



UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA

SEDE QUITO

CARRERA DE PSICOLOGÍA

**LA AUTOEFICACIA EN EL RENDIMIENTO
DEPORTIVO**

Trabajo de titulación previo a la obtención del
Título de Licenciada en Psicología

AUTOR: KAROL DAYANA CARRERA
ESPINOSA

TUTOR: SARA ALEXANDRA CASTILLO
YÁNEZ

Quito-Ecuador

2023

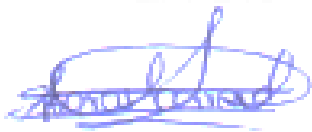
**CERTIFICADO DE RESPONSABILIDAD Y AUTORÍA DEL TRABAJO DE
TITULACIÓN**

Yo, Karol Dayana Carrera Espinosa con documento de identificación N°172562911-5 manifiesto que:

Soy el autor y responsable del presente trabajo; y, autorizo a que sin fines de lucro la Universidad Politécnica Salesiana pueda usar, difundir, reproducir o publicar de manera total o parcial el presente trabajo de titulación.

Quito, 8 de febrero del año 2023

Atentamente,



Karol Dayana Carrera Espinosa

172562911-5

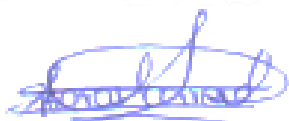
CERTIFICADO DE CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN A LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA

Yo, Karol Dayana Carrera Espinosa con documento de identificación No. 172562911-5, expreso mi voluntad y por medio del presente documento cedo a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que soy autor del título en licenciada en Psicología: “La autoeficacia en el rendimiento deportivo”, el cual ha sido desarrollado para optar por el título de: Licenciada en Psicología, en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En concordancia con lo manifestado, suscribo este documento en el momento que hago la entrega del trabajo final en formato digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.

Quito, 8 de febrero del año 2023

Atentamente,



Karol Dayana Carrera Espinosa
172562911-5

CERTIFICADO DE DIRECCIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Sara Alexander Castillo Yánez, con documento de identificación N° 040128709-9, docente de la Universidad Politécnica Salesiana, declaro que bajo mi tutoría fue desarrollado el trabajo de titulación: La autoeficacia en el rendimiento deportivo, realizado por Karol Dayana Carrera Espinosa con documento de identificación N° 172562911-5, obteniendo como resultado final el trabajo de titulación bajo la opción licenciada en Psicología , que cumple con todos los requisitos determinados por la Universidad Politécnica Salesiana.

Quito, 8 de febrero del año 2023

Atentamente,



Sara Alexandra Castillo Yánez
040128709-9

Resumen

La presente investigación se realizó con el objetivo de identificar la asociación entre las variables autoeficacia y rendimiento deportivo en los jugadores de un Club deportivo de la ciudad de Quito durante el periodo 2022-2023. Se utilizó como instrumento para la recolección de datos, la Escala de Autoeficacia hacia la práctica de la actividad física Bandura (2006), que presenta 18 preguntas cerradas, con un formato de respuestas tipo Likert. La investigación se desarrolló con un diseño cuantitativo a través de una metodología hipotética deductiva, para el análisis de valores numéricos. Se trata además de una investigación no experimental, con una población de 30 personas, deportistas, con una edad comprendida entre los 18 a 31 años, designada por conveniencia de la autora. Los resultados de la recopilación de datos estadísticos se realizaron con el programa IBM SPSS Statistics y la prueba chi cuadrado, con la que se establece la existencia de relación entre variables. Los resultados indican una asociación entre autoeficacia y rendimiento deportivo en los sujetos de investigación.

Palabras Claves: Autoeficacia, rendimiento deportivo, jugadores de un club deportivo, actividad física.

ABSTRACT

The present research was carried out with the objective of identifying the association between the variables self-efficacy and sports performance in the players of a sports club in the city of Quito during the period 2022-2023. The Bandura Physical Activity Self-Efficacy Scale (2006), which presents 18 closed-ended questions, was used as a tool for data collection in a Likert-type response format. The research was developed with a quantitative design through a hypothetical deductive methodology, for the analysis of numerical values. It is also an experimental research, with a population of 30 people, athletes, aged between 18 and 31 years, designated by convenience of the author. The results of the statistical data collection were performed with the IBM SPSS Statistics program and the chi-square test, which establishes the existence of a relationship between variables. The results indicate an association between self-efficacy and sports performance in research subjects.

Keywords: Self-efficacy, sports performance, sports club players, physical activity.

Índice de contenido

| | |
|--|----|
| Datos informativos del proyecto..... | 1 |
| Objetivo General:..... | 1 |
| Objetivo Específico:..... | 1 |
| Eje de la investigación..... | 1 |
| Autoeficacia | 3 |
| Tabla 1 Categorías individuo eficaz / individuo ineficaz Bandura (1986) | 3 |
| Tabla 2 Procesos de autoeficacia según Bandura (1896)..... | 4 |
| Rendimiento deportivo..... | 5 |
| Autoeficacia y rendimiento deportivo | 5 |
| Variables o dimensiones | 6 |
| Hipótesis | 7 |
| Objeto de la práctica de investigación..... | 8 |
| Metodología..... | 9 |
| Participantes..... | 9 |
| Tabla 3 Criterios de Inclusión..... | 10 |
| Instrumento de recolección de datos..... | 10 |
| Estadística de fiabilidad | 12 |
| Tabla 4.1 Estadística de fiabilidad | 13 |
| Procedimiento | 13 |
| Preguntas claves | 14 |
| Organización y procesamiento de la información | 14 |
| 1. Resultados variables demográficos..... | 14 |
| Tabla 5 Variable de edad, Nivel educativo, Sexo | 14 |
| Análisis de resultados generales, Escala de autoeficacia hacia la práctica de la actividad física de Bandura (2006)..... | 15 |
| Tabla 5.1 Operacionalización de variables | 15 |
| Tabla 5.2.1 Estadísticas de Confiabilidad Escala de autoeficacia hacia la práctica de la actividad física..... | 16 |
| Tabla 5.3 Análisis de variables edad, rendimiento deportivo, nivel educativo. | 16 |
| Tabla 5.4 Análisis de variables edad, Autoeficacia, nivel educativo..... | 17 |
| Tabla 5.5 Asociación entre rendimiento y autoeficacia..... | 18 |
| Tabla 6 Pruebas de Chi – Cuadrado..... | 18 |
| Planteamiento de hipótesis: | 19 |
| Nivel de confianza | 19 |
| Criterio de decisión | 19 |

| | |
|--|--------------------------------------|
| Decisión | 19 |
| Análisis de información..... | 20 |
| Plan de análisis:..... | 20 |
| Justificación..... | 20 |
| Caracterización de los beneficiarios | 21 |
| Tabla 7 Jugadores participantes | 22 |
| Interpretación..... | 22 |
| Principales logros de aprendizaje | 24 |
| Conclusiones..... | 25 |
| Recomendaciones | 26 |
| Referencias bibliográficas | 27 |
| Anexos | ¡Error! Marcador no definido. |

Datos informativos del proyecto

Título del trabajo de titulación: La Autoeficacia en el rendimiento deportivo

Nombre del proyecto: La autoeficacia en el rendimiento deportivo en los jugadores de un Club deportivo de la ciudad de Quito durante el periodo 2022 - 2023

Delimitación del tema: Asociación entre autoeficacia y rendimiento deportivo en los jugadores de un Club deportivo de la ciudad de Quito, durante el periodo 2022-2023.

Objetivo General:

Identificar la asociación entre autoeficacia y rendimiento deportivo en los jugadores de un Club deportivo de la ciudad de Quito durante el periodo 2022 – 2023.

Objetivo Específico:

- Medir el nivel de autoeficacia y rendimiento deportivo en los jugadores de un Club deportivo de la ciudad de Quito.
- Describir la implicación de la autoeficacia en el rendimiento deportivo de los jugadores de un Club deportivo de la ciudad de Quito.
- Describir el impacto de los niveles de autoeficacia y rendimiento deportivo en el cumplimiento de metas personales en jugadores de un club deportivo de Quito.

Eje de la investigación

La presente investigación pretende identificar la asociación que existe entre autoeficacia y rendimiento deportivo, en los jugadores de un Club deportivo de la ciudad de Quito con una edad comprendida entre los 18 a 31 años, durante el periodo 2022-2023.

Se utilizó un enfoque cognitivo conductual, ya que permite comprender los patrones comportamentales, en relación al rendimiento deportivo, su mantenimiento y consolidación, que intervienen en un posible cambio de pensamientos, emociones, respuestas fisiológicas, lo que describe a la vez un conjunto de actividades de rendimiento lo que se denomina dinámica deportiva (Ferrer, 2010).

Según Beck (1991) la autoeficacia se puede considerar como una variable cognitiva que posibilita en cierta medida la explicación y predicción del rendimiento deportivo. Se consideran así a la autoeficacia y el rendimiento deportivo como dos variables de interés para los jugadores y entrenadores de varios deportes, tomando en cuenta que, es el individuo quien asume, por el nivel de autoeficacia, la ejecución de sus actos y el esfuerzo para lograr sus objetivos.

De acuerdo a investigaciones realizadas en los últimos 20 años, la autoeficacia ha sido una de las variables psicológicas más importantes de estudio, en relación al rendimiento deportivo en los jugadores de fútbol (García, 2018).

La autoeficacia y rendimiento deportivo, en investigaciones previas, tienen una relación positiva, lo que quiere decir que las experiencias y resultados del pasado favorecen o perjudican a los jugadores, en virtud de sus juicios y criterios sobre sí mismos, influyendo así en el rendimiento deportivo (García, 2018). Por lo que es de interés para esta investigación, encontrar esta relación de variables y describir la implicación de estas sobre su rol como deportistas de un club de la ciudad de Quito.

Tomado en cuenta lo expuestos anteriormente, las variables autoeficacia y el rendimiento deportivo, consideradas en el presente estudio, serán estudiadas desde los aportes teóricos del enfoque cognitivo conductual, principalmente los postulados de tres grandes autores como: Aarón Beck, Albert Ellis y Albert Bandura.

Beck (1991) menciona, que, en un proceso terapéutico con deportistas, cuando logran notar que sus pacientes se ven a sí mismos, al mundo y al futuro como un éxito o fracaso, es un indicador de la necesidad de reevaluar su autoeficacia, lo que configuraría un compromiso personal para la transformación beneficiosa en su vida y con ello mejorar el rendimiento deportivo.

Autoeficacia

Bandura (1986), define a la autoeficacia como los juicios que cada persona tiene sobre su propia capacidad, organizando y ejecutando sus tareas de una manera que le permite entender el resultado del esfuerzo aplicado para obtener un resultado deseado en un periodo a corto o a largo plazo.

Torres (2009) por otro lado indica que la autoeficacia y el rendimiento deportivo mantiene una relación positiva, lo que el autor denomina como la capacidad mediadora de conseguir los logros de las metas y la toma de decisiones.

Además, Bandura (1986) propone que el ser humano construye su propio futuro y no simplemente se limita a predecirlo. El autor define dos categorías para considerar a un individuo como eficaz o ineficaz así:

Tabla 1 Categorías individuo eficaz / individuo ineficaz Bandura (1986)

| El individuo que se considera eficaz: | El individuo que se considera ineficaz: |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> a) Se impone retos que favorecen su interés. b) Desarrolla actividades nuevas. c) Intensifica sus esfuerzos cuando no ha conseguido sus propósitos. d) Afrontar las tareas amenazantes sin estrés. | <ul style="list-style-type: none"> a) Evitar tareas difíciles. b) Reduce sus esfuerzos ante las dificultades. c) Incrementar sus definiciones personales. d) Disminuye sus aspiraciones. |

Fuente: Ortega, E. (2005). Autoeficacia y Deporte. España: Wanceulen editorial deportiva, S.L.

En relación a lo anterior, según Bandura (1986) las creencias de eficacia regulan además el funcionamiento humano mediante cuatro procesos principales, que actúan generalmente de forma conjunta, descritos a continuación en la siguiente tabla:

Tabla 2 Procesos de autoeficacia según Bandura (1896)

| | Autoeficacia Alta | Autoeficacia Baja |
|----------------------|--|--|
| Proceso cognitivo | Se mantiene orientado a la tarea, se marcan retos y usan un buen pensamiento y logran un gran nivel de ejecución. | No se orienta a la tarea, actúa de manera errática en su pensamiento, reduce sus aspiraciones y deterioran sus ejecuciones. |
| Proceso motivacional | Ejecutan un mayor esfuerzo ante el fracaso y persisten para dominar el desafío. | Desconfianza de sus capacidades y reduce sus esfuerzos, incluso llegando al abandono. |
| Proceso afectivo | No vigila las amenazas, ni insiste en los pensamientos molestos, transformando cognitivamente las situaciones amenazantes en benignas. | Su entorno cargado de dificultades imposibles de franquear, magnifican la gravedad preocupación de cosas insignificantes. |
| Proceso de selección | Fomenta el interés intrínseco e incrementa en la actividad. Se marcan retos, mantiene un nivel de compromiso elevado, enfocan las situaciones difíciles con la seguridad de controlarlas y reduce el estrés y la ansiedad. | Evita las tareas difíciles y su compromiso débil ante tareas complejas, necesitan mucho tiempo para volver a tener sensación de eficacia y atribuyen los fracasos a sus limitaciones, siendo víctimas de estrés y depresión. |

Fuente: Ortega, E. (2005). Autoeficacia y Deporte. España: Wanceulen editorial deportiva, S.L.

Como se aprecia en la tabla, la autoeficacia se organiza en cuatro procesos principales y estos, a la vez, se clasifican en dos niveles más: La autoeficacia alta que presenta un nivel de ejecución enfocándose en logros y metas deseadas y la autoeficacia baja que evita realizar tareas difíciles y reduce el esfuerzo, inclusive considera que la persona llegue a abandonar sus metas o se le dificulte continuar con ellas.

Lo anteriormente mencionado, es de gran importancia para el presente estudio ya mide los niveles de autoeficacia y permite a conocer cuánto el compromiso de logro de metas o la deserción de ellas, también verifica en qué grado podría haber han reducido o aumentado sus esfuerzos siendo parte de un Club deportivo de la ciudad de Quito.

Rendimiento deportivo

Según Montoro y De la Paz (2015) el rendimiento deportivo no es más que el aumento o decremento temporal de la capacidad física, psíquica, funcional, técnica y táctica reflejada por el deportista durante su período de entrenamiento, sin embargo, Weineck (2005) valora que la capacidad de rendimiento deportivo, expresa el grado de establecimiento de un determinado rendimiento deportivo-motor, dada su compleja estructura de condicionantes, por un amplio abanico de factores. Uno de ellos consiste en entrenar habilidades psicológicas necesarias, que permita al deportista enfrentarse con mayores recursos para el mejoramiento del rendimiento.

Lo expuesto, representa un elemento importante para la investigación ya que permite comprender que la problemática del rendimiento deportivo puede impactar en los jugadores en su proceso de desarrollo deportivo e incluso decantar en una afectación de su calidad de vida en general.

Autoeficacia y rendimiento deportivo

La autoeficacia tiene está en relación al rendimiento deportivo, principalmente sobre las capacidades humanas para el logro de metas en el rendimiento, entre ellas la capacidad de sentirse eficaz en la ejecución de sus tareas (Bandura, 2001). También hace referencia entonces a las creencias propias acerca de las capacidades sobre aprender o rendir efectivamente en determinada situación, actividad o tarea (Zimmerman, Kitsantas & Campilla, 2005).

Además, como señala Lapuente (2020) el rendimiento deportivo es la ejecución de conductas y el desarrollo de hábitos que ayudan a la ampliación de recursos de los jugadores que permiten un favorable resultado.

Finalmente, mayor sea la percepción de la autoeficacia, mejor tiende a ser el desempeño de los jugadores y puede llegar hacer aspectos positivos de sí mismo.

Variables o dimensiones

En la presente investigación se utilizó las siguientes variables: Autoeficacia, rendimiento deportivo, las cuales se enunciarán en la siguiente tabla:

| Variable | Concepto | Indicadores | Escalas |
|-----------------|---|--|---|
| Edad | Años cumplidos situados en un rango de edad (RAE, 2022). | 18 a 31 años | Cuantitativa discreta Variable interviniente |
| Género | “Conjunto de seres que tiene uno o varios caracteres comunes” (RAE, 2022). | Masculino | Cualitativa nominal Variable interviniente |
| Nivel Educativo | Determinada por una serie ordenada de programas educativos (INEE, 2022). | <ul style="list-style-type: none"> – Primaria – Secundaria – Superior | Cualitativa ordinal Variable interviniente |
| Autoeficacia | Los juicios que cada persona tiene sobre su propia capacidad, organizando y ejecutando sus tareas de una manera que le permite entender el resultado de esfuerzo aplicado para obtener un resultado deseado (Bandura,1986). | <ul style="list-style-type: none"> – Autoeficacia Alta – Autoeficacia Baja | Cualitativa nominal (variable dependiente) |

| | | | |
|-----------------------|---|---|--|
| Rendimiento deportivo | Según Weineck (2005) valora que la capacidad de rendimiento deportivo, dada su compleja estructura de condicionantes, por un amplio abanico de factores que uno de ellos consiste en, entrenar habilidades psicológicas necesarias, que permita al deportista enfrentarse con mayores recursos para el mejoramiento del rendimiento. | <ul style="list-style-type: none"> – Bajo – Medio – Alto | Cualitativa nominal (variable dependiente) |
|-----------------------|---|---|--|

Elaborado por: Karol Carrera (2023)

Hipótesis

En la investigación se construye como hipótesis que la autoeficacia y rendimiento deportivo en los jugadores de un Club deportivo de la ciudad de Quito durante el periodo 2022 – 2023, se asocian positivamente entre sí. La hipótesis se explica a detalle a continuación:

Hi: Existe asociación entre la autoeficacia y rendimiento deportivo en los jugadores de un Club deportivo en la ciudad de Quito durante el periodo 2022 – 2023.

Las hipótesis planteadas se espera que sean comprobadas para verificar en nivel de confianza y si son asociadas o no.

Ho: No existe una asociación entre la autoeficacia y rendimiento deportivo en los jugadores de un Club deportivo en la ciudad de Quito durante el periodo 2022 – 2023.

Objeto de la práctica de investigación

El objeto de esta investigación es identificar la asociación entre la autoeficacia y el rendimiento deportivo en los jugadores de un Club deportivo de la ciudad de Quito, que permita comprender cómo esta asociación impacta en el cumplimiento de metas personales.

Como se aprecia en los aportes teóricos, se considera la autoeficacia se puede como un factor que influye en la elección de conductas, las cuales pueden afectar el desarrollo personal y deterioro de las metas (Ortega,2005). Por esta razón bajo estrategias psicoeducativas también se puede fortalecer dichas conductas para el mantenimiento de una autoeficacia alta en rendimiento deportivo óptimo.

Según Bandura (1999, citado en Ortega, 2005) aquella persona con un nivel de autoeficacia baja evita tareas difíciles, reduce al mínimo sus esfuerzos y abandona rápidamente y necesita tiempo para recuperar su sentido de eficacia tras el fracaso.

Además, Ortega (2005) plantea que las personas con un nivel de autoeficacia alto enfocan las tareas difíciles como retos y no como amenazas, y la implicación profunda en las actividades.

Al respecto, cabe destacar que los deportistas son personas que se imponen retos personales ambiciosos, manteniendo ante ellos un fuerte compromiso, aumentando y sosteniendo sus esfuerzos ante las situaciones más complejas y recuperando la sensación de eficacia de manera rápida ante fracasos.

Es por ello, que el presente trabajo identifica la asociación entre la autoeficacia en el rendimiento deportivo de los jugadores de un Club deportivo de la ciudad de Quito, que tiene una trayectoria de 4 años y la participación de los jugadores en campeonatos sectoriales.

Se identifican respecto al rendimiento deportivo algunas necesidades, para ello se utilizó en la investigación una metodología de observación no participante, para rescatar los comportamientos frecuentes de los jugadores sujetos de investigación respecto a su autoeficacia y rendimiento deportivo, de este modo se identificó en especial el esfuerzo para el cumplimiento de metas personales.

Metodología

El enfoque de la investigación utilizada para la sistematización de datos es de tipo cuantitativo, que utiliza la recolección de datos que se fundamente en la medición de las variables, analizar con métodos estadísticos y probar teorías (Sampieri, 2014)

La metodología cuantitativa se trata de un estudio descriptivo no experimental de carácter transversal, debido a que las mediciones se hicieron en un momento determinado por una sola vez y se ha seleccionado una muestra no probabilística por conveniencia (Sampieri, 2014).

Las variables del presente estudio autoeficacia y rendimiento deportivo, fueron profundizadas mediante una revisión sistematizada de bibliografía actual y serán medidas con reactivos validados por algunos autores en investigaciones previas realizadas en américa latina. Por ello los niveles de autoeficacia y rendimiento deportivo, fueron medidas con la escala de autoeficacia hacia la práctica de actividad física, de Bandura.

Participantes

La presente investigación consideró la totalidad de la población de un club deportivo de la ciudad de Quito, lo que describe un trabajo desarrollado con el universo de sujetos de investigación. Además, se utiliza una investigación de tipo incidental, no

probabilístico, que incluye un total de 30 jugadores de un Club deportivo de la ciudad de Quito, con edades comprendidas entre 18 y 31 años, del sexo masculino,

Para investigación, se tomarán en cuenta los siguientes criterios:

Tabla 3 Criterios de Inclusión

| Criterios de inclusión |
|--|
| 1) Jugadores en edades comprendidas desde los 18 años, o meses a 31 años, 0 meses. |
| 2) Pertenece legalmente al Club deportivo de la ciudad de Quito al menos dos años. |
| 3) Los jugadores no tener ningún tipo de discapacidad. |
| 4) Expresar su voluntariedad para la participación en la investigación. |
| 5) Firma de consentimiento informado. |

Elaborado por: Karol Carrera (2022).

Al considerar el universo de la población de interés, todos los sujetos de investigación cumplen con los criterios de inclusión propuestos.

Instrumento de recolección de datos

La elección del reactivo utilizado en la presente investigación se ejecuta bajo una exhaustiva revisión bibliográfica, de documentos científicos e investigaciones realizadas en América Latina.

Para la recolección de datos se utilizó el siguiente instrumento:

La escala de autoeficacia hacia la práctica de la actividad física de Bandura (2006), que tiene como finalidad observar los niveles de autoeficacia en diferentes situaciones reales. Es una escala que se ha aplicado en países como México, Argentina y Colombia donde se ha realizado muestras con niños, jóvenes y adultos, por ejemplo, que México, en una investigación acerca de la actividad deportiva en la vida social

donde se trabajó con estudiantes universitarios de una universidad pública, se evidencio que existe una estrecha relación y que es un instrumento que puede ser aplicado en Latino América, así, por ejemplo: en Colombia se demostró la implicación de la relación que existe entre en nivel de autoeficacia y rendimiento deportivo. En Argentina se desarrolló una investigación con una muestra de 124 alumnos de un colegio, entre y 15 años de edad, los resultados indican que existe asociación entre la autoeficacia y el rendimiento deportivo.

La versión en español es una escala que muestra niveles aceptables de validez y fiabilidad de la Escala de autoeficacia hacia la práctica de la actividad física, en deportistas. Demuestra ser útil para evaluar la asociación de la autoeficacia referente a la actividad físico con distintas variables psicosociales y de estilo de vida (García, 2018).

Los Jugadores deberán indicar sus expectativas para mantener la rutina de entrenamiento bajo ciertas circunstancias en una escala que va de 0 a 100, donde 0 significa incapacidad total para mantener la rutina y 100 significa seguridad completa para mantenerla (Bandura,2006).

La escala consta de 18 ítems que proponen situaciones concretas que permiten analizar el nivel de autoeficacia hacia la práctica de actividad física. Se trata de una escala tipo Likert.

Se realiza traducción de la escala de autoeficacia hacia la práctica de la actividad física de Bandura (2006) del inglés al español y posteriormente se traducen de nuevo al idioma original (Abalde y Pino, 2016). Se compararon los ítems traducidos al inglés con los de la escala original, observando una gran coincidencia. Las escalas fueron analizadas por expertos en psicología deportiva, quienes consideraron la pertinencia de los elementos para medir la autoeficacia en deportistas (Abalde y Pino, 2016).

Estadística de fiabilidad

Tabla 4 Alfa de Conbrach

| | Estadísticas de total de elemento | | | |
|---|--|--|--|--|
| | Media de escala si el elemento se ha suprimido | Varianza de escala si el elemento se ha suprimido | Correlación total de elementos corregida | Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido |
| Cuando me siento cansado | 42,50 | 32,466 | ,344 | ,890 |
| Cuando me siento cansado | 42,40 | 32,386 | ,308 | ,893 |
| Durante el mal clima | 42,67 | 31,057 | ,570 | ,883 |
| Después de recuperarse de una lesión que me hizo dejar de hacer ejercicio | 42,70 | 29,666 | ,619 | ,881 |
| Durante o después de experimentar problemas personales | 42,27 | 31,582 | ,575 | ,883 |
| Cuando me siento deprimido | 42,27 | 32,064 | ,484 | ,886 |
| Cuando me siento ansioso | 42,07 | 33,375 | ,336 | ,890 |
| Después de recuperarse de una enfermedad que me hizo dejar de hacer ejercicio | 42,57 | 31,564 | ,509 | ,885 |
| Cuando siento incomodidad física cuando hago ejercicio | 42,43 | 30,737 | ,710 | ,879 |
| Después de unas vacaciones | 42,50 | 32,190 | ,342 | ,891 |
| Cuando tengo demasiado trabajo para hacer en casa | 42,47 | 30,395 | ,682 | ,879 |
| Cuando tengo visita | 42,33 | 31,954 | ,422 | ,888 |
| Cuando hay otras cosas interesantes que hacer | 42,40 | 31,628 | ,543 | ,884 |
| En caso de no lograr mis objetivos al ejercitarme | 42,40 | 30,248 | ,627 | ,881 |
| Sin el apoyo de mi familia o amigos | 42,27 | 30,892 | ,708 | ,879 |
| Durante unas vacaciones | 42,47 | 30,740 | ,556 | ,883 |
| Cuando tengo otros compromisos de tiempo | 42,43 | 30,806 | ,608 | ,881 |
| Después de experimentar problemas familiares | 42,17 | 31,661 | ,618 | ,882 |

Fuente: IMB SPSS (Karol, 2023).

Tabla 4.1 Estadística de fiabilidad

| Estadísticas de fiabilidad | |
|-----------------------------------|----------------|
| Alfa de Cronbach | N de elementos |
| ,890 | 18 |

Fuente: IMB SPSS (Karol, 2023).

Las tablas anteriormente expuestas demuestran que la escala utilizada tiene alta confiabilidad para la medición de autoeficacia y rendimiento deportivo, con una puntuación de 0.89, lo que se traduce en que los resultados obtenidos son confiables.

Procedimiento

Para la investigación se organizó un cronograma de aplicación de reactivos en los participantes de tal manera que sea aplicada por una única ocasión y con la participación de todos los jugadores,

Se realizó además la socialización del consentimiento informado para su posterior firma voluntaria y participación en la investigación.

Se aplicó la escala a los jugadores en la fecha y horario establecido. La aplicación duro aproximadamente alrededor de unos 10 minutos.

Se recopiló la información a través de la aplicación de la escala de autoeficacia hacia la práctica de la actividad física.

Se realizó la respectiva tabulación utilizando métodos estadísticos a través del programa SPSS para su posterior análisis e interpretación de los datos obtenidos.

Se redactó un informe conforme a los resultados obtenidos, además de las conclusiones y recomendaciones.

Preguntas claves

¿Cuál es la asociación de la autoeficacia y el rendimiento deportivo en los jugadores de un Club deportivo de la ciudad de Quito?

¿Qué nivel de autoeficacia y rendimiento deportivo presentan los jugadores de un Club deportivo de la ciudad de Quito?

¿Cuál es la implicación de la autoeficacia en el rendimiento deportivo de los jugadores de un Club deportivo de la ciudad de Quito con relación a las metas y logros personales?

Organización y procesamiento de la información

A continuación, se detallan los resultados cuantitativos obtenidos por la Escala de autoeficacia hacia la práctica de la actividad física de Bandura (2006).

1. Resultados variables socio demográficos

Tabla 5 Variable de edad, Nivel educativo, Sexo

Tabla cruzada Edad*Nivel Educativo*Sexo

| | | Sexo | Edad | Recuento | | Total |
|--------|-------|------|------|------------|----------|-------|
| | | | | Secundaria | Superior | |
| Hombre | 18 | | 10 | 1 | 11 | |
| | 19 | | 2 | 1 | 3 | |
| | 20 | | 1 | 0 | 1 | |
| | 21 | | 1 | 2 | 3 | |
| | 22 | | 3 | 3 | 6 | |
| | 24 | | 1 | 0 | 1 | |
| | 25 | | 2 | 0 | 2 | |
| | 26 | | 1 | 0 | 1 | |
| | 28 | | 1 | 0 | 1 | |
| | 31 | | 1 | 0 | 1 | |
| | Total | | 23 | 7 | 30 | |

Fuente: Resultados del IMB SPSS (Karol, 2023).

Esta tabla cruzada estamos utilizando tres variables que son: sexo (solo hombres), edad y nivel educativo, en lo que respecta al género, la población en tu totalidad son hombres. La edad oscila entre los 18 años y los 31 años, además el nivel de educación se cuenta con nivel de secundaria y de pregrado, aquí podemos mencionar donde existe mayor concentración de los datos por ejemplo que el 30% equivalen a hombres de 18 años que están en secundaria, mientras que en edad de 23 años existe una similitud de información tanto en secundaria como en superior existen 3 alumnos por cada nivel. Finalmente, que 23 estudiantes secundaria y 7 son de nivel superior.

Análisis de resultados generales, Escala de autoeficacia hacia la práctica de la actividad física de Bandura (2006).

Tabla 5.1 Operacionalización de variables

| Variables | Definición | Dimensiones | Indicadores | Índices | Escala de medición |
|-----------------------|---|-----------------------|------------------------------------|-----------------------|--------------------|
| Autoeficacia | Los juicios que cada persona tiene sobre su propia capacidad, organizando y ejecutando sus tareas de una manera que le permite entender el resultado de esfuerzo aplicado para obtener un resultado deseado (Bandura,1986). | Autoeficacia | 5,6,7,10, 12,13,14, 15,17,18 | Baja Media Alta | Nominal |
| Rendimiento deportivo | Según Weineck (2005) valora que la capacidad de rendimiento deportivo, dada su compleja estructura de condicionantes, por un amplio abanico de factores que uno de ellos consiste en, entrenar habilidades psicológicas necesarias, que permita al deportista enfrentarse con mayores recursos para el mejoramiento del rendimiento. | Rendimiento deportivo | 1,2,4,8,9, 11,16 | Baja Media Alta | Nominal |

Elaborado por: Karol Carrera (2023).

Tabla 5.2.1 Estadísticas de Confiabilidad Escala de autoeficacia hacia la práctica de la actividad física

| Estadísticas de fiabilidad | |
|----------------------------|----------------|
| Alfa de Cronbach | N de elementos |
| ,890 | 18 |

Fuente: IBM SPSS (Karol, 2023).

En la presente tabla se muestra una confiabilidad de 0,890 en el Alfa de Cronbach, manifestando que tiene una fiabilidad, por lo tanto, se puede mencionar que los resultados estadísticos de fiabilidad son confiables.

Tabla 5.3 Análisis de variables edad, rendimiento deportivo, nivel educativo.

Tabla cruzada Edad*Rendimiento*Nivel Educativo

Recuento

| Nivel Educativo | | Edad | Rendimiento | | Total |
|-----------------|-------|-------|-------------|------|-------|
| | | | Baja | Alta | |
| Secundaria | Edad | 18 | 1 | 9 | 10 |
| | | 19 | 0 | 2 | 2 |
| | | 20 | 0 | 1 | 1 |
| | | 21 | 0 | 1 | 1 |
| | | 22 | 1 | 2 | 3 |
| | | 24 | 0 | 1 | 1 |
| | | 25 | 1 | 1 | 2 |
| | | 26 | 0 | 1 | 1 |
| | | 28 | 0 | 1 | 1 |
| | | 31 | 0 | 1 | 1 |
| | Total | | 3 | 20 | 23 |
| Superior | Edad | 18 | 0 | 1 | 1 |
| | | 19 | 0 | 1 | 1 |
| | | 21 | 1 | 1 | 2 |
| | | 22 | 1 | 2 | 3 |
| | | Total | | 2 | 5 |
| Total | Edad | 18 | 1 | 10 | 11 |
| | | 19 | 0 | 3 | 3 |
| | | 20 | 0 | 1 | 1 |
| | | 21 | 1 | 2 | 3 |
| | | 22 | 2 | 4 | 6 |

| | | | | |
|--|-------|---|----|----|
| | 24 | 0 | 1 | 1 |
| | 25 | 1 | 1 | 2 |
| | 26 | 0 | 1 | 1 |
| | 28 | 0 | 1 | 1 |
| | 31 | 0 | 1 | 1 |
| | Total | 5 | 25 | 30 |

Fuente: Resultados del IBM SPSS (Karol, 2023).

En este caso se puede observar que el 83,3% de la muestra refleja un nivel alto en rendimiento, mientras que el 16,7% son de rendimiento bajo, además en la edad de 18 años muestra un mayor rendimiento por edades y están ubicados en secundaria.

Tabla 5.4 Análisis de variables edad, Autoeficacia, nivel educativo.

Tabla cruzada Edad*Autoeficacia*Nivel Educativo

Recuento

| Nivel Educativo | | | Autoeficacia | | Total |
|-----------------|-------|-------|--------------|------|-------|
| | | | Baja | Alta | |
| Secundaria | Edad | 18 | 0 | 10 | 10 |
| | | 19 | 0 | 2 | 2 |
| | | 20 | 0 | 1 | 1 |
| | | 21 | 0 | 1 | 1 |
| | | 22 | 1 | 2 | 3 |
| | | 24 | 0 | 1 | 1 |
| | | 25 | 0 | 2 | 2 |
| | | 26 | 0 | 1 | 1 |
| | | 28 | 0 | 1 | 1 |
| | | 31 | 0 | 1 | 1 |
| | Total | | 1 | 22 | 23 |
| Superior | Edad | 18 | 0 | 1 | 1 |
| | | 19 | 0 | 1 | 1 |
| | | 21 | 1 | 1 | 2 |
| | | 22 | 0 | 3 | 3 |
| | | Total | 1 | 6 | 7 |
| Total | Edad | 18 | 0 | 11 | 11 |
| | | 19 | 0 | 3 | 3 |
| | | 20 | 0 | 1 | 1 |
| | | 21 | 1 | 2 | 3 |
| | | | | | |

| | | | | |
|-------|----|---|----|----|
| | 22 | 1 | 5 | 6 |
| | 24 | 0 | 1 | 1 |
| | 25 | 0 | 2 | 2 |
| | 26 | 0 | 1 | 1 |
| | 28 | 0 | 1 | 1 |
| | 31 | 0 | 1 | 1 |
| Total | | 2 | 28 | 30 |

Fuente: Resultados del SPSS (Karol, 2023).

De igual forma con respecto a la autoeficacia se observa un mayor porcentaje equivalente al 93,3% y bajo solamente el 6,7%, de igual manera se puede observar que existe una prevalencia en la edad de 18 años, debido también a que es el mayor porcentaje de participación por el grupo de edad, equivalente al 36,7% con respecto al total de la población.

Tabla 5.5 Asociación entre rendimiento y autoeficacia

Tabla cruzada Rendimiento*Autoeficacia

| | | Autoeficacia | | Total | |
|-------------|------|--------------------------|--------|--------|--------|
| | | Baja | Alta | | |
| Rendimiento | Baja | Recuento | 2 | 3 | 5 |
| | | % dentro de Autoeficacia | 100,0% | 10,7% | 16,7% |
| | Alta | Recuento | 0 | 25 | 25 |
| | | % dentro de Autoeficacia | 0,0% | 89,3% | 83,3% |
| Total | | Recuento | 2 | 28 | 30 |
| | | % dentro de Autoeficacia | 100,0% | 100,0% | 100,0% |

Fuente: Resultados del SPSS (Karol, 2023).

En la tabla cruzada de Rendimiento y Autoeficacia se puede observar que el 89,3% se relaciona los niveles altos nos indica que existe una asociación, pero esto se probara con la prueba Chi cuadrado que a continuación se detalla:

Debido a que tenemos una muestra pequeña de 30 elementos se planteara mediante chi cuadrado ver si existe asociación entre estas dos variables.

Tabla 6 Pruebas de Chi – Cuadrado

Pruebas de chi-cuadrado

| | Valor | df | Significación asintótica (bilateral) | Significación exacta (bilateral) | Significación exacta (unilateral) |
|--|---------------------|----|--|-------------------------------------|--------------------------------------|
| Chi-cuadrado de Pearson | 10,714 ^a | 1 | ,001 | | |
| Corrección de continuidad ^b | 5,250 | 1 | ,022 | | |
| Razón de verosimilitud | 7,966 | 1 | ,005 | | |
| Prueba exacta de Fisher | | | | ,023 | ,023 |
| Asociación lineal por lineal | 10,357 | 1 | ,001 | | |
| N de casos válidos | 30 | | | | |

a. 3 casillas (75,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es ,33.

b. Sólo se ha calculado para una tabla 2x2

Fuente: Resultados del SPSS (Karol, 2023).

Planteamiento de hipótesis:

H1: Existe una asociación entre las variables

H0: No existe una asociación entre las variables

Nivel de confianza

Confianza = 95%

Significancia (alfa α) = 5%

Criterio de decisión

Si α es menor a 0,05 rechazamos la **H0** y aceptamos la **H1**

Decisión

En virtud a que p (Significación asintótica (bilateral)) es 0,01 es menor a 0,05 rechazamos la **H0** y aceptamos la **H1**.

Por lo tanto, las variables Rendimiento y Autoeficacia si son dependientes o son asociadas.

Análisis de información

Plan de análisis:

En esta investigación una vez obtenida las respuestas a la escala de autoeficacia hacia la práctica de la actividad física al utilizar el programa IBM SPSS Statistics para realizar el análisis correspondiente mediante gráficas, tablas y anotaciones textuales ya que estos elementos permiten representan información puntual sobre los resultados para obtener la frecuencia de variables edad, sexo, nivel educativo, autoeficacia, rendimiento deportivo al mismo tiempo se utilizó el programa de Microsoft Excel para sacar los datos instrumento con 18 ítems.

Posteriormente se calcula la confiabilidad y validez del instrumento, es decir la fiabilidad es cuando se aplica de manera correcta sin errores de esa forma se realiza el análisis de consistencia interna Alfa de Cronbach (Rivadeneira et al. 2020).

Al mismo tiempo se realizó la prueba chi - cuadrado ver si existe asociación entre estas dos variables ya que la muestra es pequeña esto también nos sirve para someter a prueba las hipótesis (Quevedo, 2011).

Justificación

El deporte como tema de interés para las ciencias psicológicas y específicamente relacionado con el rendimiento deportivo de los jugadores ha cobrado gran relevancia social en los últimos años, atreves del análisis y cuantificación del mismo se comprende el grado de compromiso, conductas asociadas al establecimiento de logros y eficacia en el deporte que practique, mejorando incluso la calidad de vida por el grado de satisfacción alcanzado. El reforzamiento del rendimiento deportivo corresponde a una actividad recomendada en diversos aspectos, por ejemplo: el adecuado desempeño de los jugadores, disciplina, entrega, compromiso, etc. Sin embargo, los estudios sobre el tema en Ecuador, son escasos.

Los deportistas con un seguimiento inadecuado sobre su rendimiento deportivo pueden tener repercusiones negativas sobre su desempeño en los entrenamientos, en su autoeficacia y en los logros como individuos y como parte de un equipo.

Por otro lado, la autoeficacia es una determinante importante de la conducta que también se relaciona positivamente con el rendimiento deportivo, ya que permite al deportista una mejor comprensión, lo que requiere de él un cierto grado de complejidad, y objetivos establecidos en virtud a las puntuaciones sobre la misma.

Estudiar los niveles de autoeficacia no supone en ningún caso, alejarse del estudio de otras variables psicológicas determinantes en el rendimiento deportivo. Así pues “la importancia de la autoeficacia no reside solamente en el beneficio que es en sí misma, sino que también se extiende a otra serie de áreas sobre las que esta variable influye, mejorándolas o empeorándolas, áreas que, a su vez, son fundamentales para obtener el máximo rendimiento deportivo y una impecable ejecución” (Vives, Cutillas y Garcés de los Fayos, 2000).

Caracterización de los beneficiarios

La presente investigación se realizó en el periodo 2022-2023, en un club deportivo de la ciudad de Quito, el que brindó todas las facilidades en la participación de todos los jugadores.

Los beneficiarios directos de la presente investigación son jugadores del Club deportivo en mención de la ciudad de Quito, se trabajó con la totalidad de la población, es decir 30 jugadores de sexo masculino de 18 a 31 años de edad con experiencia de 4 años en su carrera deportiva y dos años como miembros activos del Club.

Tabla 7 Jugadores participantes

Tabla cruzada Edad*Nivel Educativo*Sexo

Recuento

| Sexo | | Nivel Educativo | | | |
|--------|-------|-----------------|----------|-------|----|
| | | Secundaria | Superior | Total | |
| Hombre | Edad | 18 | 10 | 1 | 11 |
| | 19 | 2 | 1 | 3 | |
| | 20 | 1 | 0 | 1 | |
| | 21 | 1 | 2 | 3 | |
| | 22 | 3 | 3 | 6 | |
| | 24 | 1 | 0 | 1 | |
| | 25 | 2 | 0 | 2 | |
| | 26 | 1 | 0 | 1 | |
| | 28 | 1 | 0 | 1 | |
| | 31 | 1 | 0 | 1 | |
| | Total | 23 | 7 | 30 | |

Fuente: Resultados del IMB SPSS (Karol, 2023).

En la presente tabla cruzada se analizan tres variables que son: sexo (solo hombres), edad y nivel educativo, en lo que respecta en primer lugar indicar que solo se trata de hombres, también que la edad esta entre los 18 años y los 31 años, además de que por nivel de educación se cuenta con nivel de secundaria y de pregrado, aquí podemos mencionar donde existe mayor concentración de los datos por ejemplo que el 30% equivalen a hombres de 18 años que están en secundaria, mientras que en edad de 23 años existe una similitud de información tanto en secundaria como en superior existen 3 alumnos por cada nivel. Finalmente, que 23 estudiantes de nivel secundaria y 7 son de nivel superior.

Interpretación

A nivel cognitivo la autoeficacia se caracteriza como los juicios que cada jugador tiene su propia capacidad, organización y ejecución de sus tareas de una manera

que permite entender el resultado del esfuerzo aplicado, para obtener un resultado deseado en un periodo a corto o largo plazo (Bandura, 1986).

Como se menciona anteriormente, la autoeficacia posibilita en cierta medida la explicación y predicción del rendimiento deportivo de los jugadores, considerando como el interés de los jugadores como del entrenador, sin embargo, el jugador es el que asume el esfuerzo a lograr sus objetivos, la ejecución de sus actos y el nivel de autoeficacia (Beck, 1991).

Con base a la información de los datos y fuentes teóricas recabamos la asociación de autoeficacia y rendimiento deportivo desde un enfoque cognitivo conductual, en los jugadores de un Club deportivo de la ciudad de Quito se puede evidenciar la mayor porcentaje equivalente al 93,3% y un porcentaje bajo solamente el 6,7% de igual manera se puede considera que existe una prevalencia en edad de 18 años, debido también a que es el mayor porcentaje de participación por el grupo de jugadores, equivalentemente al 36,7% con respecto al total al total de la población.

También en este caso en los jugadores se puede evidenciar que el 83,3% de la muestra refleja un nivel alto de rendimiento, mientras que el 16,7% son rendimiento bajo, además en la edad de 18 años muestra un mayor rendimiento deportivo por edades.

Se puede observar que el 89,3% se relaciona los niveles altos de autoeficacia y rendimiento deportivo que nos indica que existe una asociación. Además, como señala García (2018) menciona que la autoeficacia y el rendimiento deportivo tiene una asociación, lo que quiere decir que las experiencias de los jugadores y los resultados son sus juicios que tengas de sí mismos, de esa manera influyendo.

Por otro lado, se realizó la prueba Chi – cuadrado, debido a que la muestra es de 30 jugadores, de esa manera se verifico la asociación que existe entre la autoeficacia y

el rendimiento deportivo, mediante la prueba se puede evidenciar tiene un nivel de confianza de 95% y significación (alfa α) de 5%, por lo tanto, la autoeficacia y el rendimiento deportivo si son dependientes o son asociadas.

Principales logros de aprendizaje

Los principales aprendizajes que se logró obtener en la aplicación y posteriormente la interpretación de la escala de autoeficacia hacia la práctica de la actividad física que se evidencio aceptación y entusiasmo de los sujetos de interés en la participación del estudio, demostrando una actitud de apertura y validación de los objetivos que perseguía el estudio, como una antesala a la obtención de los resultados y de esta manera poder internamente, en el Club, desarrollar estrategias de fortalecimiento de las dos variables de interés, como son la autoeficacia y el rendimiento deportivo.

Por otro lado, el levantamiento de información fue con mucha responsabilidad y dedicación durante el proceso que se llevó a cabo para poder obtener los datos estadísticos y que exista una confiabilidad para la elaboración del trabajo de titulación.

Los conocimientos adquiridos durante la formación académica como Psicóloga General fueron puestos en práctica tanto en la construcción teórica del estudio, en la aplicación de la escala, en el análisis e interpretación de resultados, sin embargo, por motivos internos del Club se aplazó el tiempo de aplicación del test, provocando un retraso en la elaboración del trabajo de titulación y acortándose los plazos para realizar el análisis sistematizado de los datos obtenidos, no obstante, lo dicho no representó un impedimento para finalizar en el tiempo estimado.

Se logró cumplir los objetivos generales y específicos, por la información que se recolecto de la escala, tomando en cuenta el objetivo general es, Identificar la asociación entre autoeficacia y rendimiento deportivo en los jugadores de un Club deportivo de la ciudad de Quito durante el periodo 2022 -2023.

En cuanto a los objetivos específicos, medir el nivel de autoeficacia en los jugadores de un Club deportivo de la ciudad de Quito, describir la implicación de la autoeficacia en el rendimiento deportivo, se han cumplido con éxito.

El trabajo de investigación fue desarrollado con todas las garantías de éticas y confidencialidad con los sujetos de interés, por lo que se descartan elementos de riesgos para los evaluados como para la investigadora. La participación voluntaria y bajo el documento de consentimiento informado, garantiza el cumplimiento de los parámetros de privacidad, conocimiento y autorización que requiere un proceso de investigación.

Conclusiones

En la presente investigación se concluye que en relación a la variable autoeficacia la población presenta un nivel elevado que corresponde a un 93,3%, es decir que 28 personas del total de 30, tiene un nivel favorable de la variable en mención, mientras que el 6.7% presenta niveles bajos, que corresponden a 2 personas. Es importante considerar que los niveles altos de autoeficacia se presentaron con mayor incidencia en la población de 18 años.

Se concluye además que en la variable rendimiento deportivo existe niveles elevados en el 83,3% de la población, que corresponde a 25 personas, mientras que el 16,7% son arrojados bajo rendimiento, y al igual que la variable autoeficacia la edad con rendimiento deportivo elevado es de 18 años preferentemente.

La variable autoeficacia y el rendimiento deportivo se asocian positivamente, lo que quiere decir que las experiencias de los jugadores y resultados del pasado favorecen o perjudican los juicios que tengan de sí mismo, lo que según los autores que sustentan la investigación esta asociación influye significativamente en el rendimiento deportivo de los jugadores y sus conductas respecto a las metas y logros planteados en su carrera deportiva (García, 2018).

Recomendaciones

1. Se recomienda que para futuras investigaciones la muestra sea mayormente significativa, de manera que se pueda describir niveles correlacionales de las variables y corroborar la asociación planteada por la presente investigación.

2. Fomentar la aplicación de la escala en diferentes contextos, como una estrategia de validación en la población ecuatoriana, ya que se trata de una escala comprensible, que utiliza un lenguaje amigable y una metodología sencilla para la auto aplicación.

3. Se recomienda realizar estudios con niños y niñas que realizan actividad física, para que de esta manera puedan desarrollar o potencializar los niveles de autoeficacia y rendimiento deportivo desde tempranas edades con el objetivo de mejorar sus marcas y desarrollar posiblemente deportistas de alto rendimiento.

4. Se sugiere que los clubes deportivos, mantengan acompañamiento por un profesional de la psicología, de tal modo que guíe el proceso de formación deportiva desde las diferentes esferas del ser humano: física, psicológica, social. Familiar, etc.

Referencias bibliográficas

- Acero, M. (2017). La relación humano-animal de compañía como un fenómeno sociocultural, perspectivas para la salud pública.
- Abalde, N. y Pino, R. (2016). Evaluación de la autoeficacia en el rendimiento deportivo en Judo. Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, 29, 109-113. Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/pdf/3457/345743464022.pdf>
- Baessler, J. y Schwarzer, R. (1996). Evaluación de la autoeficacia: Adaptación española de la escala de autoeficacia general. Ansiedad y Estrés, 2(1), 1-8
- Bandura, A. (1986). Pensamiento y acción. Barcelona: Martínez Roca.
- Bandura, A. (2001). Guía para la construcción de escalas de autoeficacia. Universidad de Standford. Traducido por Olaz, F.; Silva, N. & Pérez, E.
- Bandura, A. (2006). Guide for constructing self-efficacy scales. En F. Pajares y T. C. Urdan (Eds.), Self-efficacy Beliefs of Adolescents (Vol. 5, pp. 307-337) Greenwich, CT: Information Age Publishing.
- Beck, A. (1991). Cognitive Therapy: A 30-years retrospective. American Psychologist. Vol. 46(4), pp. 368-375
- Drinot, M. (2012). La autoeficacia docente en la práctica pedagógica. Tesis Inédita. Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima
- Feltz, D. y Mack, D. (2000). The relation of self-efficacy measures to sport performance: a meta-analytic review. Research Quarterly for Exercise and Sport, 71(3), 280-294. DOI: 10.1080/02701367.2000.10608908
- Ferrer, A. (2010). Las terapias cognitivas: mitos y aspectos controvertidos. Revista de Psicología Universidad de Antioquia. Vol.2, N° 1. Recuperado de:
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-

[48922010000100006](#)

García, A. (2018). Autoeficacia y rendimiento en jugadores de fútbol. Cuadernos de Psicología del Deporte, 2(18), 66-78. Recuperado de:

<https://revistas.um.es/cpd/article/view/319341/229501>

García, J. (2018). Validez y fiabilidad de la escala de autoeficacia para ejercicio físico en pacientes con síndrome metabólico. Revista Española de Salud Pública, Vol.92

Guillén, N. (2007). Implicación de la autoeficacia en el rendimiento deportivo.

Pensamiento Psicológico. Vol.3, N°9. Recuperado de:

<file:///C:/Users/Lenovo/Downloads/Dialnet->

[ImplicacionesDeLaAutoeficaciaEnElRendimientoDeport-2675044.pdf](#)

Hernández, J. L., Velázquez, R., Martínez, M. E., Garoz, I., y Tejero, C. (2011). Escala de autoeficacia motriz: propiedades psicométricas y resultados de su aplicación a la población escolar española. Revista de Psicología del Deporte, 20(1), 13-28.

INEE (2022). Nivel educativo. Recuperado de: <https://inee.org/es/eie-glossary/nivel-educativo>

Lapiente Álvarez, I. (2020). *Psicología y rendimiento deportivo*. Wanceulen Editorial.

Recuperado de: <https://elibro.net/es/ereader/istfq/175871?page=33>

Lazcano, L. (2020). Autoeficacia y motivación en niños de diez a doce años que participan en equipos de fútbol de la ciudad de Santa Elene- Provincia de Entre Ríos. Recuperado de:

<https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/10899/1/autoeficacia-ninos-equipos-futbol.pdf>

Lowther, J., Lane, A. y Lane, H. (2002). Self-efficacy and psychological skills during The Amputee Soccer World Cup. Athletic Insight (On-Line), 4. Recuperado el 10 de junio de 2017. Recuperado de:

<http://www.athleticinsight.com/Vol4Iss2/SoccerSelfEfficacy.htm>.

Montoro, R. y de la Paz, L. (2015). Razonamientos sobre el rendimiento deportivo. Sus principales indicadores en corredores de 400 metros planos. *EFDeportes.com*.

Revista Digital. Buenos Aires, N° 202.

Motl, R.W. y Conroy, D.E. (2000). Confirmatory factor analysis of the Physical Self-efficacy Scale with a college age sample of men and women. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 4 (1), 13-27.

Ortega, E. (2005). Autoeficacia y Deporte. España: Wanceulen editorial deportiva, S.L.

Recuperado de: <https://elibro.net/es/ereader/istfq/60222?page=35>

Quevedo, F. (2011). La prueba de ji- cuadrado. Medwawe. Recuperado de:

[https://www.medwawe.cl/medios/medwawe/Diciembre2011/2/10.5867medwawe.](https://www.medwawe.cl/medios/medwawe/Diciembre2011/2/10.5867medwawe.2011.12.5266.pdf)

[2011.12.5266.pdf](https://www.medwawe.cl/medios/medwawe/Diciembre2011/2/10.5867medwawe.2011.12.5266.pdf)

Real Academia Español [RAE] (2022). Edad. Recuperado de:

<https://dle.rae.es/srv/fetch?=ENxffh>

Real Academia Español [RAE] (2022). Género. Recuperado de:

<https://dle.rae.es/g%C3%A9nero?m=form>

ResearchGate, 9(18), 18-205. Recuperado de:

<https://www.redalyc.org/pdf/4138/413835216011.pdf>

Rivadeneira, J., De la Hoz, A. y Barreraa, M. (2020). Análisis general del spss y su utilidad en la estadística. Estudio de investigación y desarrollo empresarial académico. Recuperado de:

<https://core.ac.uk/download/pdf/288306071.pdf>

Rosenberg, M., y Simmons, R. (1972). Black and white self-esteem: The urban school child. Washington, DC: American Sociological Association.

Ryckman, R.M., Robbins, M.A., Thorton, B. y Cantrell, P. (1982). Development and

validation of a physical self-efficacy scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 891-900.

Sampieri, H. (2014). *Metodología de la investigación*. Mc Graw Hill Education.

Miembro de la cámara nacional de la industria editorial mexicana, Reg. Núm. 736.

Recuperado:

<https://www.uca.ac.cr/wpcontent/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

Sanchez, A y León, H. (2012). *Psicología de la actividad física y del deporte*.

Schinke, R. J. y Costa, J. L. (2001). A plausible relationship between support infrastructure and major game performance. *Athletic Insight (On-Line)*, 3. Recuperado el 08 de junio de 2017, de:

<http://www.athleticinsight.com/Vol3Iss2/SupportInfrastructure.htm>

Schunk, D.H. (1989) Self-efficacy and Achievement Behaviors. *Educational Psychology Review*. 1, n° 3. pp. 173-207.

Short, S., Sullivan, P., y Feltz, D. (2009). Development and preliminary validation of the collective efficacy questionnaire for sports. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 9(3), 181-202. DOI: 10.1207/s15327841mpee0903_3

Torres, I. (2009) *Parámetros mecánicos y autoeficacia física percibida en la patada “Dolio Chagui” de Taekwondo*. Tesis inédita. Universidad de Valencia, España.

Vives, L., Cutillas, Y. y Garcés de los Fayos, E.J. (2000). Relación de la autoconfianza con otros constructos en psicología del deporte.

Weineck, J. (2005). *Entrenamiento Total*. Barcelona: Editorial Paidotribo.

Zimmerman, B., Kitsantas, A., & Campillo, M. (2005). Evaluación de la autoeficacia regulatoria: una perspectiva social cognitiva. *Evaluar*, 5: 1 - 21.