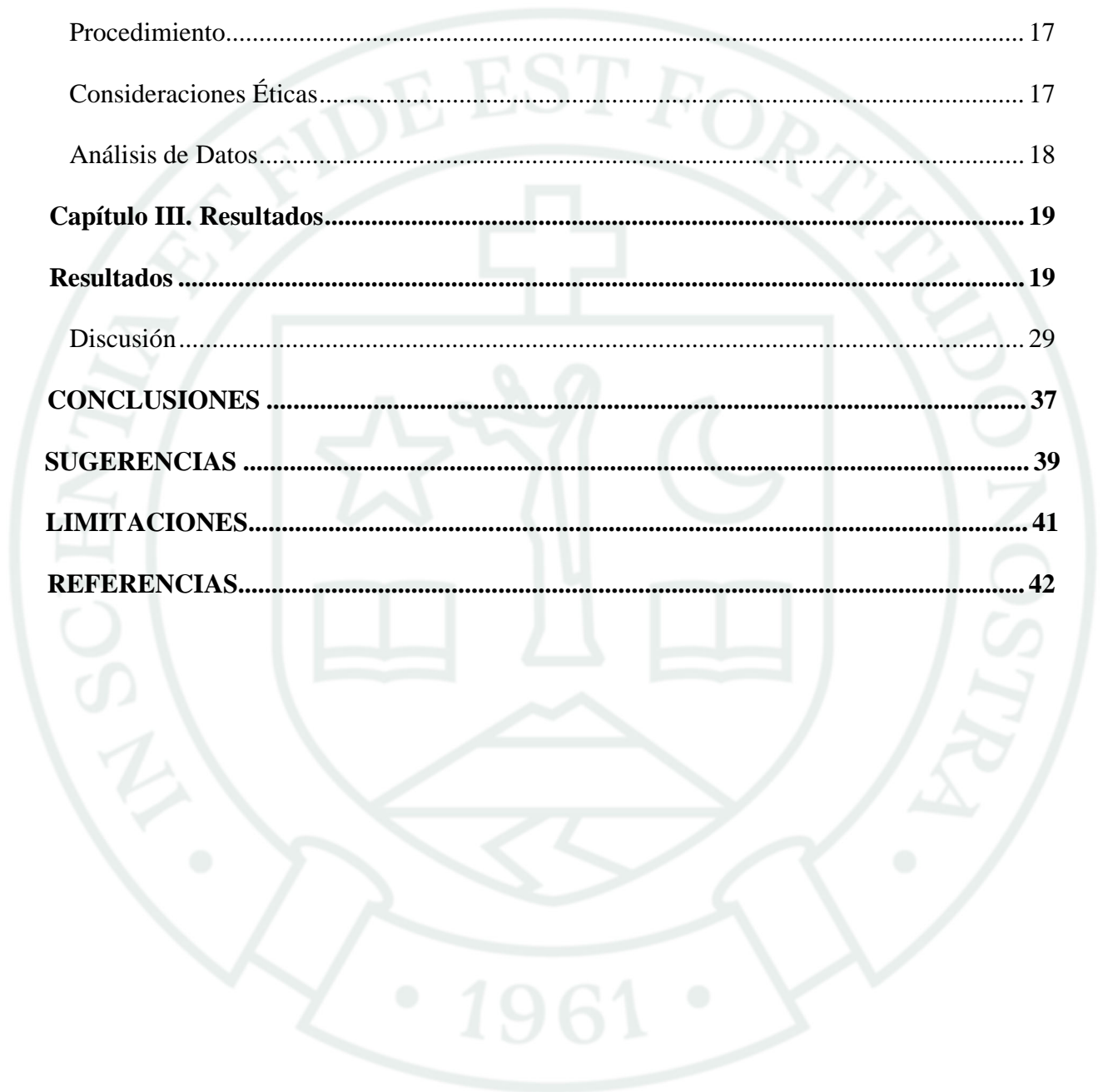
AGRADECIMIENTOS

RESUMEN

ABSTRACT

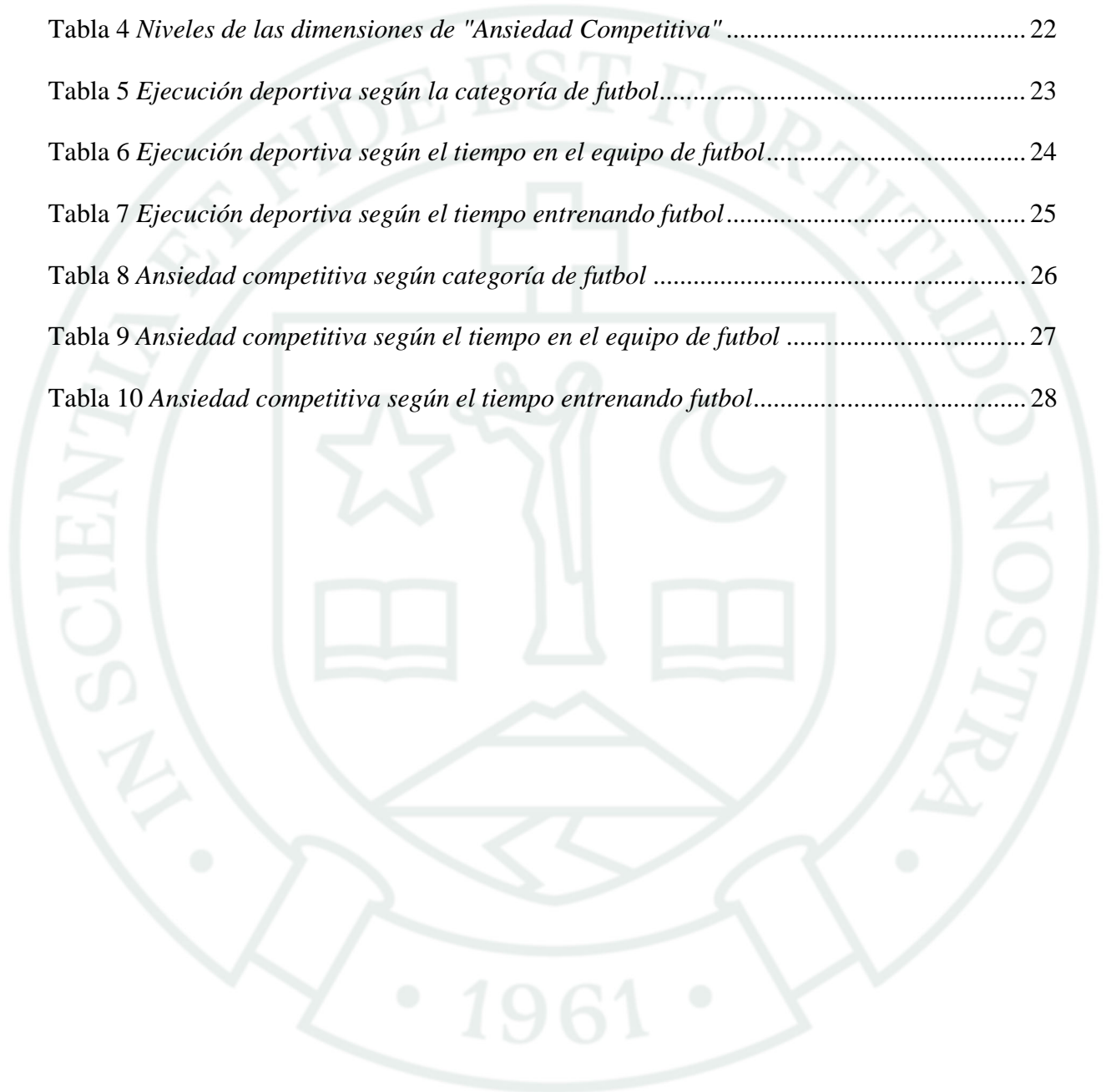
INTRODUCCIÓN.....	1
Capítulo I. Marco Teórico.....	5
Pregunta de Investigación	5
Variables y Definición Operacional.....	5
<i>Variable 1: Ejecución deportiva</i>	5
<i>Variable 2: Ansiedad competitiva</i>	5
Objetivos	6
<i>Objetivo General</i>	6
<i>Objetivos Específicos</i>	6
Antecedentes Teórico - Investigativo.....	6
<i>Ejecución Deportiva</i>	6
<i>Ansiedad Competitiva</i>	8
<i>Relación entre Ejecución Deportiva y Ansiedad Competitiva</i>	10
Hipótesis.....	11
Capítulo II. Método.....	12
Diseño de investigación	12
Instrumentos	12
<i>Ficha sociodemográfica</i>	12
<i>Inventario psicológico de ejecución deportiva (IPED)</i>	12
<i>Escala de ansiedad competitiva (CSAI-2R)</i>	13

Participantes	15
<i>Población</i>	15
<i>Muestra</i>	15
Criterios de inclusión:	15
Procedimiento.....	17
Consideraciones Éticas.....	17
Análisis de Datos.....	18
Capítulo III. Resultados	19
Resultados	19
Discusión.....	29
CONCLUSIONES	37
SUGERENCIAS	39
LIMITACIONES	41
REFERENCIAS	42



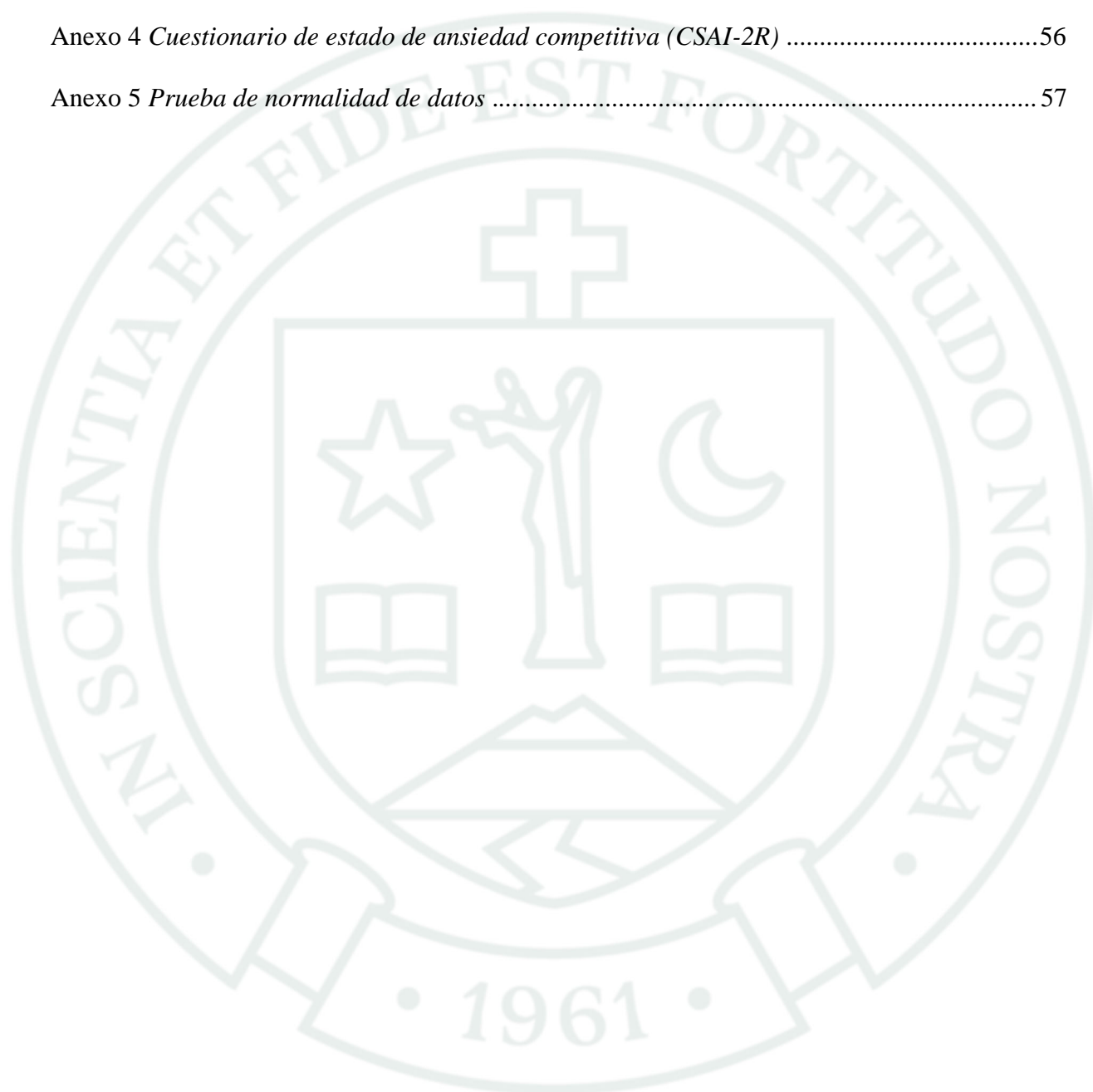
ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 <i>Características sociodemográficas</i>	16
Tabla 2 <i>Relación entre ejecución deportiva y ansiedad competitiva</i>	19
Tabla 3 <i>Niveles de las dimensiones de "Ejecución Deportiva"</i>	21
Tabla 4 <i>Niveles de las dimensiones de "Ansiedad Competitiva"</i>	22
Tabla 5 <i>Ejecución deportiva según la categoría de futbol</i>	23
Tabla 6 <i>Ejecución deportiva según el tiempo en el equipo de futbol</i>	24
Tabla 7 <i>Ejecución deportiva según el tiempo entrenando futbol</i>	25
Tabla 8 <i>Ansiedad competitiva según categoría de futbol</i>	26
Tabla 9 <i>Ansiedad competitiva según el tiempo en el equipo de futbol</i>	27
Tabla 10 <i>Ansiedad competitiva según el tiempo entrenando futbol</i>	28



ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1 <i>Consentimiento informado</i>	52
Anexo 2 <i>Asentimiento informado</i>	53
Anexo 3 <i>Inventario psicológico de ejecución deportiva (IPED)</i>	54
Anexo 4 <i>Cuestionario de estado de ansiedad competitiva (CSAI-2R)</i>	56
Anexo 5 <i>Prueba de normalidad de datos</i>	57



INTRODUCCIÓN

Tradicionalmente, la investigación deportiva tiene como propósito el estudio del desempeño deportivo vinculado a las capacidades físicas de los atletas; no obstante, esta perspectiva no es suficiente para comprender las fortalezas y deficiencias que presentan los futbolistas al momento de jugar un partido de fútbol, puesto que no ofrece información exacta al predecir el rendimiento que tendrán los jugadores, siendo necesario un abordaje interdisciplinario (Porozo et al., 2023).

En este contexto, la psicología del deporte aporta conocimiento sobre los comportamientos y elementos psicológicos que presentan los deportistas, ello orientado a comprender los efectos en su desempeño deportivo (Ursino et al, 2019).

En el año 2021 la Federación Internacional de Fútbol Asociación (FIFA) en asociación con la Organización Mundial de la Salud (OMS) difundió que de las 260 millones de personas que sufren de depresión en todo el mundo, se encuentran también los futbolistas; al respecto, un estudio realizado por la Federación Internacional de Futbolistas Profesionales (FIFPRO), indicó que el 13% de futbolistas profesionales sufre de depresión, lo cual influye directamente sobre su rendimiento durante los partidos (FIFA, 2024).

A nivel mundial, una de las instituciones futbolísticas más grandes del planeta, es Fútbol Club Barcelona (FCB), debido a su gran trayectoria, pues ha ganado 27 títulos de liga española, 32 copas de España, 3 trofeos de Mundial de Clubes de la FIFA y 5 trofeos de la Liga de campeones de la Unión de Asociaciones Europeas de Fútbol (UEFA); llegando a tener un total de 101 trofeos a lo largo de toda la historia del Club; declaró que como parte de este desempeño, resulta un pilar fundamental el apoyo psicológico con el que cuentan los jugadores de este club (Palmarés - Canal Oficial FC Barcelona, s. f.).

Es sabido que desde hace años el FCB cuenta con un grupo de profesionales y especialistas en psicología deportiva que trabajan directamente con los futbolistas y el cuerpo técnico, ayudándolos a gestionar su ansiedad para que puedan mejorar su rendimiento en el campo deportivo, además de manejar la presión tanto en las jornadas de entrenamiento, así como en los encuentros oficiales (FC Barcelona Noticias, 2024).

En el Perú, la situación del fútbol no es la mejor, ya que a lo largo de la historia solo participó en 5 ediciones de las 22 Copas Mundiales de Fútbol que se jugaron hasta el momento, habiendo sido su última participación en la Copa Mundial de Rusia en 2018, actualmente la escuadra peruana de fútbol ocupa la posición 42 del ranking FIFA, y la novena posición en el proceso eliminatorio sudamericano para la clasificación a la Copa Mundial de 2026 (Comercio, s. f.).

En esta situación, el Instituto Peruano del Deporte (IPD), manifiesta preocupación por la salud mental del futbolista, y su influencia, tanto en el desempeño deportivo como en la vida privada. Debido a que, es conocido que los futbolistas tanto profesionales como en formación están sometidos a estrés, ansiedad y presión considerables debido a las exigencias del deporte, como el hecho de tener que competir por un lugar en el equipo titular, una vez ganada esta posición, deben defenderla de los compañeros que desean ocupar esta posición, para lo cual deben tener buen desempeño en cada uno de los encuentros deportivos (Apitzsch, 1994).

En este escenario, resulta necesario comprender la capacidad que tienen los futbolistas peruanos para equilibrar las exigencias del deporte con las exigencias personales, familiares y sociales; esta capacidad, que surge de la dinámica de las competencias psicológicas con el desempeño deportivo, es conocida como ejecución deportiva (Cortez-Saldarriaga et al., 2022).

El estudio de la ejecución deportiva permite conocer los factores psicológicos asociados al rendimiento deportivo, su estudio ha experimentado un aumento en los últimos años, debido a que los deportistas con adecuadas habilidades psicológicas se caracterizan por estar altamente

motivados, confiar en sus habilidades, regular sus estados emocionales y con ello estar focalizados en obtener un desempeño óptimo (Raimundi et al., 2016).

Conocer la ejecución deportiva en futbolistas resulta de utilidad, teniendo en cuenta que se encuentran expuestos a diferentes presiones, como el hecho de que un bajo rendimiento puede ocasionar dejar de ocupar la posición de titular en el siguiente partido; la preocupación constante por posibles lesiones, o el poder afrontar de manera positiva las expectativas que tienen el entrenador, los compañeros de equipo, y los hinchas del fútbol (Apitzsch, 1994).

Al estar expuestos constantemente a situaciones que generan tensión, los futbolistas pueden presentar niveles elevados de ansiedad antes de la competencia, lo cual tiene un impacto importante en su rendimiento deportivo, como también en la confianza que tienen sobre sus habilidades deportivas (Orozco-Remache y Aldas-Arcos, 2023).

Al respecto, en el Perú, se desarrolló un estudio sobre la ansiedad en contextos competitivos y su asociación con el desempeño deportivo en futbolistas profesionales, concluyendo que la ansiedad conlleva un efecto relevante en el rendimiento atlético, de tal forma que los futbolistas con mayor ansiedad previa al encuentro deportivo tuvieron un mal desempeño (Castillo y Namuche, 2021).

Con base en lo expuesto, se considera necesario analizar el vínculo de la ejecución deportiva y la ansiedad precompetitiva en futbolistas de la ciudad de Puno.

El estudio fue efectuado en la ciudad de Puno, debido a que aquellos que practican fútbol en esta ciudad presentan diferentes problemáticas y deficiencias asociadas a su contexto, puesto que la población puneña tiende a convertir los encuentros deportivos en un ambiente agresivo y de mucha fricción, ejemplificada en la siguiente frase “pasa el balón o pasa el jugador, pero no los dos”, lo cual incentiva jugadas poco deportivas, como, el hecho de que es preferible que se realice una falta a dejar que el equipo contrario controle el balón (Cauna, 2017).

En este sentido, resulta relevante realizar esta investigación, debido a que se obtendrá evidencia empírica sobre el vínculo de la ejecución deportiva y ansiedad en futbolistas adolescentes puneños; con base a lo cual, se podrán plantear estrategias, desde una perspectiva de la psicología del deporte, que no sólo mejoren su rendimiento deportivo, sino también su salud mental.

Así también, este estudio es de relevancia para la comunidad académica, debido a la contribución que ofrece ante el escaso conocimiento que existe sobre el vínculo de la ejecución deportiva y la ansiedad competitiva en futbolistas peruanos.

Finalmente, esta investigación es de importancia para los especialistas en ciencias psicológicas del deporte y entrenadores, puesto que, al realizar este estudio en una muestra conformada por futbolistas peruanos de la región sur, se obtuvo información en una población que presenta muchos problemas, empezando porque en el país se le da más importancia a los futbolistas de la ciudad capital, Lima, en comparación a los de otras partes del Perú; haciendo que los futbolistas provenientes de provincias tengan que esforzarse mucho más para poder llegar a un club profesional, situación que muchas veces genera frustración en los futbolistas, la cual repercute en su rendimiento. Aunado al hecho de que, en el Perú, pocos son los clubes o academias de fútbol que cuentan con un psicólogo deportivo, que vele por la salud mental de los deportistas (Grimaldi, 2025).

Capítulo I. Marco Teórico

Pregunta de Investigación

¿Existe relación entre la ejecución deportiva y la ansiedad competitiva en futbolistas de la ciudad de Puno?

Variables y Definición Operacional

Variable 1: Ejecución deportiva

La ejecución deportiva es un constructo que permite comprender la interacción que existe entre el rendimiento deportivo y los recursos mentales o también conocidos como habilidades psicológicas del deportista (Cortez et al., 2022). En este sentido, la ejecución deportiva viene siendo todas aquellas conductas observables que realiza un deportista durante la práctica o competencia, las cuales pueden ser modificadas por diversos aspectos (corporales, técnicos, tácticos y psicológicos) (Ursino et al., 2018).

La variable será medida mediante el instrumento denominado Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED) el cual consta de 42 ítems distribuidos en siete dimensiones, las cuales son: Autoconfianza, Control de afrontamiento negativo, Control atencional, Control visuo imaginativo, Nivel motivacional, Control de afrontamiento positivo y Control actitudinal. (Cortez et al., 2022).

Variable 2: Ansiedad competitiva

La ansiedad competitiva es una reacción afectiva que se evidencia en los atletas cuando las situaciones de competencia son percibidas como amenazantes, por lo que pueden generar ansiedad, la cual se manifiesta mediante la presencia de síntomas como tensión, nerviosismo, preocupación y miedo a fracasar (Milanés-Torres, 2015).

La variable será estimada mediante la aplicación de la Escala de Ansiedad Competitiva (CSAI-2R) la cual consta de 17 ítems que conforman tres dimensiones: Ansiedad somática, Ansiedad cognitiva y Autoconfianza (Orbegoso, 2022).

Objetivos

Objetivo General

Determinar la correlación que existe entre la ejecución deportiva y la ansiedad competitiva en futbolistas de la ciudad de Puno.

Objetivos Específicos

Describir el nivel de ejecución deportiva que presentan los futbolistas de la ciudad de Puno.

Describir el nivel de ansiedad competitiva que presentan los futbolistas de la ciudad de Puno.

Analizar el nivel de ejecución deportiva según la categoría, tiempo en el equipo de fútbol y tiempo entrenando fútbol.

Analizar el nivel de ansiedad competitiva según la categoría, tiempo en el equipo de fútbol y tiempo entrenando fútbol.

Antecedentes Teórico - Investigativo

Ejecución Deportiva

Conceptualización de la Ejecución Deportiva. La ejecución deportiva es la manifestación observable de las aptitudes corporales, técnicas, estratégicas y psicológicas que un deportista aplica en contextos reales de entrenamiento o competencia. Representa un proceso complejo en el que convergen elementos cognitivos, emocionales y contextuales que determinan la eficacia del desempeño (Bermejo, 2013; Ursino et al., 2018). Por ello, no se

limita al producto final obtenido, sino que implica la calidad del proceso y la capacidad del atleta para adaptarse a las demandas situacionales.

Componentes Psicológicos de la Ejecución Deportiva. Los factores psicológicos desempeñan un papel central en la ejecución. Cortez-Saldarriaga et al. (2022; 2023) destacan habilidades como la autoeficacia, la atención y gestión de la ansiedad.

- Autoeficacia: percepción de capacidad para ejecutar tareas exitosamente.
- Atención: habilidad para concentrarse en estímulos relevantes.
- Control de la ansiedad: regulación emocional ante situaciones de presión.

Estas habilidades se relacionan positivamente con la fortaleza mental y el desempeño competitivo.

Modelos Teóricos Asociados a la Ejecución Deportiva. Distintos enfoques han intentado comprender el proceso de ejecución. Entre los más relevantes destacan:

- Modelo del Perfil Psicológico del Rendimiento (Cortez-Saldarriaga et al., 2022): postula que la autoconfianza, concentración, motivación y control emocional son determinantes del rendimiento.
- Teoría de los Sistemas Dinámicos (Kelso, 1995; Thelen & Smith, 1994): señala que la ejecución deportiva es un proceso emergente producto de la interacción entre organismo, entorno y tarea.
- Enfoques clásicos de técnica deportiva (Carr, 1997; Riera, 1995): proponen que la ejecución está guiada por la racionalidad del movimiento y la eficiencia del gesto técnico.

Factores que Influyen en la Ejecución Deportiva

La ejecución deportiva está determinada por factores:

- Técnicos (precisión del gesto deportivo)
- Tácticos (toma de decisiones)

- Físicos (fuerza, velocidad, potencia)
- Psicológicos (motivación, autoconfianza, control emocional)
- Sociológicos (interacción del entorno deportivo)
- Nutricionales (estado fisiológico óptimo)

Estos factores se integran para producir un rendimiento eficaz (Ursino et al., 2018).

Ejecución Deportiva en Fútbol. En el fútbol, la ejecución comprende la aplicación efectiva de habilidades como el pase, la conducción, el remate o la anticipación (Castellano et al., 2011). Cada posición del campo implica demandas específicas de ejecución (Carling et al., 2005). Los estudios en futbolistas jóvenes y profesionales demuestran que la estabilidad técnica bajo presión es un predictor fundamental del rendimiento (Miranda et al., 2015; Salazar, 2013).

Evidencia Empírica sobre Ejecución Deportiva. En Perú, investigaciones como las de Villalva (2023) y Castillo y Namuche (2021) evidencian que altos niveles de ansiedad se asocian a menores niveles de ejecución en competencia, incluso cuando el desempeño en entrenamiento es alto. En poblaciones deportivas formativas, también se confirma la importancia del control emocional y la motivación en la eficacia de la ejecución.

Ansiedad Competitiva

Conceptualización de la Ansiedad Competitiva. Hace referencia a una reacción afectiva que surge cuando el deportista percibe la competencia como amenazante. Incluye componentes cognitivos, somáticos y conductuales que influyen en el desempeño (Martens et al., 1990).

- Ansiedad cognitiva: pensamientos negativos o preocupaciones.
- Ansiedad somática: activación fisiológica (sudoración, taquicardia).
- Autoconfianza: factor protector que modula la ansiedad.

Modelos Teóricos de la Ansiedad Competitiva. La literatura presenta varios modelos explicativos:

- a) Teoría Multidimensional (Martens et al., 1990)
- b) Plantea que la ansiedad se integra por ansiedad cognitiva, ansiedad corporal y confianza personal.
- c) Teoría de la Catástrofe (Hardy, 1990)
- d) Sugiere que la interrelación de la ansiedad cognitiva con la activación puede provocar un deterioro brusco en el rendimiento.
- e) Modelo IZOF (Hanin, 2000)
- f) Cada deportista tiene un rango individual de ansiedad óptima para rendir adecuadamente.
- g) Modelo de Facilitación/Debilitación (Jones, 1995)

Propone que la interpretación de la ansiedad (como útil o perjudicial) determina su efecto sobre el rendimiento.

Elementos que inciden en la Ansiedad Competitiva.

- Los niveles de ansiedad se ven afectados por:
- Importancia del evento
- Nivel del rival
- Clima motivacional del entrenador
- Experiencia previa
- Tipo de deporte (individual vs. colectivo)

La ansiedad suele aumentar conforme se acerca la competencia, alcanzando su punto máximo antes del inicio (Craft et al., 2003).

Consecuencias de la Ansiedad en el Rendimiento. La ansiedad puede alterar la atención, la toma de decisiones y la precisión técnica (Martens, 2004). Estudios internacionales

evidencian que la ansiedad cognitiva se vincula de manera inversa con la autoeficacia y el rendimiento (Segura et al., 2018), mientras que la autoconfianza actúa como amortiguador.

Evidencia Empírica sobre Ansiedad Competitiva. Investigaciones peruanas como las de Morales-Rodríguez y Giraldo-Ramírez (2023) y Terán (2023) confirman niveles elevados de ansiedad en futbolistas jóvenes, los cuales afectan su rendimiento técnico y táctico. Estos hallazgos son coherentes con estudios internacionales que resaltan el impacto de la ansiedad en deportes como el tenis, natación o atletismo (Jaramillo et al., 2020; Weinberg & Gould, 2019).

Relación entre Ejecución Deportiva y Ansiedad Competitiva

Interacción entre Ambas Variables. La conexión de la ansiedad competitiva y ejecución deportiva ha sido ampliamente estudiada dado su impacto directo en el rendimiento. Niveles altos de ansiedad pueden afectar la precisión, los procesos cognitivos y la estabilidad técnica del deportista (Hardy et al., 1996).

Impacto en el Fútbol.

- En deportes como el fútbol, donde las decisiones se ejecutan en fracciones mínimas de tiempo, la ansiedad puede generar:
- Percepción exagerada de amenazas
- Errores en la toma de decisiones
- Pérdida de concentración
- Movimientos tensos o poco eficientes
- Esto afecta la calidad del pase, remate, anticipación y marcaje.

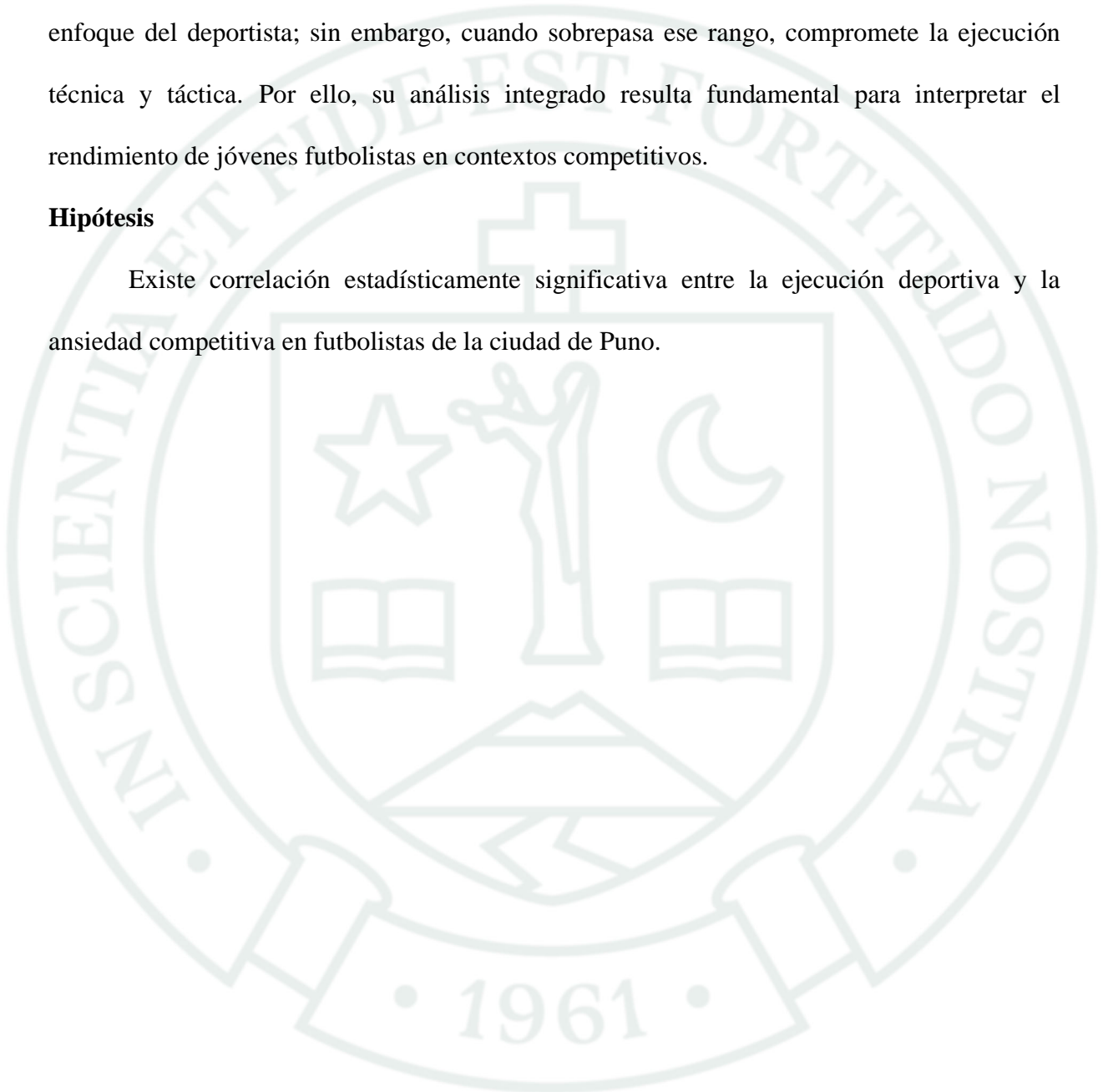
Evidencia Empírica Integrada. Investigaciones nacionales como las de Morales-Rodríguez y Giraldo-Ramírez (2023) confirman que futbolistas con alta ansiedad y baja autoconfianza presentan menor rendimiento. A nivel internacional, estudios como el de

Jaramillo et al. (2020) demuestran que, al reducirse la ansiedad cognitiva, mejora la autoeficacia y el rendimiento.

Síntesis Crítica. La literatura coincide en que la ansiedad puede ser tanto facilitadora como perjudicial. Cuando se mantiene en niveles óptimos, puede incrementar la motivación y enfoque del deportista; sin embargo, cuando sobrepasa ese rango, compromete la ejecución técnica y táctica. Por ello, su análisis integrado resulta fundamental para interpretar el rendimiento de jóvenes futbolistas en contextos competitivos.

Hipótesis

Existe correlación estadísticamente significativa entre la ejecución deportiva y la ansiedad competitiva en futbolistas de la ciudad de Puno.



Capítulo II. Método

Diseño de investigación

Este estudio es de tipo empírico, de estrategia asociativa debido a que se recolectaron datos con el propósito de explorar la relación que existe entre ejecución deportiva y ansiedad competitiva. Del mismo modo, se trata de un estudio predictivo, transversal y de diseño correlacional, dado que la finalidad del estudio es determinar el vínculo entre las variables, sin ejercer control alguno, en un único punto en el tiempo (Ato et al., 2013).

Instrumentos

Como técnica para la recolección de la data, se empleó la aplicación de cuestionarios, debido a que se aplicaron instrumentos los cuales a través de preguntas permitieron medir los elementos de análisis (Hernández et al., 2014).

Ficha sociodemográfica.

Esta ficha fue creada por el investigador con el propósito de recolectar datos sociodemográficos de los sujetos que conformaron la muestra de estudio, como son: edad, categoría, tiempo en el equipo de fútbol y tiempo entrenando fútbol. Está compuesta por preguntas de tipo abierta y cerrada (con alternativas).

Inventario psicológico de ejecución deportiva (IPED)

Este inventario se utilizó para medir la variable de ejecución deportiva. Fue formulado por Hernández-Mendo en 2006, y adaptado para su aplicación en Perú por Cortez et al. (2022). Este instrumento tiene como objetivo medir los factores psicológicos que pueden llegar a influir en el rendimiento deportivo. Está compuesto por 42 ítems, los cuales serán medidos a través de una escala de tipo Likert. Así también consta de 7 dimensiones, siendo estas: Autoconfianza (ítems 1, 8, 15, 22, 29, 36), Control de Afrontamiento Negativo (ítems 2, 9, 16, 23, 30, 37), Control Atencional (ítems 3, 10, 17, 24, 31, 38), Control Visuo – Imaginativo (ítems 4, 11, 18,

25, 32, 39), Nivel Motivacional (ítems 5, 12, 19, 26, 33, 40), Control de Afrontamiento Positivo (ítems 6, 13, 20, 27, 34, 41) y Control Actitudinal (ítems 7, 14, 21, 28, 35, 42).

Su aplicación puede realizarse de forma tanto individual como colectiva, en un tiempo de 15 a 20 minutos.

Para su calificación se sumaron los puntajes obtenidos en cada uno de los ítems, teniendo en cuenta que, para la alternativa de respuesta Casi nunca se asignará 1 punto, Rara vez 2 puntos, Algunas veces 3 puntos, A menudo 4 puntos y Casi siempre 5 puntos.

Para su interpretación, se tuvo en cuenta que un mayor puntaje indica mayor presencia de la dimensión a evaluar.

Validez. Se realizó un Análisis Factorial Confirmatorio (AFC), en el cual se obtuvo un adecuado ajuste de los ítems en función al modelo original, CFI = .955, TLI = .952, SRMR = .095. Para determinar la validez del instrumento, se realizó un análisis de validez convergente, en el cual se correlacionaron las siete dimensiones que conforman el IPED con los puntajes de la Escala de fortaleza mental, hallando relaciones estadísticamente significativas de dirección positiva; de esto se infiere que el instrumento es válido para su aplicación (Cortez -Saldarriaga et al., 2022).

Confiabilidad. Para la confiabilidad del inventario, se aplicó el coeficiente de omega, obteniendo, para la dimensión de autoconfianza ($\omega=.82$), control atencional ($\omega= .75$), nivel motivacional ($\omega= .76$), control visuo-imaginativo ($\omega= .83$), control de afrontamiento negativo ($\omega=.82$), control de afrontamiento positivo ($\omega= .77$) y control actitudinal ($\omega= .84$); de esto se concluye que el instrumento es fiable para su aplicación (Cortez-Saldarriaga et al., 2022).

Escala de ansiedad competitiva (CSAI-2R)

Este inventario se utilizó para medir la variable de ansiedad competitiva. Fue creado por Cox et al., (2003) y adaptado para su aplicación en Perú por Orbegoso (2022). Este instrumento tiene como objetivo evaluar las sensaciones negativas que el deportista tiene sobre

su rendimiento y las consecuencias de este, para lo cual se crearon 17 ítems; los cuales serán medidos a través de una escala de tipo ordinal, estilo Likert con cuatro alternativas de respuesta. Así también consta de 3 dimensiones, siendo estas: ansiedad cognitiva, ansiedad somática y autoconfianza. Su aplicación puede realizarse de forma tanto individual como colectiva, en un tiempo de 5 a 10 minutos.

Para su calificación se sumaron las puntuaciones registradas en cada ítem, de tal forma que, para la alternativa de respuesta de Nada se asignará 1 punto, Algo 2 puntos, Mucho 3 puntos y Bastante 4 puntos. Según los ítems que conforman cada dimensión, siendo que Ansiedad cognitiva está conformada por los ítems 2, 5, 8, 11, 14; Ansiedad somática por los ítems 1, 4, 6, 9, 12, 15, 17 y Autoconfianza por los ítems 3, 7, 10, 13, 16.

Para su interpretación, se tuvo en cuenta que, una puntuación baja es indicativo de que el futbolista tiene baja ansiedad, por el contrario, un puntaje alto refleja ansiedad elevada (Andrade et al., 2007).

Validez. El cuestionario fue sometido a un análisis de validez de contenido, para lo cual el instrumento fue evaluado por cinco expertos, quienes calificaron la claridad, pertinencia y relevancia de cada uno de los ítems; encontrando un puntaje de V de Aiken de 1.00 para todos los ítems en todos los criterios valorados. De igual forma el instrumento posee validez de constructo donde se confirma mediante AFC la estructura interna de la escala compuesta por 17 ítems que conforman tres factores, obteniendo adecuados índices de ajuste $\chi^2/df=1.81$, SRMR=.057, RMSEA=.052, CFI=.939, TLI=.928 y PCFI=.801 (Orbegoso, 2022).

Confiabilidad. Para la obtención de la confiabilidad del instrumento, se aplicó el coeficiente de consistencia interna de omega de McDonald, hallando para todo el instrumento un valor de $\omega = .86$. Así también, se realizó en análisis por dimensiones, encontrando para

Autoconfianza ($\omega = .81$), Ansiedad Somática ($\omega = .82$) y en Ansiedad Cognitiva ($\omega = .75$) (Orbegoso, 2022).

Participantes

Población

La población está compuesta por 61 adolescentes que pertenecen a la categoría de Sub 14, Sub 15 y Sub 17 de las siguientes academias de Fútbol de la ciudad de Puno, Academia ADN y Academia Puno.

Muestra

La muestra está conformada por todos los sujetos que son parte de la población, adolescentes que integran la población; por ello, se aplicó una técnica de muestreo no probabilístico de tipo censal, debido a que la intención del investigador fue aplicar los instrumentos de recolección de datos a todos los integrantes de las academias de fútbol mencionadas, y que, a su vez, cumplieron con los siguientes criterios de inclusión.

Criterios de inclusión:

- Tener el consentimiento de los padres o tutor para participar de la investigación
- Dar su asentimiento para participar de la investigación
- Pertenecer a la categoría de Sub 14, Sub 15 y Sub 17 de fútbol
- Completar los instrumentos de recolección de datos de forma adecuada

Tabla 1*Características sociodemográficas*

Característica	Frecuencia	Porcentaje
Categoría de Fútbol		
Sub 14	15	24.6
Sub 15	28	45.9
Sub 17	18	29.5
Total	61	100
Tiempo entrenando en el equipo de fútbol		
Un mes	4	6.6
De uno a tres meses	8	13.1
De tres a seis meses	8	13.1
De seis meses a un año	4	6.6
Más de un año	37	60.7
Total	61	100
Tiempo entrenando fútbol		
Un mes	2	3.3
De uno a tres meses	1	1.6
De tres a seis meses	1	1.6
De seis meses a un año	5	8.2
Más de un año	52	85.2
Total	61	100

Nota. Elaboración propia.

La muestra está compuesta por 61 (100%) adolescentes que practican fútbol en academias de Puno, de los cuales 45.9% pertenecen a la categoría Sub 15, el 29.5% a la categoría Sub 17 y el 24.6% a la categoría Sub 14. Así mismo, se aprecia que el 60.7% de los adolescentes se encuentran en su equipo actual desde hace más de un año, el 13.1% pertenecen a su equipo de uno a tres meses y así mismo, el 13.1% están en el equipo de tres a seis meses.

Por otra parte, se observa que el 85.2% de los futbolistas llevan entrenando fútbol por más de un año, el 8.2% por un periodo de seis meses a un año, mientras que el 3.3% solo lleva entrenando fútbol un mes.

Procedimiento

Para la ejecución de este estudio, se solicitó la aprobación de este por parte de los dictaminados asignados por la escuela profesional de psicología de la Universidad Católica Santa María; con ello, se continuó con la solicitud de la autorización y permisos correspondientes a los responsables de las academias de fútbol de la ciudad de Puno, así también, se coordinaron los días y horarios en los que se podrían realizar la aplicación de los instrumentos de investigación; como la estrategia a adoptar para informar sobre el estudio a los padres o apoderados de los participantes, con el propósito de que autoricen la participación de los hijos en la investigación.

Posteriormente, a aquellos que tuvieron el consentimiento de sus padres para participar de la investigación, se les proporcionó el asentimiento informado, donde se explicó el propósito del estudio y las consideraciones éticas que se siguieron para el resguardo de la información recolectada, según el Colegio de Psicólogos del Perú (2024) en el artículo 44 del código de ética del colegio de psicólogos. Así también, el investigador brindó las indicaciones necesarias para el correcto llenado de los instrumentos de investigación, como son ficha sociodemográfica, Inventario psicológico de ejecución deportiva y Cuestionario de ansiedad competitiva.

Finalmente se realizó el recojo de los instrumentos, revisando de que estén correctamente completados; para luego, organizarlos y asignarles un código numérico que permitió su identificación durante la tabulación de los datos en Excel.

Consideraciones Éticas

El trabajo de investigación fue presentado ante el comité de ética institucional de investigación de la Universidad Católica de Santa María para su aprobación, con ello se continuó con los procedimientos correspondientes a la aplicación de los instrumentos.

De igual forma, en este estudio se resguardó la identidad de los sujetos que formaron parte de la muestra, por lo que no se les solicitó información que permita identificarlos. Así mismo, se respetó el derecho de libertad que tienen los sujetos para decidir sin coacción participar del estudio, esto se garantizó mediante la entrega del consentimiento y asentimiento informado, a fin de que los sujetos puedan decidir libremente y con conocimiento participar del estudio, en concordancia con el artículo 49 del Código de Ética del Colegio de Psicólogos (Colegio de Psicólogos del Perú, 2024).

Finalmente, la data recabada se utilizó exclusivamente para los propósitos del estudio; los cuales incluyen, la difusión de los mismos en el repositorio de tesis de la universidad y la difusión a los directores de las academias participantes, acorde a lo indicado en el artículo 55 del código de ética del colegio de psicólogos (Colegio de Psicólogos del Perú, 2024), sobre la responsabilidad científica y presentación de resultados.

Análisis de Datos

Una vez recopilados los datos, se realizó la limpieza y depuración de estos en el archivo Excel, según criterios de inclusión. Luego, se exportó la base de datos al SPSS versión 26 para el análisis descriptivo de los datos sociodemográficos, niveles de las variables de estudio.

Para el análisis inferencial, se aplicó la prueba de normalidad, Kolmogorov Smirnov, donde se encontró que los datos recolectados presentaban una distribución no normal, por lo que, para determinar la relación entre ansiedad competitiva y ejecución deportiva se empleó la prueba no paramétrica, coeficiente de correlación Rho de Spearman.

Capítulo III. Resultados

Resultados

Tabla 2

Relación entre ejecución deportiva y ansiedad competitiva

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1 Ejecución deportiva	--											
2 Autoconfianza	,708**	--										
3 Control de Afrontamiento Negativo	,303*	,296*	--									
4 Control Atencional	,266*	-0,007	,516**	--								
5 Control Visuo Imaginativo	,677**	,399**	-,270*	-0,130	--							
6 Nivel Motivacional	,697**	,471**	-0,069	-0,136	,597**	--						
7 Control de Afrontamiento Positivo	,786**	,520**	-0,059	0,030	,652**	,533**	--					
8 Control Actitudinal	,765**	,514**	-0,064	-0,061	,578**	,580**	,764**	--				
9 Ansiedad competitiva	-,071	-0,078	,445**	,340**	-,380**	-,389**	-0,201	-0,100	--			
10 Ansiedad cognitiva	,119	0,111	,474**	,366**	-,266*	-0,140	-0,024	-0,034	,760**	--		
11 Ansiedad somática	-,335**	-,339**	,390**	,319*	-,574**	-,604**	-,398**	-,322*	,799**	,450**	--	
12 Autoconfianza	,313*	,292*	-0,207	-0,147	,366**	,310*	,314*	,397**	0,158	-0,013	-,258*	--

Nota. Elaboración propia.

** Se observa significancia en la correlación al nivel 0.01. * Se observa significancia en la correlación al nivel 0.05.

Para el análisis de la correlación se empleó la prueba Rho de Spearman. En la tabla se observa que no existe correlación significativa entre ejecución deportiva y ansiedad competitiva ($p = .587$). Al correlacionar las dimensiones de ambas variables, se encontró que existe correlación significativa positiva baja entre ejecución deportiva y las dimensiones de ansiedad somática ($p < .01$, $\rho = .335$) y autoconfianza ($p < .05$, $\rho = .313$). De igual forma, se halló que existe correlación significativa positiva moderada entre ansiedad competitiva y las dimensiones de control de afrontamiento negativo ($p < .01$, $\rho = .445$) y control atencional ($p < .01$, $\rho = .340$); y correlación significativa negativa baja con las dimensiones de control visuo imaginativo ($p < .01$, $\rho = -.380$) y nivel motivacional ($p < .01$, $\rho = -.389$).

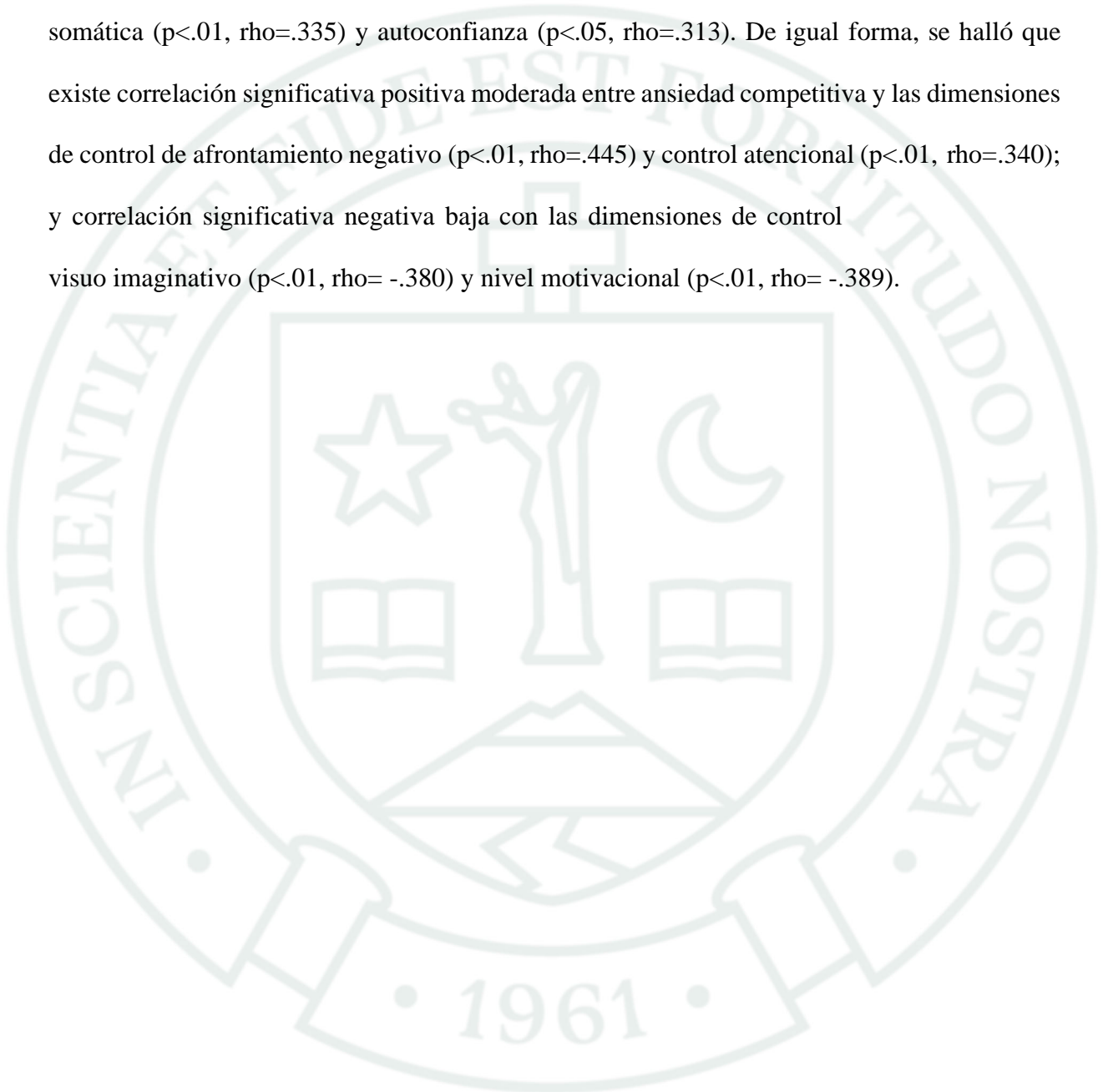


Tabla 3*Niveles de Ejecución Deportiva*

Niveles	Variable		Dimensiones															
	Ejecución deportiva		Control de Afrontamiento Negativo				Control Atencional				Control Visuo-Imaginativo				Control de Afrontamiento Positivo			
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%		
Bajo	10	16,4	7	11,5	6	9,8	9	14,8	8	13,1	6	9,8	2	3,3	7	11,5		
Medio	43	70,5	51	83,6	45	73,8	44	72,1	46	75,4	43	70,5	50	82,0	44	72,1		
Alto	8	13,1	3	4,9	10	16,4	8	13,1	7	11,5	12	19,7	9	14,8	10	16,4		
Total	61	100,0	61	100,0	61	100,0	61	100,0	61	100,0	61	100,0	61	100,0	61	100,0		

En la Tabla 3, se observa que la mayoría de futbolistas presenta un nivel medio de ejecución deportiva con un 70,5%, seguido por el nivel bajo con un 16,4% y, finalmente, una minoría en el nivel alto con un 13,1%. Este patrón donde predomina el nivel medio también se repite a lo largo de las dimensiones de esta variable, habiendo fluctuaciones en qué nivel está en la minoría, lo que señala que, los futbolistas cuentan con habilidades psicológicas desarrolladas de manera moderada, las cuales son apropiadas para un desempeño apropiado, habiendo espacio para mejorar hacia niveles más óptimos.

Tabla 4*Niveles de Ansiedad Competitiva*

Niveles	Variable				Dimensiones			
	Ansiedad Competitiva		Ansiedad Cognitiva		Ansiedad Somática		Autoconfianza	
	F	%	F	%	F	%	F	%
Bajo	6	9,8	7	11,5	7	11,5	6	9,8
Medio	43	70,5	45	73,8	44	72,1	48	78,7
Alto	12	19,7	9	14,8	10	16,4	7	11,5
Total	61	100,0	61	100,0	61	100,0	61	100,0

En la Tabla 4, se observa que la mayoría de futbolistas presenta un nivel medio de ansiedad competitiva con un 70,5%, seguido por el nivel alto con un 19,7% y, finalmente, una minoría en el nivel bajo con un 9,8%. Este patrón donde predomina el nivel medio seguido del nivel alto también se repite a lo largo de las dimensiones de esta variable, lo cual señala que, los futbolistas experimentan una activación emocional moderada ante la competencia, lo cual es apropiado para un desempeño apropiado; sin embargo, el hecho de que el segundo nivel predominante es el nivel alto podría suponer una amenaza para su estabilidad psicológica en circunstancias psicológicas.

Tabla 5*Ejecución deportiva según la categoría de fútbol*

Niveles	Categoría de fútbol								χ^2	p
	Sub 14		Sub 15		Sub 17		Total			
	N	%	N	%	N	%	N	%		
Bajo	1	6,7	2	7,1	7	38,9	10	16,4		
Medio	12	80,0	23	82,1	8	44,4	43	70,5	10,644	,031
Alto	2	13,3	3	10,7	3	16,7	8	13,1		
Total	15	100,0	28	100,0	18	100,0	61	100,0		

Nota. Elaboración propia.

Se halla una asociación estadísticamente significativa entre los niveles de ejecución deportiva y la categoría de fútbol ($\chi^2 = 10.644$, $p = .031$); además, se observa que en las categorías Sub 14 y Sub 15 predomina el nivel medio de ejecución deportiva, mientras que en la categoría Sub 17 se aprecia una mayor porcentaje en el nivel medio y bajo.

Tabla 6*Ejecución deportiva según el tiempo en el equipo de fútbol*

Niveles	Tiempo en el equipo de fútbol											χ^2	p	
	Un mes		De uno a tres meses		De tres a seis meses		De seis meses a un año		Más de un año		Total			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N			%
Bajo	0	0,0	3	37,5	0	0,0	1	25,0	6	16,2	10	16,4		
Medio	3	75,0	4	50,0	8	100,0	2	50,0	26	70,3	43	70,5	7,955	,438
Alto	1	25,0	1	12,5	0	0,0	1	25,0	5	13,5	8	13,1		
Total	4	100,0	8	100,0	8	100,0	4	100,0	37	100,0	61	100,0		

Nota. Elaboración propia.

No se halló una asociación estadísticamente significativa entre los niveles de ejecución deportiva y el tiempo que los futbolistas llevan en el equipo ($\chi^2 = 7.955$, $p = .438$); además, se observa que, independientemente del tiempo de permanencia, la mayor parte de los participantes se ubica en el nivel medio de ejecución deportiva, siendo este predominante sobre todo entre quienes llevan más de un año en el equipo.

Tabla 7*Ejecución deportiva según el tiempo entrenando fútbol*

Niveles	Tiempo entrenando fútbol										χ^2	p		
	Un mes		De uno a tres meses		De tres a seis meses		De seis meses a un año		Más de un año				Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%				
Bajo	1	50,0	1	100,0	0	0,0	0	0,0	8	15,4	10	16,4		
Medio	1	50,0	0	0,0	1	100,0	4	80,0	37	71,2	43	70,5	8,383	,397
Alto	0	0,0	0	0,0	0	0,0	1	20,0	7	13,5	8	13,1		
Total	2	100,0	1	100,0	1	100,0	5	100,0	52	100,0	61	100,0		

Nota. Elaboración propia.

No se halló una asociación estadísticamente significativa entre los niveles de ejecución deportiva y el tiempo que los futbolistas llevan entrenando fútbol ($\chi^2 = 8.383$, $p = .397$); sin embargo, se observa que quienes entrenan desde hace más de un año se concentran en su mayoría en el nivel medio de ejecución deportiva, mientras que los futbolistas con menos tiempo de entrenamiento tienden a ubicarse entre los niveles bajo y medio.

Tabla 8*Ansiedad competitiva según categoría de fútbol*

Niveles	Categoría de fútbol								χ^2	p
	Sub 14		Sub 15		Sub 17		Total			
	N	%	N	%	N	%	N	%		
Bajo	2	13,3	2	7,1	2	11,1	6	9,8	6,462	,167
Medio	9	60,0	24	85,7	10	55,6	43	70,5		
Alto	4	26,7	2	7,1	6	33,3	12	19,7		
Total	15	100,0	28	100,0	18	100,0	61	100,0		

Nota. Elaboración propia.

No se halló una asociación estadísticamente significativa entre los niveles de ansiedad competitiva y la categoría de fútbol ($\chi^2 = 6.462$, $p = .167$); sin embargo, se evidencia que el nivel medio de ansiedad competitiva prevalece en todas las categorías, siendo predominante en la categoría Sub 15. Asimismo, en la categoría Sub 17 se aprecia una mayor proporción de futbolistas con niveles altos de ansiedad competitiva en comparación con las demás categorías.

Tabla 9*Ansiedad competitiva según el tiempo en el equipo de fútbol*

Niveles	Tiempo en el equipo de fútbol											χ^2	p	
	Un mes		De uno a tres meses		De tres a seis meses		De seis meses a un año		Más de un año		Total			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N			%
Bajo	0	0,0	0	0,0	1	12,5	0	0,0	5	13,5	6	9,8		
Medio	4	100,0	7	87,5	5	62,5	3	75,0	24	64,9	43	70,5	4,454	,814
Alto	0	0,0	1	12,5	2	25,0	1	25,0	8	21,6	12	19,7		
Total	4	100,0	8	100,0	8	100,0	4	100,0	37	100,0	61	100,0		

Nota. Elaboración propia.

No se halló una asociación estadísticamente significativa entre los niveles de ansiedad competitiva y el tiempo que los futbolistas llevan en el equipo ($\chi^2 = 4.454$, $p = .814$); además, se observa que el nivel medio de ansiedad competitiva predomina en todos los grupos de tiempo de permanencia, sobre todo entre quienes llevan más de un año en el equipo.

Tabla 10*Ansiedad competitiva según el tiempo entrenando fútbol*

Niveles	Tiempo entrenando fútbol												χ^2	p
	Un mes		De uno a tres meses		De tres a seis meses		De seis meses a un año		Más de un año		Total			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
Bajo	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	6	11,5	6	9,8		
Medio	2	100,0	1	100,0	1	100,0	3	60,0	36	69,2	43	70,5	3,465	,902
Alto	0	0,0	0	0,0	0	0,0	2	40,0	10	19,2	12	19,7		
Total	2	100,0	1	100,0	1	100,0	5	100,0	52	100,0	61	100,0		

Nota. Elaboración propia.

No se halló una asociación estadísticamente significativa entre los niveles de ansiedad competitiva y el tiempo que los futbolistas llevan entrenando fútbol ($\chi^2 = 3.465$, $p = .902$); sin embargo, se observa que el nivel medio de ansiedad competitiva predomina en todos los grupos, sobre todo entre quienes llevan entrenando más de un año.

Discusión

Este estudio tiene como propósito identificar la relación existente entre ejecución deportiva y ansiedad competitiva en adolescentes futbolistas de la ciudad de Puno, considerando las presiones a las cuáles están expuestos continuamente, las cuales les generan tensión y ansiedad antes de una competencia, lo que puede tener un impacto en su rendimiento deportivo y así mismo en la confianza que tienen sobre sus habilidades deportivas (Orozco-Remache y Aldas-Arcos, 2023).

En la investigación se halló que no existe relación significativa entre ansiedad competitiva y ejecución deportiva ($p > .05$). La ejecución deportiva se refiere a todas las conductas observables que realiza un deportista durante el entrenamiento y la competencia, las cuales están determinadas por múltiples factores (físicos, técnicos, tácticos y psicológicos) (Ursino et al., 2018). Así mismo, la ansiedad competitiva es una respuesta emocional que se evidencia en los deportistas ante situaciones de la competencia o evaluación, dependiendo de los distintos contextos del deporte (Weinberg y Gould, 2019).

En el fútbol, la ejecución deportiva depende tanto de la técnica o la preparación física, como también de la estabilidad emocional y psicológica del jugador; al ser un deporte de alta velocidad que exige decisiones rápidas y precisas, la ansiedad competitiva puede alterar la claridad mental del jugador, lo que a menudo resulta en decisiones apresuradas o incorrectas, pues la capacidad para evaluar la situación del juego y anticipar las acciones del equipo contrario depende en gran medida de la concentración y el control emocional.

No obstante, al igual que lo hallado en esta investigación, Amar et al. (2023) señalan que no existe relación entre la ejecución deportiva y la ansiedad competitiva debido a que, el nivel de ansiedad que puede experimentar un futbolista antes y durante la competencia difiere de una situación a otra y de una competición a otra, pues si el deportista percibe que puede desempeñarse con éxito en la competición, anticipa consecuencias positivas; por el contrario,

si el futbolista percibe que no puede cumplir con éxito las exigencias de la competición, anticipa consecuencias negativas; lo cual es variable durante toda la competición, pues basta con una mala jugada para pasar de un estado de calma y atención a un estado ansioso; y viceversa, al presentar una buena jugada se regula la ansiedad.

De igual forma, Amar et al. (2023) mencionan que el rendimiento deportivo no se encuentra influido por los niveles de ansiedad precompetitiva que experimentan los jugadores, pues resulta más determinante las estrategias, herramientas y medios con los que cuentan para afrontar la competencia.

Al examinar el vínculo existente entre las dimensiones de la variable de ejecución deportiva con ansiedad competitiva se encontró que existe relación significativa positiva entre ansiedad competitiva y control de afrontamiento negativo ($p < .05$, $\rho = .445$), de igual forma, con la dimensión de control atencional ($p < .05$, $\rho = .340$); de esto se infiere que a mayor ansiedad competitiva presentada en el adolescente futbolista, también mayor serán los esfuerzos cognitivos y conductuales que se realicen para afrontar situaciones negativas en la competencia (control de afrontamiento negativo) e incrementará la capacidad que tienen el jugador para centrarse en las tareas de la competencia deportiva (control atencional); en este sentido la ansiedad experimentada sería funcional pues permite que el deportista pueda desplegar conductas que le permitan tener un adecuado rendimiento (Fernández et al., 2024).

Un estudio realizado por Smith et al. (2006) refiere que los futbolistas de elite tienen una mayor capacidad de mantenerse concentrados durante todo el encuentro deportivo, lo que les permite tener un mejor rendimiento, anticiparse a jugadas y responder de manera adecuada en las situaciones cambiantes del partido.

Ardura-González & Moral-Jiménez (2025) en España, realizaron un estudio con el propósito de analizar la relación entre la ansiedad precompetitiva y el rendimiento deportivo percibido en futbolistas profesionales. A diferencia de lo inicialmente reportado, el artículo no

presenta ninguna correlación entre el control atencional y la ansiedad; por el contrario, los autores informan que no existen diferencias estadísticamente significativas entre los niveles de ansiedad cognitiva y somática y la percepción del rendimiento deportivo en las distintas fases del campeonato. Sin embargo, sí hallaron que los futbolistas con mejor percepción de rendimiento son aquellos que presentan mayores niveles de actitud y preparación mental, variable que incluye estrategias psicológicas como la visualización, el autodiálogo positivo y la evaluación objetiva del desempeño. Asimismo, se identificaron correlaciones positivas y significativas entre la actitud y preparación mental con la edad ($\rho = .19, p < .05$) y con los años de experiencia deportiva ($\rho = .23, p < .05$), lo que indica que los jugadores más experimentados tienden a poseer mejores recursos psicológicos para afrontar la competencia. En síntesis, el estudio concluye que la ansiedad precompetitiva no predice el rendimiento percibido, pero la actitud y la preparación mental sí diferencian significativamente a los futbolistas con mayor rendimiento.

Además, se comprobó una asociación negativa estadísticamente significativa entre la ansiedad competitiva y las dimensiones de control visuo imaginativo ($p < .05, \rho = -.380$) y nivel motivacional ($p < .05, \rho = -.389$); de ello se colige que, a mayor ansiedad competitiva presentada por el futbolista en la competencia deportiva, menor será la capacidad cognitiva que tenga para percibir estímulos sensoriales de una forma realista, como también, disminuirá su motivación tanto intrínseca como extrínseca (Fernández et al., 2024).

De manera similar, Martens (2004) menciona que la ansiedad puede afectar la percepción que el jugador, pues un futbolista ansioso llega a interpretar de manera distorsionada las situaciones en el campo, como percibir una jugada fácil como más complicada de lo que es, o ver al portero contrario como más invulnerable de lo que realmente es; lo cual disminuye la eficacia de las decisiones, pues afecta la ejecución de sus jugadas durante la competencia.

Así mismo, la motivación es uno de los factores de mayor relevancia en el rendimiento deportivo, Deci & Ryan (2000) señalan que hay motivación intrínseca cuando el deportista siente placer y disfruta la actividad y extrínseca cuando se busca un reconocimiento externo. La motivación influye en cómo los jugadores manejan sus emociones antes de la competencia, los que están motivados intrínsecamente tienden a tener una actitud positiva frente a cualquier adversidad, mientras que los que tienen o dependen más de una motivación extrínseca pueden llegar a experimentar un rendimiento inconsistente, particularmente si no se cumplen con las expectativas externas. (Deci & Ryan, 2000).

Al relacionar las dimensiones de ansiedad competitiva con ejecución deportiva, se halló que existe relación significativa positiva entre autoconfianza y ejecución deportiva; de esto se infiere que a mayor confianza tenga el futbolista en sus habilidades deportivas mayor será también será la presencia de conductas orientadas a una óptima ejecución en el deporte. De igual forma, se encontró relación significativa negativa entre ansiedad somática y ejecución deportiva.

Al respecto, una revisión sistemática realizada por González et al. (2015) con el objetivo de analizar las variables psicológicas que se relacionan con el rendimiento deportivo de deportista, encontró que un desempeño óptimo en la competencia se asocia con la autoconfianza y el control de la ansiedad, catalogándolas como competencias psicológicas fundamentales del deportista. En este sentido, concluye que la autoconfianza puede predecir el rendimiento deportivo, pues los futbolistas que exhiben mayores niveles de esta habilidad alcanzan un rendimiento deportivo superior; de igual forma, altos niveles de ansiedad pueden evaluar el riesgo de sufrir lesiones durante el juego.

Al describir los niveles de la variable de ejecución deportiva se halló que los adolescentes futbolistas presentan en su mayoría un nivel medio. Sobre esto, la ejecución deportiva es el elemento central en el rendimiento de los deportistas, de tal forma que si se

tiene una ejecución deportiva eficiente se obtendrá un rendimiento adecuado, no obstante, si se presenta una ejecución deportiva deficiente, el rendimiento disminuirá (Borges, 2016).

Al respecto, existe evidencia respecto a la ejecución y el rendimiento deportivo, así se muestra en el estudio realizado por Usan et al. (2016) quien encontró que aquellos futbolistas que presentaron mayor nivel de motivación evidenciaron mayor compromiso deportivo y por ende mejor rendimiento. De igual forma, Vealey (2007) menciona que la autoconfianza es importante en situaciones de alta presión, como lo es la ejecución de una jugada crucial durante un partido de fútbol, siendo que aquellos futbolistas que presentan mayor autoconfianza tienden a reaccionar mejor ante fracasos y adversidades. Asimismo, Smith et al. (2006) encontraron que el control atencional es crucial en un jugador de fútbol pues el juego exige atención constante y la habilidad de reaccionar rápidamente a los cambios, como también, la concentración permite que el jugador se enfoque en interceptar un pase, colocar un tiro preciso o anticipar la jugada del adversario.

Si bien la ejecución deportiva, está influenciada por factores físicos y técnicos, está fuertemente mediada por factores psicológicos, entre ellos la ansiedad competitiva, al respecto, en este estudio al describir la variable ansiedad competitiva, se halló que los adolescentes futbolistas presentaron en su mayoría un nivel medio. Según Weinberg & Gould (2019) la ansiedad competitiva o pre competitiva que experimenta un deportista, es una respuesta emocional que vivencian cuando están en situaciones de competencia o evaluación, se puede llegar a presentar de forma cognitiva, mediante pensamientos automáticos negativos, poca capacidad de concentración y preocupación excesiva por el rendimiento generando dudas sobre uno mismo; de igual forma se presenta de forma somática, sintiendo cambios en el ritmo cardiaco, sudoración excesiva, tensando los músculos, molestias gastrointestinales y llegando a tener sensación de fatiga.

De igual forma, Hanim (2000) refiere que un nivel óptimo (medio) de ansiedad permite al deportista desenvolverse y rendir al máximo de su capacidad, ayudándolo en la activación y motivación previa al encuentro, no obstante, también indica que cuando la ansiedad excede el límite del nivel óptimo, se convierte en una dificultad que altera la toma de decisiones y la ejecución técnica, bajando el rendimiento del deportista.

Respecto a ello, Castillo y Namuche (2021) hicieron una investigación con el propósito de evaluar la relación entre la ansiedad competitiva y el rendimiento deportivo en futbolistas profesionales peruanos, se encontró una asociación significativa entre ambas variables, donde se destaca la influencia de la ansiedad en el desempeño deportivo. Así también, Morales-Rodríguez y Giraldo-Ramírez (2023) en un estudio realizado en futbolistas de la liga distrital de Cuzco, llegaron a la conclusión que niveles elevados de ansiedad y baja autoconfianza generan un bajo rendimiento deportivo, repercutiendo tanto en el rendimiento individual como colectivo en el fútbol.

Al analizar la ejecución deportiva según categoría de fútbol, tiempo en el equipo de fútbol y tiempo entrenando fútbol, se constató que existe una conexión significativa entre ejecución deportiva y la categoría de fútbol; por otra parte, no se halló relación con las otras características sociodemográficas mencionadas. Así también, se encontró que para todas las categorías, los futbolistas en su mayoría evidencian un nivel medio de ejecución deportiva; así mismo, según el tiempo que llevan entrenando en el equipo, se encontró para todos los casos la mayor presencia en el nivel medio; así mismo, según el tiempo que llevan entrenando fútbol, se halló que aquellos que entrenan por más de tres meses presentan en su mayoría un nivel medio.

Evidencia similar es presentada por Quintero-Ovalle et al., (2023), quienes sostienen que no existe relación entre la ejecución deportiva y el tiempo de práctica del deporte; sobre lo cual existe discrepancia pues existen investigaciones que respaldan que los deportistas más

jóvenes tienen mayor ejecución deportiva que los mayores (en específico de la motivación), justificado en que a medida que aumenta la experiencia disminuye la motivación y concentración en la práctica deportiva. Esta discrepancia sugiere que el tiempo de práctica deportiva no es una variable que se relaciona con la ejecución deportiva, pues independiente a estas, la preparación física, técnica y táctica impacta en las habilidades mentales del deportista.

Al analizar la ansiedad competitiva según la categoría, tiempo en el equipo de fútbol y tiempo entrenando fútbol, se encontró que no existe relación entre esta variable y las características sociodemográficas mencionadas. Por otro lado, independiente a la categoría, los futbolistas en su mayoría evidencian un nivel medio de ansiedad competitiva; según el tiempo que llevan entrenando en el equipo, para todos los casos se encontró la mayor presencia en el nivel medio de ansiedad competitiva y según el tiempo que llevan entrenando fútbol, se halló que en su mayoría evidencian un nivel medio de ansiedad competitiva.

Sobre esto, son limitados los estudios que exploran la relación que existe entre la ansiedad competitiva con las características sociodemográficas mencionadas, no obstante, se encontró evidencia respecto a la edad del futbolista, la cual se tiene en cuenta, pues la categoría de fútbol se asigna considerando la edad del futbolista, al respecto se encontró un estudio que difiere con lo hallado, pues Ardura-González & Moral-Jiménez (2025) mencionan que se espera una correlación negativa entre edad y ansiedad competitiva, pues los jugadores con mayor edad muestran un nivel de ansiedad significativamente más bajo que los más jóvenes, debido a que los primeros poseen más madurez y experiencia deportiva.

Por otra parte, Seco & Moral (2023) identifican como variables relacionadas con el nivel de ansiedad, los años de experiencia jugando fútbol, sobre lo cual refieren que los jugadores de mayor experiencia usualmente son los que muestran mayores habilidades psicológicas en comparación con los más jóvenes y con menos tiempo de entrenamiento.

De esto se infiere la necesidad de realizar investigaciones que analicen la ejecución deportiva y la ansiedad competitiva considerando características sociodemográficas, como la categoría, tiempo en el equipo y tiempo entrenando fútbol; con la finalidad de comprender mejor la relación que existe entre estas variables.



Conclusiones

Primera Sobre la relación que existe entre la ejecución deportiva y la ansiedad competitiva, se encontró que no existe asociación entre ambas variables en futbolistas de la ciudad de Puno. Por el contrario, se encontró relación entre ejecución deportiva y las dimensiones de ansiedad somática y autoconfianza. De igual forma, se halló que existe relación entre ansiedad competitiva y las dimensiones de control de afrontamiento negativo, control atencional, control visuo imaginativo y nivel motivacional.

Segunda Respecto a la ejecución deportiva, se encontró que en su mayoría los adolescentes futbolistas presentaron un nivel medio, seguido por aquellos que evidencian un nivel bajo. Así también, se encontró que la mayoría de los futbolistas obtuvo un nivel medio en las dimensiones que componen la variable.

Tercera Sobre la ansiedad competitiva, se halló que en su mayoría los adolescentes futbolistas presentaron un nivel medio, seguido por aquellos que evidencian un nivel alto. Así también, se encontró que la mayoría de los futbolistas obtuvo un nivel medio en las dimensiones de ansiedad cognitiva, somática y autoconfianza.

Cuarta Se encontró que existe relación entre ejecución deportiva y categoría de futbol, por el contrario, no se encontró relación con tiempo en el equipo ni con tiempo entrenando futbol. De igual forma, independiente a la categoría, los futbolistas en su mayoría evidencian un nivel medio de ejecución deportiva. Según el tiempo que llevan entrenando en el equipo, para todos los casos se encontró la mayor presencia en el nivel medio de ejecución deportiva. Así mismo, según el tiempo que llevan entrenando futbol, se halló que aquellos que entrenan por más de tres meses presentan en su mayoría un nivel medio de ejecución deportiva.

Quinta Se encontró que no existe relación entre ansiedad competitiva y categoría, tiempo en el equipo y tiempo entrenando futbol. Así también, independiente a la categoría, los futbolistas en su mayoría evidencian un nivel medio de ansiedad competitiva. Según el tiempo

que llevan entrenando en el equipo, para todos los casos se encontró la mayor presencia en el nivel medio de ansiedad competitiva. Igualmente, según el tiempo que llevan entrenando futbol, se halló que en su mayoría evidencian un nivel medio de ansiedad competitiva.



Sugerencias

Primera

Profesionales e investigadores interesados en estudiar la problemática abordada incluir otras variables de estudio que permitan comprender mejor la relación que existe entre ejecución deportiva y ansiedad competitiva, tales como locus de control, modos de afrontamiento e inteligencia emocional; pues existen diversos factores socioculturales, ambientales (altitud, recursos deportivos, etc) y psicológicos que influyen en esta.

Segunda

Directivos y entrenadores de las academias de futbol incluir la participación del psicólogo en la preparación de los futbolistas, a fin de que se puedan reconocer los factores emocionales, cognitivos y motivacionales que influyen sobre la ejecución deportiva y con ello implementar un programa de intervención centrado en desarrollar la autoconfianza, capacidad de atención y concentración, motivación en los deportistas.

Tercera

Directivos y entrenadores de las academias de futbol implementar el acompañamiento de psicólogos deportivos durante las sesiones de entrenamiento y también en competición, con la finalidad de que se logren identificar las situaciones específicas que incrementan la ansiedad tanto antes, durante y después de la competencia, como también las conductas de afrontamiento que el futbolista realiza; ello permitirá que se pueda realizar psicoeducación en técnicas que favorezcan la gestión de la ansiedad, como son la práctica de relajación y atención plena.

Cuarta

Entrenadores establecer una comunicación empática y escucha activa, y fomentar la motivación entre los miembros del equipo, como estrategias para reducir la

ansiedad colectiva, hasta un nivel manejable, pues un nivel alto de ansiedad se asocia con estrategias de afrontamiento negativas, menor visualización y motivación, lo que perjudica la ejecución deportiva óptima.

Quinta

Organizaciones de futbol en coordinación con los psicólogos de la ciudad de Puno, organizar un programa preventivo, a beneficio de los futbolistas y de todo aquel que practique este deporte, el cual fomente el desarrollo de habilidades que faciliten una adecuada gestión de la ansiedad ante un encuentro competitivo, como lo son los partidos de futbol.



Limitaciones

Primera

Se tuvo dificultad para poder realizar la aplicación de los instrumentos a todos los adolescentes futbolistas de las academias de fútbol de la ciudad de Puno, puesto que algunas de estas no brindaron el permiso correspondiente, o no se logró acceder a los futbolistas debido a que los lugares de la competición y entrenamiento eran alejados y de difícil acceso, o faltaron durante los días de aplicación de instrumentos.

Segunda

Por la naturaleza de los instrumentos aplicados y la edad de los sujetos que conformaron la muestra de estudio, existe la posibilidad de sesgo en las respuestas debido a la deseabilidad social que se presenta cuando un sujeto tiende a responder de forma diferente a lo que piensa, siente y actúa.

Referencias

- Amar I., Gomni C., Gaied O., Khmiri A., Ghouaiel R., & Baker J. (2023). The relationship between locus of control and pre-competitive anxiety in highly trained soccer players. *Frontiers Psychology, 14*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1227571>
- Andrade Fernández, E. M., Lois Río, G., & Arce Fernández, C. (2007). Propiedades psicométricas de la versión española del Inventario de Ansiedad Competitiva CSAI-2R en deportistas. *Psicothema, 19*(1), 150-155. <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/8610>
- Andrade, A., & Lois, J. (2017). Ansiedad competitiva en el fútbol: Influencia del rol y categoría deportiva. *Revista de Psicología del Deporte, 26*(4), 56–62. <https://www.rpd-online.com/article/view/v26-n4-andrade-lois>
- Apitzsch, E. (1994). La personalidad del jugador de fútbol de élite. *Revista de psicología del deporte, 3*(2), 89-99. <https://ddd.uab.cat/record/63466>
- Ardura-González, G., & Moral-Jiménez, M. D. L. V. (2025). Ansiedad precompetitiva y rendimiento deportivo en futbolistas profesionales: Relación con categoría y supervisión psicológica. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y El Ejercicio Físico, 10*(1), e3. <https://doi.org/10.5093/rpadef2025a3>
- Ato, M., López, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología, 29*(3), 1038-1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. Macmillan. https://www.academia.edu/28274869/Albert_Bandura_Self_Efficacy_The_Exercise_of_Control_W_H_Freeman_and_Co_1997_pdf

- Bermejo, J. (2013). Revisión Del Concepto De Técnica Deportiva Desde La Perspectiva Biomecánica Del Movimiento. *Revista Digital de Educación Física*, 5(25), 45-59. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4707702>
- Bonilla, J. (2016). *Características De Una Buena Ejecución Deportiva*. Eficacia Deportiva. <https://eficiadeportiva.wordpress.com/2016/11/01/caracteristicas-de-una-buena-ejecucion-deportiva/>
- Borges Hernández, P. J. (2016). *Influencia del estado emocional previo a la competición en el rendimiento deportivo* [Tesis de doctorado, Universidad Autónoma de Madrid]. Repositorio Institucional UAM. <https://repositorio.uam.es/handle/10486/673163>
- Carling, C., Williams, A., & Reilly, T. (2005). *Handbook of soccer match analysis: A systematic approach to improving performance* [Manual de análisis de partidos de fútbol: Un enfoque sistemático para mejorar el rendimiento]. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203448625>
- Carron, A. (1982). *Cohesiveness in sport groups: Interpretations and considerations* [Cohesión en grupos deportivos: Interpretaciones y consideraciones]. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 4(2), 123–138. <https://doi.org/10.1123/jsp.4.2.123>
- Castellano, J., Blanco-Villaseñor, Á., & Álvarez, D. (2011). Contextual variables and time-motion analysis in soccer [Variables contextuales y análisis tiempo-movimiento en el fútbol]. *International Journal of Sports Medicine*, 32(6), 415–421. <https://doi.org/10.1055/s-0031-1271771>
- Castillo, S. K., & Namuche, B. (2021). *Ansiedad competitiva y su asociación con el rendimiento deportivo en jugadores peruanos de equipos profesionales de fútbol* [Tesis de pregrado, Universidad Científica del Sur]. Repositorio Académico UCS. <https://doi.org/10.21142/tl.2021.1778>

- Cauna, J. (2017). *Problemática e deficiencia del futbol puneño* [Trabajo Universitario].
<https://es.scribd.com/document/614703650/problematICA-E-DEFICIENCIA-del-futbol-puneno>
- Chelladurai, P. (2007). Leadership in Sports. En G. Tenenbaum & R. C. Eklund (Eds.), *Handbook of Sport Psychology* (3a ed., pp. 113-135). John Wiley & Sons.
<https://doi.org/10.1002/9781118270011.ch5>
- Colegio de Psicólogos del Perú. (2014). *Código de ética y deontología del Colegio de Psicólogos del Perú* (Resolución de Decanato N.º 801-2024-CDN-C.PS.P).
https://www.cpsp.pe/images/documentos/marco_legal/CPsP_CDN_codigo_de_etica_y_deontologia.pdf
- Cortez-Saldarriaga, M., Quiroz-Villarán, S., Caycho-Rodriguez, T., Hernandez-Mendo, A., Ferreira-Brandao, M., & Reyes-Bossio, M. (2022). Propiedades Psicométricas del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED) en deportistas peruanos de Alto Rendimiento. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 22(2), 115-135.
<https://doi.org/10.6018/cpd.487641>
- Cox, R., Martens, M., & Russell, W. (2003). Measuring Anxiety in Athletics: The Revised Competitive State Anxiety Inventory-2. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25(4), 519-533. <https://doi.org/10.1123/jsep.25.4.519>
- Craft, L., Magyar, T., Becker, B. J., & Feltz, D. (2003). The relationship between the Competitive State Anxiety Inventory-2 and sport performance: A meta-analysis. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 25(1), 44-65.
<https://doi.org/10.1123/jsep.25.1.44>
- Deci, E., & Ryan, R. (2009). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01

- El Comercio. (2020). *Selección peruana: La historia jamás contada del primer triunfo en los mundiales*. <https://especiales.elcomercio.pe/?q=especiales/seleccion-peruana-historia-jamas-contada-primer-triunfo-mundiales-nnndd-ecvisual-ecpm/index.html>
- FC Barcelona Noticias. (2024). *La psicología del FC Barcelona: Cómo se maneja la presión en uno de los clubes más grandes del mundo*. FCBN. https://www.fcbarcelonanoticias.com/futbol/psicologia-fc-barcelona-como-se-maneja-presion-en-clubes-mas-grandes-mundo_308589_102.html
- FC Barcelona. (s. f.). *Palmarés*. FC Barcelona. <https://www.fcbarcelona.es/es/futbol/primer-equipo/palmares>
- Fernández-Barradas, E., Reigal, R., Herrera-Meza, S., Hernández-Mendo, A., & Morales-Sánchez, V. (2024). Perfil psicológico deportivo y ansiedad estado en función del género en deportistas universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 6(1), 01-13. <https://doi.org/10.62364/cneip.6.1.2024.222>
- Fernández-Cortéz, J., Cáceres-Sánchez, L., Antúnez, A., García-Rubio, J., & Ibáñez, S. (2022). Análisis de la influencia de las variables situacionales en el fútbol profesional [Analysis of the influence of situational variables in professional soccer]. *Retos: Nuevas Tendencias En Educación Física, Deporte y Recreación*, 46, 114-119. <https://doi.org/10.47197/retos.v46.91541>
- FIFA. (2024). *El bienestar de los jugadores sigue siendo una prioridad para la FIFA*. <https://inside.fifa.com/es/organisation/news/origin1904-p.cxm.fifa.com/el-bienestar-de-los-jugadores-sigue-siendo-una-prioridad-para-la-fifa>
- González, G., Valdivia, P., & Romero, M. (2015). La autoconfianza y el control del estrés en futbolistas: revisión de estudios. *Revista Iberoamericana de Psicología del ejercicio y del deporte*, 10(1). 99-106. <https://idus.us.es/server/api/core/bitstreams/a1c306e9-68bb-42b1-8d07-bcd258a04457/content>

- Grimaldi, L. (2025). *¿Por qué los futbolistas peruanos no brillan en los clubes más importantes del mundo? La importancia de la psicología deportiva en el fútbol de menores*. La República. <https://larepublica.pe/deportes/2025/01/31/por-que-los-futbolistas-peruanos-no-brillan-en-los-clubes-mas-importantes-del-mundo-la-importancia-de-la-psicologia-deportiva-en-el-futbol-de-menores-evat-ntpe-2685964>
- Hanin, Y. (2000). *Emotions in sport*. Human Kinetics. <https://books.google.com.pe/books?id=KaGZ1KS07SYC&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>
- Hardy, L. (1990). A catastrophe model of performance in sport. En J. G. Jones & L. Hardy (Eds.), *Stress and performance in sport* (pp. 81–106). John Wiley & Sons. <https://psycnet.apa.org/record/1990-99065-004>
- Hardy, L., Jones, G., & Gould, D. (1996). *Understanding psychological preparation for sport: Theory and practice of elite athletes*. John Wiley & Sons. <https://books.google.com.pe/books?hl=en&lr=&id=ltE3EAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR13&dq=>
- Hernández-Arias, F. J., & Palao, J. (2015). Capacidades Físicas Y Técnico-Tácticas Y Su Percepción En Jugadores De Fútbol En Proceso De Formación. Un Estudio De Caso. *Revista Observatorio Del Deporte*, 1(1), 71-82. <https://revistaobservatoriodeldeporte.cl/index.php/odep/article/view/32>
- Hernández-Mendo, A. (2006). Un cuestionario para la evaluación psicológica de la ejecución deportiva: estudio complementario entre TCT y TRI. *Revista de Psicología del Deporte*, 15(1), 71-93. <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235119204003.pdf>
- Jones, G. (1995). More than just a game: Research developments and issues in competitive anxiety in sport. *British Journal of Psychology*, 86(4), 449–478. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8295.1995.tb02565.x>

- Kelso, J. (1995). *Dynamic patterns: The self-organization of brain and behavior*. MIT Press.
<https://books.google.com.pe/books?hl=en&lr=&id=zpjejytkiIC&oi=fnd&pg=PR9&dq=>
- López-Belmonte, J., Pozo-Sánchez, S., & López-Núñez, J. (2021). Influencia de la percepción de la ejecución en el rendimiento y motivación de futbolistas en formación. *Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 42, 588–595.
<https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.89863>
- Martens, R. (2004). *Sport competition anxiety test*. Human Kinetics.
<https://psycnet.apa.org/record/1980-51627-000>
- Martens, R., Vealey, R. & Burton, D. (1990). *Competitive Anxiety in Sport*. Human Kinetics Books. <https://books.google.com.pe/books?hl=en&lr=&id=MNldMfnlb0cC&oi=>
- Milanés-Torres, I. (2015). Generalidades del estudio de la ansiedad competitiva (revisión). *OLIMPIA. Revista de la Facultad de Cultura Física de Granma*, 12(38), 125–137.
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6210433.pdf>
- Miranda, J., Aragón, M. de J., & Zamora Gámez, J. (2015). Análisis de correlación entre capacidades físicas y rendimiento técnico deportivo, en niños principiantes en fútbol. *Lecturas: Educación física y deportes*, 209, 6.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6110341>
- Morales-Rodríguez, E., & Giraldo-Ramírez, Y. (2023). *Ansiedad competitiva y mecanismos de afrontamiento en jóvenes pertenecientes a la escuela deportiva El Mana futbol club, en el municipio de La Ceja—Antioquia* [Tesis de pregrado, Universidad Católica de Oriente]. Repositorio Institucional UCO. <https://hdl.handle.net/20.500.12516/1989>
- Morillo, J., Sánchez-Oliva, D., & Leo, F. (2020). El papel de la autoeficacia y la ansiedad en el rendimiento deportivo: una revisión sistemática. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 20(2), 64–78. <https://revistas.um.es/cpd/article/view/418281>

- Orbegoso, K. (2022). *Evidencias de validez de la escala de ansiedad competitiva (CSAI-2R) en deportistas de la ciudad de Trujillo* [Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/160718>
- Orozco-Remache, C., & Aldas-Arcos, H. (2023). La ansiedad precompetitiva y su incidencia en el rendimiento deportivo en los futbolistas. *MQRInvestigar*, 7(1), 3168-3179. <https://doi.org/10.56048/MQR20225.7.1.2023.3168-3179>
- Ortega, E., Salado, J., Palao, J. & Gómez, M. (2016). Análisis de la eficacia ofensiva en fútbol en categorías de formación: Un estudio longitudinal. *Revista de Psicología del Deporte*, 25(2), 223-228. <https://www.redalyc.org/journal/2351/235145545012/html/>
- Porozo, C., Menéndez, G., & Coloma, D. (2023). La investigación deportiva interdisciplinaria como instrumento para predecir el rendimiento en las competencias. *RIAF. Revista internacional de actividad física*, 1(1), 15-32. <https://doi.org/10.53591/riaf.v1i1.6>
- Quintero-Ovalle, C., Madiedo-Parra, M. P., Torres-Avenidaño, M. J., Londoño-Salazar, J., Toro-Marin, M. P., Latorre-Niño, S., & Riveros, F. (2023). Relación entre características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo, con variables demográficas y del deporte, en una muestra de deportistas colombianos. *Journal of Sport and Health Research*, 15(1). <https://doi.org/10.58727/jshr.86272>
- Raimundi, M., Reigal, R., & Hernández-Mendo, A. (2016). Adaptación argentina del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED): Validez, fiabilidad y precisión. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(1), 211-222. <http://hdl.handle.net/11336/90727>
- Ramírez-Granizo, I. A., Zurita-Ortega, F., Castro-Sánchez, M., y Chacón-Cuberos, R. (2020). Anxiety, motivation and self-concept in football players: structural equations analysis.

- International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(23), 8936.
<https://doi.org/10.3390/ijerph17238936>
- Roca, A., Ford, P., McRobert, A., & Williams, A. (2013). Perceptual-cognitive skills and their interaction as a function of task constraints in soccer. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 35(2), 144–155. <https://doi.org/10.1123/jsep.35.2.144>
- Román, M. (2020). Entrenamiento bajo presión: estrategias psicológicas aplicadas al fútbol. *Revista de Psicología del Deporte*, 29(1), 25–34. <https://www.rpd-online.com/article/view/1627>
- Rosado, R. (2016). *Adaptación del Cuestionario de Estado de Ansiedad Competitiva (CSAI-2) en universitarios taekwondistas de Lima* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/1233/Rosado_ZRF-SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Salazar, F. (2014). *Evaluación y control de la Condición Física y su relación con el rendimiento deportivo de los deportistas que participan en el campeonato de fútbol de la Liga Parroquial San Antonio de Ibarra en el año 2012. Propuesta Alternativa* [Tesis de pregrado, Universidad Técnica del Norte]. Repositorio Institucional UPN. <https://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/3372>
- Sánchez, A. M., & Ortín, F. (2021). Relación entre resiliencia y rendimiento en deportistas. Revisión sistemática. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 6(2), e16. <https://doi.org/10.5093/rpadef2021a16>
- Seco, B., & Moral, M. (2023). *Precompetitive anxiety and psychological skills in sports performance* [Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés - SEAS. - Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid (copmadrid)]. <https://www.ansiedadestres.es/art/2023/anyes2023a10>

- Segura, D., Adanis, D., Barrantes-Brais, K., Ureña Bonilla, P., & Sánchez Ureña, B. (2018). Autoeficacia, ansiedad precompetitiva y percepción del rendimiento en jugadores de fútbol categorías sub 17 y juvenil. *Revista de Ciencias Del Movimiento Humano y Salud*, 15(2). <http://dx.doi.org/10.15359/mhs.15-2.3>
- Smith, R., Smoll, F., & Cumming, S. (2006). Effects of a Motivational Climate Intervention for Coaches on Young Athletes' Sport Performance Anxiety. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 29(1), 39-59. <https://doi.org/10.1123/jsep.29.1.39>
- Teran, D. A. (2023). *Ansiedad en el juego e influencia en el rendimiento deportivo en futbolistas sub 11 de las academias de Trujillo—Perú* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/147173>
- Thelen, E., & Smith, L. (1994). *A dynamic systems approach to the development of cognition and action*. MIT Press. <https://doi.org/10.7551/mitpress/2524.001.0001>
- Torrents, C. (2014). *La complejidad en el deporte con Carlota Torrents*. Alto Rendimiento. https://altorendimiento.com/complejidad-en-el-deporte/?srsltid=AfmBOoqpkQHRckl-k12Cof4_aaspXISdkPpTfDXcbOLWz-HLBSY1FYSD
- Universidad del País Vasco (EHU/UPV). (s.f.). *El arousal y la ejecución deportiva*. OCW. https://ocw.ehu.eus/file.php/125/psicol_deporte/contenidos/la-activacion-en-el-deporte.pdf
- Ursino, D. J., Ciraami, L., & Barrios, R. M. (2018). Aportes de la psicología del deporte para conceptualizar, operacionalizar y maximizar el rendimiento deportivo [Contributions of sports psychology to conceptualize, operationalize and maximize sports performance]. *Anuario de Investigaciones*, 25, 331–339. <https://www.redalyc.org/journal/3691/369162253040/html/>

- Usan Supervía, P., Salavera Bordás, C., Murillo Lorente, V., & Megías Abad, J. (2016). Relación entre motivación, compromiso y autoconcepto en adolescentes: Estudio con futbolistas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(1), 199-219. <https://revistas.um.es/cpd/article/view/254561>
- Vealey, R. (2007). Mental skills training in sport. En T. S. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology* (pp. 287-312). Human Kinetics. <https://doi.org/10.1002/9781118270011.ch13>
- Villalva, J. (2023). *La ansiedad y su influencia en el rendimiento deportivo de los jóvenes de 15 a 17 años* [Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/140558>
- Weinberg, R., & Gould, D. (2019). Personality and sport. En R. S. Weinberg & D. Gould (Eds.), *Foundations of sport and exercise psychology* (7a ed., pp. 67–90). Human Kinetics. <https://ebook.app.hcu.edu.gh/wp-content/uploads/2024/09/Robert-Weinberg-Daniel-Gould-Foundations-of-Sport-and-Exercise-Psychology-7th-Edition-With-Web-Study-Guide-Loose-Leaf-Edition-Human-Kinetics-Inc.-2018.pdf>
- Yerkes, R. M., & Dodson, J. D. (1908). The relation of strength of stimulus to rapidity of habit-formation. *Journal of Comparative Neurology and Psychology*, 18(5), 459–482. <https://doi.org/10.1002/cne.920180503>
- Zurita Ortega, F., Pérez Cortés, A. J., González Campos, G., Castro Sánchez, M., Chacón Cuberos, R., & Ambris Sandoval, J. (2016). Estilos de enseñanza de entrenadores y su relación con la ansiedad de los jugadores en diferentes categorías de fútbol base. *SPORTIS. Scientific Technical Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 2(3), 272–288. <http://hdl.handle.net/2183/17732>

Anexos

Anexo 1. Consentimiento informado

Instituciones : Universidad Católica de Santa María – Fútbol de la ciudad de Puno, Academia ADN, Academia Puno y Academia los toros

Investigador : Jiménez Céspedes, Billy Gabriel

Título : Ejecución deportiva y ansiedad competitiva en futbolistas de la ciudad de Puno

Señor padre de familia:

A través del presente documento se solicita la participación de su menor hijo/a en la investigación denominada: Ejecución deportiva y ansiedad competitiva en futbolistas de la ciudad de Puno. La cual es desarrollada por el investigador: Billy Gabriel Jiménez Céspedes; quien la realiza como parte de su tesis para pregrado; donde se tiene como objetivo determinar la relación que existe entre la ejecución deportiva y la ansiedad competitiva en futbolistas de la ciudad de Puno.

Si usted acepta la participación de su hijo en este estudio, a él se le pedirá que responda a las preguntas de dos cuestionarios, lo cual le llevará unos 20 minutos aproximadamente.

Riesgos y Beneficios:

No se prevén riesgos por participar en este estudio. Su hijo se beneficiará de una evaluación sobre la ejecución deportiva y ansiedad competitiva. Además, los costos de la evaluación serán cubiertos por el estudio y no le ocasionarán gasto alguno. Usted no deberá pagar nada por la participación de su hijo.

Confidencialidad:

La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de las personas que participaron. Los archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio sin su consentimiento.

CONSENTIMIENTO

Voluntariamente doy mi consentimiento para que mi hijo(a) participe en este estudio, comprendo en qué consiste su participación en el proyecto, también entiendo que puede decidir no participar y que puede retirarse del estudio en cualquier momento.

Nombre:

DNI:

Fecha

Anexo 2. Asentimiento informado

Instituciones : Universidad Católica de Santa María – Fútbol de la ciudad de Puno, Academia ADN, Academia Puno y Academia los toros

Investigadores : Jiménez Céspedes, Billy Gabriel

Título : Ejecución deportiva y ansiedad competitiva en futbolistas de la ciudad de Puno

Se te invita a participar del estudio denominado “Ejecución deportiva y ansiedad competitiva en futbolistas de la ciudad de Puno” con la finalidad de determinar la relación que existe entre la ejecución deportiva y la ansiedad competitiva en futbolistas de la ciudad de Puno.

Si decides participar en este estudio tendrás que responder a dos pruebas de aproximadamente 10 minutos cada uno.

Riesgos y Beneficios:

Es importante que tengas en cuenta, que no existen riesgos por participar en este estudio. No deberás pagar por participar en el estudio. Igualmente, no recibirás ningún incentivo económico ni de otra índole.

Confidencialidad:

Guardaremos tu información con códigos y no con nombres. Si los resultados son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de los participantes. Tus archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio sin tu consentimiento. La información una vez procesada será eliminada.

ASENTIMIENTO

Acepto voluntariamente participar en este estudio y también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento.

Nombre: _____

DNI:

Fecha:

Anexo 3. Inventario psicológico de ejecución deportiva (IPED)

Fecha:

Edad:

DEPORTE:

A continuación, se encontrará una serie de afirmaciones referidas a sus pensamientos sentimientos, actitudes o comportamientos durante los entrenamientos y o competencias en los últimos tres (3) meses. Responda cada afirmación procurando ser precisa. Recuerda que no existen respuestas correctas o incorrectas y que la información que suministre es estrictamente confidencial.

1 = Casi nunca 2 = Rara vez 3 = Algunas veces 4 = A menudo 5 = Casi siempre

Nº	AFIRMACIONES	RESPUESTA
1	Me veo más como un perdedor que como un ganador durante las competencias	
2	Me enfado y frustró durante las competencias	
3	Llego a distraerme y perder mi concentración durante las competencias	
4	Antes de las competencias me imagino a mí mismo ejecutando mis acciones y rindiendo perfectamente	
5	Estoy muy motivado para dar lo mejor de mí en la competencia	
6	Puedo mantener emociones positivas durante la competencia	
7	Durante la competencia pienso positivamente	
8	Creo en mí mismo como deportista	
9	Me pongo nervioso durante la competencia	
10	En los momentos críticos de la competencia me da la impresión de que mi cabeza va muy deprisa	
11	Practico mentalmente mis habilidades físicas	
12	Trabajo y entreno gracias a los objetivos que yo me he fijado como deportista	
13	Disfruto durante la competencia, aunque me encuentre con la presencia de dificultades	
14	Durante la competencia mantengo auto conversaciones de carácter negativo	
15	Pierdo mi confianza fácilmente	
16	Los errores durante la competencia me hacen sentir y pensar negativamente	
17	Puedo controlar rápidamente mis emociones y recuperar la concentración	
18	Para mí es fácil pensar fotográficamente (en imágenes) acerca de mi deporte	
19	No necesito que me empujen a entrenar duro y competir con intensidad. Yo soy mi mejor elemento de motivación	
20	Cuando las cosas se vuelven contra mí durante la competencia, tiendo a desinflarme emocionalmente	
21	Empleo todo mi esfuerzo durante la competencia, pase lo que pase	
22	Puedo rendir por encima de mi talento y habilidades	
23	Durante la competencia, siento que mis músculos se tensan y creo que no me van a responder	
24	Me tomo respiros durante la competencia	

25	Antes de la competencia, me visualizo superando situaciones difíciles y ejecutando acciones complejas	
26	Daría lo que fuera por desarrollar todo mi potencial y alcanzar la cumbre como deportista	
27	Entreno con una intensidad alta y positiva	
28	Controlando mi pensamiento soy capaz de transformar estados de humor negativo en positivos	
29	Soy un competidor mentalmente fuerte	
30	Cuando compito, la situación es incontrolables, como el viento, las trampas de los contrarios, los malos juzgamientos o arbitrajes, me alteran y hacen que me derrumbe	
31	Durante la competencia, pienso en errores pasados o en oportunidades perdidas	
32	Durante la competencia utilizó imágenes que me ayudan a rendir mejor	
33	Estoy aburrido y quemado	
34	Las situaciones difíciles para mí suponen un desafío y me inspiran	
35	Mi entrenador diría de mí, que tengo una buena actitud	
36	La imagen que proyecto al exterior es de ser un deportista luchador	
37	Puedo permanecer tranquilo durante la competencia pese a que aparezcan problemas perturbadores	
38	Mi concentración se rompe fácilmente	
39	Cuando me visualizo compitiendo o entrenando, puedo ver y sentir las cosas muy vivamente	
40	Al despertar por las mañanas, me siento muy motivado para entrenar y competir	
41	Practicar este deporte me aporta un sentido genuino de disfrute y realización	
42	Yo puedo convertir una crisis en una oportunidad	

Anexo 4. Cuestionario de estado de ansiedad competitiva (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	Moderada	Mucho
		1	2	3	4
1	Estoy inquieto.				
2	Me preocupa no rendir en esta competición tan bien como podría hacerlo				
3	Estoy seguro de mí mismo.				
4	Noto mi cuerpo tenso.				
5	Me preocupa perder.				
6	Siento tensión en mi estómago				
7	Estoy seguro de que puedo hacer frente al desafío.				
8	Me preocupa bloquearme ante la presión.				
9	Mi corazón se acelera.				
10	Tengo confianza en hacerlo bien.				
11	Me preocupa un bajo rendimiento.				
12	Tengo un nudo en mi estómago.				
13	Tengo confianza porque me veo alcanzando mi objetivo.				
14	Me preocupa que los demás se sientan decepcionado con mi rendimiento.				
15	Mis manos están sudorosas.				
16	Confío en responder bien ante la presión.				
17	Noto mi cuerpo rígido.				
18	Siento un vacío en mi estómago (alternativa al ítem 12)				

Anexo 5. Prueba de normalidad de datos

Tabla 11

Prueba de normalidad de datos

	Kolmogorov-Smirnov		
	Estadístico	G1	Sig.
V1. Ejecución deportiva	.094	61	.200
Autoconfianza	.150	61	.002
Control de Afrontamiento Negativo	.164	61	.000
Control Atencional	.121	61	.027
Control Visuo – Imaginativo	.128	61	.014
Nivel Motivacional	.106	61	.086
Control de Afrontamiento Positivo	.098	61	.200
Control Actitudinal	.120	61	.030
V2. Ansiedad competitiva	.117	61	.036
Ansiedad cognitiva	.106	61	.083
Ansiedad somática	.116	61	.040
Autoconfianza	.123	61	.022

Se empleó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov debido a que la muestra está compuesta por más de 50 sujetos. Al analizar el valor de significancia se determinó que presentan distribución normal ($p > .05$) las variables de ejecución deportiva, nivel motivacional, control de afrontamiento positivo y ansiedad cognitiva; caso contrario, presentan distribución no normal ($p < .05$) las variables de autoconfianza, control de afrontamiento negativo, control atencional, control visuo imaginativo, control actitudinal, ansiedad competitiva, ansiedad somática y autoconfianza. En vista de estos resultados, para el análisis inferencial se aplicarán pruebas no paramétricas.