



**UCAM**

UNIVERSIDAD CATÓLICA  
DE MURCIA

**TESIS DOCTORAL**

**ESCUELA INTERNACIONAL DE DOCTORADO**

*Programa de Doctorado en Ciencias del Deporte*

Autoconfianza y deporte: Influencia sobre la adherencia de  
jóvenes atletas y efecto de los factores sociales

*Autor/a:*

María Caridad Hernández Guardiola

*Directores/as:*

Dr. D. Juan Alfonso García Roca

Dr. D. Rosendo Berengüí Gil

Dr. D. Antonio Sánchez Pato

*Murcia, Septiembre de 2023*





**UCAM**

UNIVERSIDAD CATÓLICA  
DE MURCIA

**TESIS DOCTORAL**

**ESCUELA INTERNACIONAL DE DOCTORADO**

*Programa de Doctorado en Ciencias del Deporte*

Autoconfianza y deporte: Influencia sobre la adherencia de  
jóvenes atletas y efecto de los factores sociales

*Autor/a:*

María Caridad Hernández Guardiola

*Directores/as:*

Dr. D. Juan Alfonso García Roca

Dr. D. Rosendo Berengüí Gil

Dr. D. Antonio Sánchez Pato

*Murcia, Septiembre de 2023*





## AUTORIZACIÓN DEL DIRECTOR DE LA TESIS PARA SU PRESENTACIÓN

El Dr. D. Juan Alfonso García Roca, el Dr. D. Rosendo Berengüí Gil y el Dr. D. Antonio Sánchez Pato, como Directores de la Tesis Doctoral titulada “Autoconfianza y deporte: Influencia sobre la adherencia de jóvenes atletas y efecto de los factores sociales” realizada por D<sup>a</sup>. María Caridad Hernández Guardiola en el Programa de Doctorado Ciencias del Deporte, **autoriza su presentación a trámite** dado que reúne las condiciones necesarias para su defensa.

Lo que firmo, para dar cumplimiento al Real Decreto 99/2011 de 28 de enero, en Murcia a 29 de Septiembre de 2023.

Three handwritten signatures in blue ink are shown, corresponding to the three directors mentioned in the text above.

## RESUMEN

Actualmente, los datos de tendencia mundial sobre la inactividad física en niños y adolescentes, muestran que el 78% de estos, no cumplen las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (O.M.S) de realizar una hora de ejercicio físico diaria. Lo que pone de manifiesto la necesidad de implantar medidas para fomentar y aumentar la adherencia entre jóvenes y adolescentes hacia la participación en la actividad física y deportiva. Al examinar el número de licencias federativas de atletas en España, podemos observar como con el paso de los años hay una notable disminución desde la categoría sub 14 en adelante, donde existe un abandono progresivo, aproximadamente del 50% de los deportistas al llegar a la categoría sub 18. Teniendo en cuenta las razones de participación y abandono en el deporte en niños, Cox (2007) muestra que la percepción de competencia y la orientación de metas son de los motivos psicológicos más importantes, subyacentes a la participación y el abandono deportivo, por lo que resulta prioritario conocer qué factores, y en qué medida influyen en estos aspectos en los jóvenes atletas y crear herramientas funcionales para fomentar la adherencia a la práctica deportiva. A partir de estos antecedentes, la presente tesis doctoral persiguió, adaptar y validar tres instrumentos de evaluación, y su análisis, para determinar en qué medida la autoconfianza y sus fuentes, y la orientación motivacional influye en el abandono deportivo; diseñar y validar herramientas de feedback técnico, para analizar los efectos de su utilización en las variables de estudio; e indagar, mediante entrevistas, en las percepciones de padres y madres en diferentes ámbitos, sobre la participación de sus hijos/as en el deporte. Se estableció para ello 4 estudios: (I) *“Validación de instrumentos de evaluación y fase exploratoria”*; (II) *“Desarrollo y realización de entrevistas”*; (III) *“Diseño e implementación*

*de la herramienta de feedback técnico”; y (IV) “Efectos de la herramienta de feedback técnico en la autoconfianza, orientación competitiva y adherencia deportiva en atletas de categorías sub 14 a sub 18”.*

El primer estudio se divide en dos fases. En la primera fase se procede a la adaptación y validación de comprensión y de constructo del cuestionario Fuentes de Confianza en el Deporte (Sources of Sport Confidence Questionnaire. Vealey et al., 1998) (Anexo 1); y la validez de constructo de, el Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego (TEOSQ. *Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire*. Duda y Nicholls, 1992), y el Inventario de Autoconfianza Deportiva Rasgo (Trait Sport-Confidence Inventory or TSCI. Vealey, 1986), mediante una muestra de 122 sujetos de dos clubs de Atletismo de Cataluña de las categorías sub 14 a sub 18. En la segunda fase se busca conocer cómo influyen las fuentes de confianza deportiva, la autoconfianza rasgo y la orientación competitiva, en el abandono deportivo, según categoría y género, y cómo se relacionan dichas variables, en una muestra de 288 atletas de las categorías sub 14 a sub 18 y en posesión de licencia federativa, pertenecientes a seis clubs de atletismo diferentes, tres de Cataluña y tres de la Región de Murcia. Los resultados muestran diferencias significativas en el género femenino, en la categoría sub 16 en las fuentes de confianza “maestría”, “preparación física y mental” y la dimensión de Logro, y en la categoría sub 18 en la fuente de confianza “Comodidad del entorno”, donde las atletas que continúan tienen una puntuación más alta. En cuanto a la relación entre las variables de estudio, todas tuvieron correlaciones significativas, excepto la variable orientación al ego que solo obtuvo correlación significativa con las variables de la dimensión de Logro y con la variable autorrepresentación física, y la variable “demostración de la habilidad” que no tuvo correlación significativa con las variables “experiencia vicaria” y “comodidad del entorno”.

En el segundo estudio, el objetivo fue analizar las percepciones de padres y madres, sobre la participación de sus hijos/as en el deporte, a través de 33

entrevistas semiestructuradas realizadas a progenitores de atletas de categorías sub 14 a sub 18, pertenecientes a dos clubes de atletismo. Los resultados indican, que los participantes piensan que el deporte aporta valores importantes y que es necesario compaginarlo con los estudio, en general mantienen buena comunicación con sus hijos/as sobre su práctica deportiva, siendo esta escasa con el entrenador/a del que tampoco conocen su titulación, por otro lado, la mayoría de sujetos indica que les preocupa la gestión de los nervios y del fracaso de sus hijos/as, porque aunque mencionan que no tienen expectativas de rendimiento sobre ellos, reconocen haberlos/as presionado en alguna ocasión. La información recabada en esta investigación es de gran interés para conocer como padres y madres entienden la práctica deportiva de sus hijos/as, ya que esta condiciona la manera de entender y vivir el deporte de estos/as.

En el tercer estudio, participaron 18 expertos en la prueba que evaluaban, donde el objetivo fue crear y validar planillas de feedback técnico en las diferentes pruebas del atletismo, diferenciando por categorías (sub 14, sub 16 y sub 18), y generar, a través de ellas, informes técnicos centrando así hacia el proceso a entrenadores, padres y atletas.

Por último, en el estudio IV, se buscó comprobar el efecto de la herramienta de feedback orientado a la tarea en la orientación motivacional, la autoconfianza y la adherencia deportiva, en 168 atletas de categoría sub 14 a sub 18, diferenciando por género y categoría. Los resultados muestran que en general existe un descenso significativo de la autoconfianza rasgo en el género femenino, desde la categoría sub 14 en adelante, siendo este más evidente en la categoría sub 16. Con independencia del género, los sujetos del grupo experimental de la categoría sub 14, puntuaron significativamente más alto en la autoconfianza rasgo final que el grupo control. Sucedió de igual manera, en el caso del género masculino, en la variable orientación al ego. En cuanto a las diferencias de género, solo se



encontraron diferencias significativas en la variable orientación a la tarea, donde las chicas del grupo control, puntuaron significativamente más alto que los chicos.

En los análisis de medidas repetidas, se hallaron diferencias significativas al final de la temporada, en el grupo experimental, donde los chicos obtuvieron una puntuación más alta en la autoconfianza rasgo, y las chicas una puntuación más baja en la orientación a la tarea; y en el grupo control, con una disminución significativa de las puntuaciones en la variable la autoconfianza rasgo por parte de los chicos y en las variables autoconfianza rasgo y orientación a la tarea en el caso de las chicas. Además, en el grupo control, se produjo un descenso significativo de la autoconfianza rasgo a final de la temporada en las categorías sub 14 y sub 16.

Finalmente, centrándonos en la adherencia deportiva, los/as sujetos que continúan en el deporte, aumentan significativamente su puntuación en la autoconfianza rasgo al final de temporada en el caso de los chicos del grupo experimental; sucediendo de manera contraria en el grupo control, con independencia del género, donde además desciende de manera significativa la orientación a la tarea en el caso de las chicas. En el caso de los sujetos que abandonan el deporte, encontramos un descenso significativo de la orientación al ego al final de temporada en el género masculino del grupo control.

En base a los resultados obtenidos se pone de manifiesto la utilidad de las herramientas creadas y la necesidad de trabajar la autoconfianza de los deportistas desde la categoría sub 14 para evitar futuros abandonos deportivos, la orientación a la tarea en el caso del género femenino y de mantener unos niveles óptimos de orientación al ego en el caso del género masculino.

## **PALABRAS CLAVE**

Autoconfianza, orientación competitiva, adherencia, factores sociales, herramienta de feedback técnico, atletismo.

## ABSTRACT

Currently, global trend data on physical inactivity in children and adolescents shows that 78% of them do not meet the recommendations of the World Health Organization (WHO) to perform one hour of physical exercise daily. This highlights the need to implement measures to promote and increase adherence among young people and adolescents towards participation in physical and sports activity. When examining the number of federative licenses for athletes in Spain, we can see how over the years there is a notable decrease from the under 14 category onwards, where there is a progressive abandonment, approximately 50% of the athletes upon reaching the under 18 category. Taking into account the reasons for participation and abandonment in sports in children, Cox (2007) shows that the perception of competition and goal orientation are the most important psychological reasons underlying sports participation and dropout, so it is a priority to know what factors, and to what extent, influence these aspects in young athletes and to create functional tools to promote adherence to sports practice. Based on this background, this doctoral thesis sought to adapt and validate three evaluation instruments, and their analysis, to determine to what extent self-confidence and its sources, and motivational orientation influence sports abandonment; design and validate technical feedback tools, to analyze the effects of their use on the study variables; and investigate, through interviews, the perceptions of fathers and mothers in different areas, about their children's participation in sport. For this, 4 studies were established: (I) "Validation of evaluation instruments and exploratory phase"; (II) "Development and conduct of interviews"; (III) "Design and implementation of the technical feedback tool"; and (IV) "Effects of the technical feedback tool on self-confidence, competitive orientation and sports adherence in athletes from under 14 to under 18 categories."

The first study is divided into two phases. In the first phase, the adaptation and validation of understanding and construct of the Sources of Sport Confidence Questionnaire. Vealey et al., 1998 (Annex 1) are carried out; and the construct validity of the *Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire* or TEOSQ. (Duda, 1989; Duda y Nicholls, 1992) and the Trait Sport-Confidence Inventory or TSCI. Vealey, 1986 questionnaires, using a sample of 122 subjects. of two Athletics clubs of Catalonia from the sub 14 to sub 18 categories. In the second phase, we seek to know how the sources of sports confidence, trait self-confidence and competitive orientation influence sports abandonment, according to category and gender, and how these variables are related, in a sample of 288 athletes from the sub 14 to sub 18 categories and in possession of a federation license, belonging to six different athletics clubs, three from Catalonia and three from the Region of Murcia. The results show significant differences in the female gender, in the sub 16 category in the trust sources "Mastery", "Physical and Mental Preparation" and the Achievement dimension, and in the sub 18 category in the trust source "Comfort of the environment", where athletes who continue have a higher score. Regarding the relationship between the study variables, all had significant correlations, except for the Ego Orientation variable, which only obtained a significant correlation with the variables of the Achievement dimension and with the physical self-representation variable, and the variable "Demonstration of Ability." which had no significant correlation with the variables "Vicarious Experience" and "Environmental Comfort".

In the second study, the objective was to analyze the perceptions of fathers and mothers about their children's participation in sports, through 33 semi-structured interviews carried out with parents of athletes from sub-14 to sub-18 categories, belonging to two athletics clubs. The results indicate that the participants think that sport provides important values and that it is necessary to combine it with studies, in general they maintain good communication with their

children about their sports practice, this being scarce with the coach whom they do not know either. their degree, on the other hand, the majority of subjects indicate that they are concerned about managing their children's nerves and failure, because although they mention that they do not have performance expectations for them, they acknowledge having pressured them on some occasion. The information collected in this research is of great interest to know how fathers and mothers understand their children's sports practice, since this conditions the way they understand and experience their children's sport.

In the third study, 18 experts participated in the test they were evaluating, where the objective was to create and validate technical feedback sheets in the different athletics tests, differentiating by categories (under 14, under 16 and under 18), and generate, Through them, technical reports thus focusing coaches, parents and athletes on the process.

Finally, in study IV, we sought to verify the effect of the task-oriented feedback tool on motivational orientation, self-confidence and sports adherence, in 168 athletes from the sub 14 to sub 18 category, differentiating by gender and category. . The results show that in general there is a significant decrease in Trait Self-Confidence in the female gender, from the sub 14 category onwards, this being more evident in the sub 16 category. Regardless of gender, the subjects in the experimental group of the category under 14, scored significantly higher in the final Trait Self-Confidence than the control group. The same thing happened, in the case of the male gender, in the Ego Orientation variable. Regarding gender differences, significant differences were only found in the Task Orientation variable, where girls in the control group scored significantly higher than boys.

In the repeated measures analyses, significant differences were found at the end of the season, in the experimental group, where boys obtained a higher score in Trait Self-Confidence, and girls a lower score in Task Orientation; and in the control group, with a significant decrease in the scores in the Trait Self-Confidence

variable for the boys and in the Trait Self-Confidence and Task Orientation variables in the case of the girls. Furthermore, in the control group, there was a significant decrease in Trait Self-Confidence at the end of the season in the under 14 and under 16 categories.

Finally, focusing on sports adherence, the subjects who continue in sports significantly increase their Trait Self-Confidence score at the end of the season in the case of the boys in the experimental group; happening in the opposite way in the control group, regardless of gender, where Task Orientation also decreases significantly in the case of girls. In the case of subjects who abandon the sport, we found a significant decrease in Ego Orientation at the end of the season in the male gender of the control group.

Based on the results obtained, the usefulness of the tools created and the need to work on the self-confidence of athletes from the under 14 category to avoid future sports abandonments, task orientation in the case of the female gender and maintain optimal levels of ego orientation in the case of the male gender.

## **KEYWORDS**

Self-confidence, competitive orientation, adherence, social factors, technical feedback tool, track and field.

## AGRADECIMIENTOS

Las palabras escritas no llegarán a poder expresarla magnitud de mi agradecimiento, a todas las personas que en un momento dado han podido hacer que este trabajo haya sido posible.

Gracias directores por apostar por mi en este proyecto, a Rosendo por confiar en mí, por tirar de mí desde la Tesis de Master y adentrarme en el mundo de la psicología deportiva. Gracias Antonio por darme la oportunidad de iniciar mi andadura en la Facultad de Deporte, estar disponible cuando te he solicitado y compartir el amor por el atletismo en aquellas divertidas tardes de entrenamiento. Y gracias Juan Alfonso, por todo, por engacharme de nuevo al atletismo, por acompañarme en tantos momentos importantes de mi vida, por escucharme, por perdonar mis errores, por tener siempre palabras de aliento y un abrazo cuando lo he necesitado, gracias de corazón.

A la UCAM y al Servicio de Deportes, por su firme apoyo y apuesta hacia mi persona ayudándome a poder llegar a este punto. Gracias Silvia (doctorado), por tu excelente trabajo, por tu forma de estar disponible y facilitarnos el proceso a todas las personas que iniciamos esta andadura. Gracias al equipo directivo de la Facultad de Deporte, por su comprensión y apoyo en este año tan duro. A mis compañeros/as, en especial a Francisco Segado, María José Maciá y Alejandro Espeso, gracias por estar dispuestos a ayudarme en mis dudas y aprendizaje. Y gracias Irene, por estar como una hermana en muchos momentos de este largo proceso, sobre todo en mi etapa de maternidad, gracias a ti tuve aliento para vivir todo esto.

Gracias Paloma, por ayudarme más de lo que te pido, tanto en la Tesis como cuidando a lo que más quiero.



Gracias a todos los entrenadores que he tenido durante mi vida deportiva, que me han hecho crecer dentro y fuera del atletismo, en especial a Juanico, que hizo que tomara el camino que hoy me ha llevado a ser quien soy.

Gracias a todos los que han hecho posible la recogida de datos para los estudios, a los y las atletas, a los entrenadores y entrenadoras y a los Clubes Deportivos que han hecho que este trabajo sea posible, y ojalá que los resultados obtenidos puedan ayudar a este deporte que tanto amo a seguir creciendo.

Y por último y más importante, gracias a mi familia, padres, hermanos, cuñada y sobrinos, por asegurarme siempre un hogar al que volver.

A mi madre y a mi padre, por confiar en mi, por haberme demostrado que siempre están ahí, haciéndolo lo mejor que saben, dándome su abrazo, su cobijo y más de lo que tienen. Gracias por inspirarme, os veo, os respeto, os amo.

Gracias a Pilar, que ha sido un ejemplo para mi. Gracias tía, por cuidarme y quererme como a una hija más.

Gracias a mi prima, por descubrirme el mundo espiritual en el momento de mayor dolor de este año, porque gracias a ello he podido decretar y sacar a la luz el trabajo de tantos años y hacerlo desde la paz y la calma.

Carles, gracias por tu amor y paciencia infinitas, por ayudarme, darme tiempo, por no juzgarme jamás, por la comunicación, por demostrarme amor en cada momento, en cada día de mi vida, tengo la mayor suerte del mundo de haberte encontrado. La vida nos ha sacudido fuerte en varias ocasiones, pero el amor que sentimos ha conseguido devolver siempre la luz. T'estimo molt, moltíssim molt, per sempre infinit sempre.

A Xavi y Emilia, lo más importante en mi vida, gracias por haberos quedado conmigo, por elegirme como vuestra madre, gracias a vosotros cada día soy mejor persona, soy consciente de que es importante y que no, de que perdura y que no, de quien sana el alma y quien no. Y aunque esta tesis también ha implicado pasar

menos tiempo con vosotros, estar más cansada, tener menos paciencia y perderme momentos que no volverán jamás, me habéis enseñado que el amor, cuando es de verdad, es compasivo, no juzga, no castiga, y perdura por siempre jamás.

No quiero terminar sin agradecer a la persona que ha hecho todo esto posible, a mi misma, por el esfuerzo, por el aprendizaje, por seguir adelante y terminar lo que un día, mi yo del pasado empezó con gran ilusión.

Recuerda... suelta, camina y confía.

"No soy víctima del mundo que veo, pero puedo ser  
víctima de como lo interpreto". -UCDM -



**CONTENIDO**

<b>I-</b>	<b>INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>43</b>
<b>II -</b>	<b>MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>47</b>
<b>II.1.</b>	<b>Autoconfianza .....</b>	<b>47</b>
II.1.1.	Teoría de la Autoeficacia de Bandura (1977) .....	50
II.1.2.	Modelo Multidimensional de confianza deportiva de Vealey (1986) ....	59
II.1.3.	Modelo de Motivación de Competencia de Harter (1978) .....	63
II.1.4.	Teoría de la habilidad percibida de Nicholls (1984) .....	66
II.1.5.	Modelo de Confianza Motriz de Griffith y Keogh (1982) .....	72
II.1.6.	Teorías de Motivación relacionadas con la Autoconfianza .....	79
II.1.7.	Intervención para la mejora de la Autoconfianza .....	97
<b>II.2.</b>	<b>Adherencia y abandono deportivo .....</b>	<b>101</b>
II.2.1.	Conceptos.....	101
II.2.2.	Motivos de abandono y participación deportiva. ....	107
II.2.3.	Abandono deportivo en función de la edad y el género.....	113
II.2.4.	Modelos de compromiso y abandono deportivo. ....	114
<b>II.3.</b>	<b>Entorno social .....</b>	<b>137</b>
II.3.1.	Entrenadores.....	139
II.3.2.	Madres y padres.....	141
<b>II.4.</b>	<b>Atletismo. ....</b>	<b>143</b>
II.4.1.	Carreras y salida de tacos. ....	148
II.4.2.	Marcha atlética .....	152
II.4.3.	Carreras de vallas. ....	154

II.4.4.	Salto de altura.....	156
II.4.5.	Salto de Longitud.....	158
II.4.6.	Triple Salto.....	161
II.4.7.	Lanzamiento de Peso.....	162
II.4.8.	Lanzamiento de Jabalina.....	164
II.4.9.	Lanzamiento de Disco.....	167
II.4.10.	Lanzamiento de Martillo. ....	169
II.4.11.	Jóvenes atletas .....	171
<b>III -</b>	<b>OBJETIVOS E HIPÓTESIS DE ESTUDIO .....</b>	<b>177</b>
<b>III.1.</b>	<b>Objetivos .....</b>	<b>177</b>
III.1.1.	Estudio 1: Validación de instrumentos de evaluación y fase exploratoria. 177	
III.1.2.	Estudio 2: <i>“Desarrollo y realización de entrevistas .....</i>	178
III.1.3.	Estudio 3: <i>“Diseño e implementación de la herramienta de feedback técnico”</i> 178	
III.1.4.	Estudio 4: <i>“Efectos de la herramienta de feedback técnico en la autoconfianza, orientación competitiva y adherencia deportiva en atletas de categorías sub 14 a sub 18”</i> 178	
<b>III.2.</b>	<b>Hipótesis de investigación.....</b>	<b>179</b>
III.2.1.	Estudio 1: <i>2Validación de instrumentos de evaluación y fase exploratoria”.</i>	179
III.2.2.	Estudio 2: <i>“Desarrollo y realización de entrevistas” .....</i>	180
III.2.3.	Estudio 3: <i>“Diseño e implementación de la herramienta de feedback técnico”</i> 181	
III.2.4.	Estudio 4: <i>“Efectos de la herramienta de feedback técnico en la autoconfianza, orientación competitiva y adherencia deportiva en atletas de categorías sub 14 a sub 18”</i> 181	
<b>IV -</b>	<b>MATERIAL Y MÉTODO .....</b>	<b>185</b>

## ÍNDICE GENERAL

	23
<b>IV.1. PROCEDIMIENTO</b> .....	<b>185</b>
IV.1.1. Validación de instrumentos de evaluación y fase exploratoria. ....	185
IV.1.2. Desarrollo y realización de entrevistas. ....	193
IV.1.3. Diseño e implementación de la herramienta de feedback técnico. ....	197
IV.1.4. Efectos de la herramienta de feedback técnico en la autoconfianza, orientación competitiva y adherencia deportiva en atletas de categorías sub 14 a sub 18. 201	
<b>IV.2. PARTICIPANTES</b> .....	<b>204</b>
IV.2.1. Participantes del estudio 1: <i>“Validación de instrumentos de evaluación y fase exploratoria”</i> .....	204
IV.2.2. Participantes del estudio 2: <i>“Desarrollo y realización de entrevistas”</i> .....	206
IV.2.3. Participantes del estudio 3: <i>“Diseño e implementación de la herramienta de feedback técnico”</i> .....	207
IV.2.4. Participantes del estudio 4: <i>“Efectos de la herramienta de feedback técnico en la autoconfianza, orientación competitiva y adherencia deportiva en atletas de categorías sub 14 a sub 18”</i> .....	208
<b>V - RESULTADOS</b> .....	<b>211</b>
<b>V.1. Estudio I: <i>“Validación de instrumentos de evaluación y fase exploratoria”</i></b> .....	<b>211</b>
V.1.1. Descriptivos .....	211
V.1.2. Validación cuestionarios.....	214
V.1.3. Pruebas de Normalidad y Homocedasticidad .....	253
V.1.4. Descriptivos.....	257
V.1.5. Correlaciones.....	260
V.1.6. Análisis de Varianzas.....	263
<b>V.2. Estudio II: <i>“Desarrollo y realización de entrevistas”</i></b> .....	<b>283</b>
V.2.1. Análisis cualitativo .....	283

<b>V.3.</b>	<b>Estudio III: “Diseño e implementación de la herramienta de feedback técnico”</b>	<b>324</b>
V.3.1.	Validez de contenido.....	324
<b>V.4.</b>	<b>Estudio Iv: “Efectos de la herramienta de feedback técnico en la autoconfianza, orientación competitiva y adherencia deportiva en atletas de categorías sub 14 a sub 18.</b>	<b>421</b>
V.4.1.	Pruebas de Normalidad y Homocedasticidad .....	421
V.4.2.	Descriptivos .....	423
V.4.3.	Correlaciones.....	427
V.4.4.	Análisis de varianzas.....	430
V.4.5.	Efecto del tratamiento .....	443
<b>VI -</b>	<b>DISCUSIÓN .....</b>	<b>459</b>
<b>VI.1.</b>	<b>Estudio 1: “Validación de instrumentos de evaluación y fase exploratoria” .....</b>	<b>459</b>
<b>VI.2.</b>	<b>Estudio 2: “Desarrollo y realización de entrevistas” .....</b>	<b>476</b>
<b>VI.3.</b>	<b>Estudio 3: “Diseño e implementación de la herramienta de feedback técnico”</b>	<b>486</b>
<b>VI.4.</b>	<b>Efectos de la herramienta de feedback técnico en la autoconfianza, orientación competitiva y adherencia deportiva en atletas de categorías sub 14 a sub 18”</b>	<b>490</b>
<b>VII -</b>	<b>CONCLUSIONES.....</b>	<b>503</b>
<b>VII.1.</b>	<b>Estudio I: “Validación de instrumentos de evaluación y fase exploratoria” .....</b>	<b>503</b>
<b>VII.2.</b>	<b>Estudio II: “Desarrollo y realización de entrevistas” .....</b>	<b>509</b>
<b>VII.3.</b>	<b>Estudio III: “Diseño e implementación de la herramienta de feedback técnico”</b>	<b>513</b>



## ÍNDICE GENERAL

25

VII.4.	Estudio IV: “Efectos de la herramienta de feedback técnico en la autoconfianza, orientación competitiva y adherencia deportiva en atletas de categorías sub 14 a sub 18 .....	514
VIII -	LIMITACIONES Y FUTURAS LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN .....	521
VIII.1.	Estudio I: “Validación de instrumentos de evaluación y fase exploratoria” .....	521
VIII.2.	Estudio II: “Desarrollo y realización de entrevistas” .....	523
VIII.3.	Estudio III: “Diseño e implementación de la herramienta de feedback técnico”	524
VIII.4.	Estudio IV: “Efectos de la herramienta de feedback técnico en la autoconfianza, orientación competitiva y adherencia deportiva en atletas de categorías sub 14 a sub 18 .....	525
IX -	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	529
X -	ANEXOS .....	583



27

SIGLAS Y ABREVIATURAS

**SIGLAS Y ABREVIATURAS**

**DE, Desviación Estándar**

**TSCI, Trait Sport Confidence Inventar**



## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 <i>Curva de relación entre confianza y rendimiento</i> .....	48
Figura 2 <i>Expectativas en la Autoeficacia</i> .....	52
Figura 3 <i>Reciprocidad triádica de la Teoría Sociocognitiva</i> .....	52
Figura 4 <i>Procesos por los cuales se forma la autoeficacia. (Modificado de Guzmán,1996)</i> .....	56
Figura 5 <i>Proceso Teoría autoeficacia de Bandura</i> .....	58
Figura 6 <i>Modelo de confianza en el deporte Tomado de Vealey</i> .....	60
Figura 7 <i>Ciclo del desarrollo del Movimiento. Adaptado de (Griffin y de Keogh, 1982)</i> ..	76
Figura 8 <i>Mini teorías de la Teoría de la autodeterminación</i> .....	79
Figura 9 <i>Teoría de la evaluación cognitiva. Tomado de Mandingo y Hold (1999)</i> .....	80
Figura 10 <i>Determinantes de la adherencia al ejercicio físico</i> .....	103
Figura 11 <i>Esquema Modelo de la Teoría de Acción Razonada (Adaptado de Reyes (2007))</i> .....	124
Figura 12 <i>Distribución de las pruebas de atletismo en función de su complejidad técnica.</i> .....	144
Figura 13 <i>Pruebas autorizadas aire libre hombres</i> .....	145
Figura 14 <i>Pruebas autorizadas aire libre mujeres</i> .....	146
Figura 15 <i>Pruebas autorizadas pista cubierta hombres</i> .....	147
Figura 16 <i>Pruebas autorizadas pista cubierta mujeres</i> .....	147
Figura 17 <i>Fases de la carrera</i> .....	150
Figura 18 <i>Fase de “a sus puestos” y “listos” en la salida de tacos.</i> .....	151
Figura 19 <i>Primeros apoyos en la salida de tacos</i> .....	152
Figura 20 <i>Fases de la Marcha Atlética</i> .....	154
Figura 21 <i>Ataque, franqueo y recepción de la valla</i> .....	156
Figura 22 <i>Esquema del salto de altura</i> .....	158

Figura 23 <i>Fases en el salto de Longitud</i> .....	160
Figura 24 <i>Secuencia del Triple Salto</i> .....	162
Figura 25 <i>Fases Lanzamiento de peso lineal</i> .....	164
Figura 26 <i>Fases de lanzamiento de Jabalina</i> .....	166
Figura 27 <i>Fases Lanzamiento de Disco</i> .....	169
Figura 28 <i>Fases Lanzamiento de Martillo</i> .....	171
Figura 29 <i>Atletas participantes en la fase 2 de Validación de instrumentos de evaluación y fase exploratoria</i> .....	206
Figura 30 <i>Participantes en las entrevistas</i> .....	207
Figura 31 <i>Modelo de medida de las Fuentes de Confianza en el Deporte. Análisis factorial confirmatorio primer orden</i> .....	221
Figura 32 <i>Modelo de medida de Fuentes de Confianza en el Deporte (SSCQ)</i> .....	233
Figura 33 <i>Modelo de medida de Orientación Competitiva</i> .....	238
Figura 34 <i>Modelo Final de Orientación Competitiva</i> .....	246
Figura 35 <i>Modelo definitivo de medida del Inventario de Autoconfianza Deportiva Rasgo</i> .....	250
Figura 36 <i>Resultados de la comparación de medidas de las variables de estudio entre categorías, según género y continuidad o abandono deportivo</i> .....	269
Figura 37 <i>Resultados de la comparación de medidas de las variables de estudio entre género, según la categoría y continuidad o abandono deportivo</i> .....	276
Figura 38 <i>Resultados de la comparación de medidas de las variables de estudio entre continuidad o abandono deportivo, según género y categoría</i> .....	283
Figura 39 <i>Porcentaje de abandono deportivo por categoría y grupo de estudio</i> .....	427
Figura 40 <i>Porcentaje de abandono deportivo por género y grupo de estudio</i> .....	427
Figura 41 <i>Análisis de varianzas de muestras independientes de las variables autoconfianza rasgo y Orientación competitiva, comparación por categoría</i> .....	434
Figura 42 <i>Análisis de varianzas de muestras independientes de las variables autoconfianza rasgo y Orientación competitiva, comparación por grupo de estudio</i> .....	439
Figura 43 <i>Análisis de varianzas de muestras independientes de las variables autoconfianza rasgo y Orientación competitiva, comparación por género</i> .....	443

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 44 <i>Evolución de la autoconfianza rasgo según categoría por grupo de estudio.</i>	445
Figura 45 <i>Comparación de medidas repetidas en la orientación a la tarea por género y grupo de estudio.</i>	448
Figura 46 <i>Comparación de medidas repetidas en la autoconfianza rasgo por género y grupo de estudio.</i>	448
Figura 47 <i>Resultados del análisis de medidas repetidas de las puntuaciones en las variables autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva por género y categoría del grupo experimental.</i>	449
Figura 48 <i>Resultados del análisis de medidas repetidas de las puntuaciones en las variables autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva por género y categoría del grupo control</i>	449
Figura 49 <i>Resultados del análisis de medidas repetidas de las puntuaciones en la variable autoconfianza rasgo, por grupo de estudio y continuidad deportiva</i>	451
Figura 50 <i>Resultados del análisis de medidas repetidas de género masculino en la variable autoconfianza rasgo por grupo de estudio y continuidad deportiva</i>	452
Figura 51 <i>Resultados del análisis de medidas repetidas de género femenino en la variable autoconfianza rasgo por grupo de estudio y continuidad deportiva</i>	453
Figura 52 <i>Resultados del análisis de medidas repetidas de género femenino en la variable orientación a la tarea por grupo de estudio y continuidad deportiva</i>	453
Figura 53 <i>Comparación de medidas repetidas por género y continuidad deportiva, de las puntuaciones en las variables autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva en el grupo experimental</i>	455
Figura 54 <i>Comparación de medidas repetidas por género y continuidad deportiva, de las puntuaciones en las variables autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva en el grupo experimental.</i>	455





## ÍNDICE DE TABLAS

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Dimensiones de la entrevista para padres y madres de jóvenes atletas .....	195
Tabla 2 Criterios de Valoración de Expertos sobre las planillas de observación técnica .	200
Tabla 3 Análisis del índice de discriminación de la escala. ....	212
Tabla 4 Pruebas estadísticas – Análisis Factorial Exploratorio 39 ítems .....	215
Tabla 5 Análisis Factorial Exploratorio .....	216
Tabla 6 Análisis Factorial Exploratorio .....	219
Tabla 7 Análisis Factorial Confirmatorio de las Fuentes de Confianza en el Deporte: Etapas 1. – Primer orden. ....	222
Tabla 8 Saturación de los indicadores en los factores ( $\lambda$ ), error residual (E) y varianza explicada (R2) del modelo de medición de la percepción de la RSC en los eventos deportivos: Etapa 1 y 2 – Primer orden .....	223
Tabla 9 Análisis Factorial Confirmatorio de las Fuentes de Confianza en el Deporte: Etapas 1 y 2 – Primer orden .....	226
Tabla 10 Correlaciones entre los factores del modelo de Fuentes de confianza en el deporte. ....	227
Tabla 11 Pruebas estadísticas – Análisis Factorial Exploratorio .....	228
Tabla 12 Análisis Factorial Exploratorio .....	229
Tabla 13 Análisis Factorial Confirmatorio de las Fuentes de Confianza en el Deporte: Etapas 1 – Segundo orden. Modelo 2 factores superiores latentes .....	230
Tabla 14 Saturación de los indicadores en los factores ( $\lambda$ ), error residual (E) y varianza explicada (R2) del modelo de Fuentes de Confianza en el Deporte: Etapa 1 Segundo orden. ....	231
Tabla 15 Pruebas estadísticas – Análisis Factorial Exploratorio 16 ítems .....	235
Tabla 16 Análisis Factorial Exploratorio .....	236
Tabla 17 Análisis Factorial Confirmatorio del Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego: Etapa 1 – Primer orden .....	239

## MARÍA CARIDAD HERNÁNDEZ GUARDIOLA

Tabla 18 Saturación de los indicadores en los factores ( $\lambda$ ), error residual (E) y varianza explicada (R2) del modelo del Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego: Etapa 1 – Primer orden. ....	240
Tabla 19 Análisis Factorial Confirmatorio del modelo del Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego: Etapas 1 y 2 – Primer orden .....	241
Tabla 20 Correlaciones entre los factores del modelo de Orientación Competitiva.....	242
Tabla 21 Saturación de los indicadores en los factores ( $\lambda$ ), error residual (E) y varianza explicada (R2) del modelo del Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego: Etapa 1 y 2 – Primer orden. ....	243
Tabla 22 Análisis Factorial Confirmatorio de las Fuentes de Confianza en el Deporte: Etapa 1-Segundo orden. Modelo del Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego.....	244
Tabla 23 Saturación de los indicadores en los factores ( $\lambda$ ), error residual (E) y varianza explicada (R2) del modelo del Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego: Etapa 1 – Primer orden. ....	245
Tabla 24 Pruebas estadísticas – Análisis Factorial Exploratorio TSCI 13 ítems.....	247
Tabla 25 Análisis Factorial Exploratorio .....	248
Tabla 26 Análisis Factorial Confirmatorio del modelo Autoconfianza Deportiva Rasgo. Etapas 1 – Primer orden. ....	251
Tabla 27 Análisis Factorial Confirmatorio del modelo Autoconfianza Deportiva Rasgo. Etapas 2 – Primer orden. ....	252
Tabla 28 Saturación de los indicadores en los factores ( $\lambda$ ), error residual (E) y varianza explicada (R2) del modelo del Autoconfianza Deportiva Rasgo: Etapa 1– Primer orden. ....	253
Tabla 29 Pruebas de Normalidad .....	254
Tabla 30 Puntuación en las variables de autoconfianza rasgo, Orientación Competitiva y Fuentes de Confianza en el Deporte. Estadísticos descriptivos. Frecuencias.....	258
Tabla 31 Puntuación en las variables de autoconfianza rasgo, Orientación Competitiva y Fuentes de Confianza en el Deporte en función de la categoría y el género.....	260
Tabla 32 Correlación entre las variables autoconfianza rasgo, Orientación Competitiva y Fuentes de Confianza en el deporte.....	261

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 33 Comparación por categoría entre las Fuentes de Confianza del Deporte y la Orientación Competitiva diferenciando género y adherencia .....	264
Tabla 34 Comparación por categoría entre las Fuentes de Confianza del Deporte y la Orientación Competitiva diferenciando género y adherencia .....	266
Tabla 35 Comparación de medidas de autoconfianza rasgo entre categorías según género y continuidad o abandono deportivo .....	268
Tabla 36 Comparación por género entre las Fuentes de Confianza del Deporte y la Orientación Competitiva diferenciando categoría y adherencia .....	270
Tabla 37 Comparación por género entre las Fuentes de Confianza del Deporte y la Orientación Competitiva diferenciando categoría y adherencia .....	272
Tabla 38 Comparación por género entre las Fuentes de Confianza del Deporte y la Orientación Competitiva diferenciando categoría y adherencia .....	274
Tabla 39 Comparación de medidas de autoconfianza rasgo entre género según la categoría y continuidad o abandono deportivo .....	275
Tabla 40 Comparación entre las Fuentes de Confianza del Deporte y la Orientación Competitiva por categoría, género y adherencia .....	277
Tabla 41 Comparación entre las Fuentes de Confianza del Deporte y la Orientación Competitiva por categoría, género y adherencia .....	279
Tabla 42 Comparación entre las Fuentes de Confianza del Deporte y la Orientación Competitiva por categoría, género y adherencia .....	281
Tabla 43 Comparación de medidas de autoconfianza rasgo entre continuidad o abandono deportivo, según género y categoría .....	282
Tabla 44 Codificación de la información del bloque “Valor que los padres y madres otorgan a la práctica deportiva” .....	289
Tabla 45 Codificación de la información del bloque “Satisfacción de los padres y madres con la oferta deportiva” .....	293
Tabla 46 Codificación de la información del bloque “Implicación parental” .....	297
Tabla 47 Codificación de la información del bloque “Relación con el técnico deportivo”	302
Tabla 48 Codificación de la información del bloque “Apoyo y soporte” .....	310
Tabla 49 Codificación de la información del bloque “Comportamiento directivo” .....	313

## MARÍA CARIDAD HERNÁNDEZ GUARDIOLA

Tabla 50 Codificación de la información del bloque “expectativas” .....	316
Tabla 51 Codificación de la información del bloque “Satisfacción de los padres y madres con la oferta deportiva.....	323
Tabla 52 Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback Técnica de carrera categoría sub 14.....	325
Tabla 53 Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico Salida de tacos categoría sub 14.....	328
Tabla 54 Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Técnica de Carrera, categoría sub 16. ....	331
Tabla 55 Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico Salida de tacos categoría sub 16.....	334
Tabla 56 Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback Técnica de carrera categoría sub 18.....	337
Tabla 57 Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico Salida de tacos categoría sub 18.....	340
Tabla 58 Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico Carrera de vallas categoría sub 14 .....	343
Tabla 59 Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico Carrera de vallas categoría sub 16 .....	345
Tabla 60 Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico Carrera de vallas categoría sub 18 .....	348
Tabla 61 Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Marcha, categoría sub 14.....	351
Tabla 62 Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Marcha, categoría sub 16.....	353
Tabla 63 Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Marcha, categoría sub 18.....	355
Tabla 64 Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de salto de Longitud, categoría sub 14.....	358
Tabla 65 Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de salto de Longitud, categoría sub 16.....	362

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 66 <i>Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de salto de Longitud, categoría sub 18</i> .....	365
Tabla 67 <i>Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Triple Salto, categoría sub 14</i> .....	368
Tabla 68 <i>Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Triple Salto, categoría sub 16</i> .....	373
Tabla 69 <i>Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Triple Salto, categoría sub 18</i> .....	377
Tabla 70 <i>Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Salto de Altura, categoría sub 14</i> .....	382
Tabla 71 <i>Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Salto de Altura, categoría sub 16</i> .....	384
Tabla 72 <i>Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Salto de Altura, categoría sub 18</i> .....	386
Tabla 73 <i>Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Peso categoría sub 14</i> .....	388
Tabla 74 <i>Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Peso categoría sub 16</i> .....	391
Tabla 75 <i>Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Peso categoría sub 18</i> .....	393
Tabla 76 <i>Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Disco categoría sub 14</i> .....	396
Tabla 77 <i>Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Disco categoría sub 16</i> .....	398
Tabla 78 <i>Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Disco categoría sub 18</i> .....	401
Tabla 79 <i>Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Jabalina categoría sub 14</i> .....	403
Tabla 80 <i>Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Jabalina categoría sub 16</i> .....	406

## MARÍA CARIDAD HERNÁNDEZ GUARDIOLA

Tabla 81 <i>Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Jabalina categoría sub 18.</i> .....	409
Tabla 82 <i>Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Martillo categoría sub 14.</i> .....	412
Tabla 83 <i>Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Martillo categoría sub 16.</i> .....	415
Tabla 84 <i>Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Martillo categoría sub 18</i> .....	418
Tabla 85 <i>Pruebas de normalidad</i> .....	421
Tabla 86 <i>Puntuación en las variables de autoconfianza rasgo y Orientación Competitiva en función de la categoría, género y grupo de estudio</i> .....	425
Tabla 87 <i>Puntuación en las variables de autoconfianza rasgo y Orientación Competitiva en función del grupo de estudio y continuidad en el deporte</i> .....	426
Tabla 88 <i>Correlación entre las variables autoconfianza rasgo y Orientación Competitiva al inicio de temporada</i> .....	428
Tabla 89 <i>Correlación entre las variables autoconfianza rasgo y Orientación Competitiva al inicio y final de temporada en el grupo experimental</i> .....	429
Tabla 90 <i>Correlación entre las variables autoconfianza rasgo y Orientación Competitiva al inicio y final de temporada en el grupo control</i> .....	430
Tabla 91 <i>Comparación por categoría entre la autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva diferenciando por género en el grupo experimental</i> .....	431
Tabla 92 <i>Comparación por categoría entre la autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva diferenciando género en el grupo control</i> .....	432
Tabla 93 <i>Baremo de Tamaño del efecto</i> .....	435
Tabla 94 <i>Comparación del efecto del tratamiento en la autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva diferenciando por género en la categoría sub 14</i> .....	436
Tabla 95 <i>Comparación del efecto del tratamiento en la autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva diferenciando por género en la categoría sub 16</i> .....	437
Tabla 96 <i>Comparación del efecto del tratamiento en la autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva diferenciando por género en la categoría sub 18</i> .....	438

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 97 <i>Comparación por género de las puntuaciones en las variables autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva diferenciando por grupo de estudio en la categoría sub 14.</i> .....	440
Tabla 98 <i>Comparación por género de las puntuaciones en las variables autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva diferenciando por grupo de estudio en la categoría sub 16.</i> .....	441
Tabla 99 <i>Comparación por género de las puntuaciones en las variables autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva diferenciando por grupo de estudio en la categoría sub 18.</i> .....	442
Tabla 100 <i>Comparación de medidas repetidas de las puntuaciones en las variables autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva por categoría y grupo de estudio .....</i>	444
Tabla 101 <i>Comparación de medidas repetidas de las puntuaciones en las variables autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva por género y grupo de estudio. ....</i>	447
Tabla 102 <i>Comparación de medidas repetidas de las puntuaciones en las variables autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva por grupo de estudio y continuidad deportiva.....</i>	450
Tabla 103 <i>Comparación de medidas repetidas por género de las puntuaciones en las variables autoconfianza rasgo y Orientación Competitiva por grupo de estudio y continuidad deportiva .....</i>	454





# **I – INTRODUCCIÓN**



## I- INTRODUCCIÓN

La autoconfianza suele ser definida como el grado de certeza respecto a las propias habilidades en la consecución del éxito en una determinada tarea, convicción que es determinada por la experiencia, los estados fisiológicos y emocionales. En el ámbito deportivo, supone una mayor convicción del deportista en cuanto a su capacidad personal de ejecución y la posibilidad de conseguir el éxito en sus retos y tareas.

El campo de estudio de esta variable psicológica ha sido tratado a nivel teórico en innumerables trabajos, pero sin embargo a nivel empírico son limitados los trabajos sobre la misma, y casi todos ellos tienen como objetivo el examen de deportistas de élite o alto rendimiento deportivo, siendo escasos los estudios que atienden al deporte de base. En España la realidad es similar, ya que a pesar de existir investigaciones sobre la autoeficacia o las habilidades percibidas, el estudio de la autoconfianza en categorías menores es prácticamente inexistente. De ahí nuestro interés por profundizar en su análisis dentro del deporte del atletismo.

La autoconfianza puede ser influida desde diferentes ámbitos. En las dos últimas décadas han proliferado numerosos estudios sobre la influencia de los factores psicosociales en la conducta de los deportistas y su manera de percibir el entorno deportivo, estando la mayoría de ellos centrados en la figura del entrenador.

Al examinar el número de licencias federativas de atletas, podemos observar como con el paso de los años hay una notable disminución desde la categoría infantil en adelante, aproximadamente existe un abandono desde la categoría infantil a juvenil del 50% de los deportistas, siendo esta una cifra alarmante. A estas edades la mayoría de los sujetos siguen viviendo en el núcleo familiar, por lo que nos interesa conocer la influencia que ejercen padres y madres, además del entrenador, en los jóvenes, su práctica y su orientación competitiva dentro del deporte.

Tener un nivel de confianza alto, medio o bajo, determina que factores o situaciones afectarán o no al deportista y en qué medida. Uno de los principales motivos del abandono deportivo en jóvenes es el no sentirse competentes en la actividad que realizan. El sentirse o no competentes depende, entre otros factores, de las expectativas y objetivos que se haya marcado el atleta. Un deportista con buena autoconfianza será capaz de evaluar positivamente las experiencias deportivas negativas o pasadas y utilizar esa información como un aprendizaje que le hará enfrentar la situación deportiva con la seguridad de que va a rendir al máximo de sus posibilidades, siendo consciente cuales son dichas posibilidades en ese momento concreto.

Por ello, es importante conocer qué factores y de qué manera, profundizando en la influencia de entrenadores, padres y madres, afectan al desarrollo y construcción de la autoconfianza en jóvenes atletas, y esta a su vez en la reducción del abandono deportivo.

## **II – MARCO TEÓRICO**

•



## II - MARCO TEÓRICO

### II.1. AUTOCONFIANZA

La autoconfianza es la convicción que una persona tiene de que puede llevar a cabo las habilidades necesarias (tanto físicas como mentales) para ejecutar con éxito la conducta requerida para producir un determinado resultado. Es una variable psicológica que se puede entrenar para así ayudar a los deportistas a mejorar su rendimiento. Se trata de estado interno que implica un conocimiento real de las dificultades a superar, los recursos propios para hacerlo y de las auténticas posibilidades que uno tiene para conseguir el éxito.

La autoconfianza es uno de los mejores pronósticos de éxito competitivo, ya que está íntimamente relacionada con la ejecución y con las estrategias que maneja el deportista para resolver las diferentes situaciones de su deporte. Esta variable está relacionada con la motivación intrínseca, el nivel de estrés, la tolerancia a la frustración, la perseverancia, el manejo de las emociones y los pensamientos, el gasto energético, la capacidad atencional, la habilidad para manejar la presión, o la resistencia física.

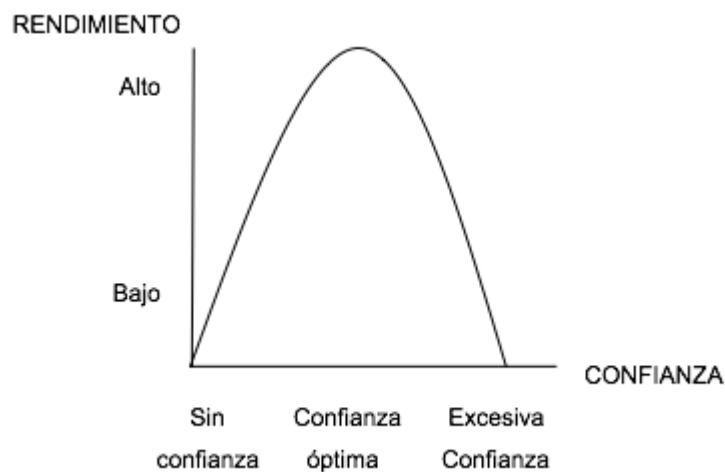
Es importante que la evaluación del propio rendimiento del deportista sea objetiva. Una mala evaluación o una evaluación incorrecta pueden llevar a una falta de control, lo que deteriora la confianza y propicia respuestas emocionales como la ansiedad. Evaluar el propio rendimiento, de la manera más objetiva posible, es una habilidad esencial, pues permite mejorar el conocimiento de lo que se está haciendo e impide que el deportista, como ocurre en numerosos casos, realice una evaluación sesgada e inapropiada que, desde el punto de vista deportivo y psicológico, puede resultar muy perjudicial (Buceta, 1998).

La confianza mental puede ser frágil y fluctuar durante las actuaciones, así que el objetivo de los deportistas consiste en conseguir una autoconfianza inquebrantable, robusta y persistente ante los fracasos u obstáculos. Tener confianza es buscar un planteamiento mental positivo sobre lo que va a suceder. Son expectativas realistas sobre un fin que perseguimos o deseamos conseguir y de lo que estamos convencidos de lograrlo.

La autoconfianza no consiste en que los deportistas creen ciegamente que van a ganar o que jamás cometerán errores, sino en la convicción de que poseen los recursos suficientes para ser capaces de vencer y superar los errores que inevitablemente podrán cometer (Martens, 1987).

### Figura 1

*Curva de relación entre confianza y rendimiento*



Existe un nivel óptimo de confianza y este podrá variar de un sujeto a otro. La relación entre confianza y rendimiento podemos explicarla a través de la clásica Teoría de la U invertida (Yerkes & Dodson, 1908) (Figura 1), que propone que conforme aumenta el grado de confianza, desde una falta de confianza total hasta



un exceso de confianza, se va incrementando el rendimiento del sujeto, hasta llegar a un punto a partir del cual se produce un deterioro en la ejecución.

La autoconfianza no garantiza el éxito de la ejecución, pero si el deportista no tiene confianza es más probable que tenga un bajo rendimiento. Tener autoconfianza es tener una visión realista sobre lo que uno mismo puede realizar o conseguir. Tener un nivel óptimo de confianza también significa establecer metas y objetivos acordes con las habilidades del sujeto, sin olvidarnos de que también supongan un reto, pero un reto alcanzable, reconociendo el deportista sus errores y límites e intentando superarlos. Una persona con una confianza adecuada tendrá una alta capacidad de resiliencia superando los obstáculos y contratiempos con esfuerzo y adoptando la conducta nueva necesaria. Cada sujeto tiene su propio nivel óptimo de confianza, e incluso un grado óptimo específico de cada tarea.

El problema deriva cuando se produce una falta o exceso de confianza. La falta de confianza puede hacer fallar a sujetos con altas capacidades de ejecución en condiciones de presión, ya que pueden perder la concentración y sienten indecisión por lo que no son capaces de desarrollar al máximo sus habilidades. Estas personas se centran en sus puntos débiles, así que al pensar que no son capaces de lograrlo, no se esforzarán lo suficiente y su rendimiento será menor.

Encontramos en el otro extremo el exceso de confianza, que provoca que el sujeto se relaje y no se concentre adecuadamente, lo que provoca una mala ejecución. El rendimiento disminuye porque los deportistas no consideran que tengan que prepararse o esforzarse para mejorar en una tarea. Suelen caer en el error de subestimar la tarea y el rival. Padecen una confusión de habilidad, pudiendo esto llevarles a no admitir sus errores, tener una autocrítica inadecuada buscando los fallos fuera y culpando a los demás, lo que puede crear conflictos entre compañeros o el mismo entrenador.

En la práctica deportiva hemos de considerar que tanto una baja como una excesiva confianza tendrán una influencia negativa en el rendimiento del deportista, mientras que un nivel de confianza óptimo lo favorecerá notablemente. Sería conveniente e interesante analizar en qué puntos el deportista experimenta una inadecuada confianza para poder intervenir de manera eficaz y ayudarles a mejorar.

Dentro de la autoconfianza podemos diferenciar dos tipos, la autoconfianza general (rasgo) o la autoconfianza específica (estado). La autoconfianza general puede considerarse como un rasgo de la personalidad, pero no por tener una alta autoconfianza general eso asegura tener éxito en un deporte en particular (Cox, 2009). La autoconfianza específica, se centra en cambio, en una tarea concreta, como puede ser enfrentarse a una competición o momentos puntuales dentro de ella, una salida en 100 m.l, un lanzamiento de tiros libres en baloncesto, un punto de partido en tenis, etc. Por eso es importante que los deportistas desarrollen tanto una autoconfianza general como específica.

A continuación desarrollaremos los modelos teóricos más conocidos para el estudio de la autoconfianza, como son La Teoría de la Autoeficacia (Bandura, 1977), el Modelo de Confianza en el deporte (Vealey, 1986), Modelo de la Motivación de competencia (Harter, 1978), Teoría de la habilidad percibida (Nicholls, 1984) y el Modelo de confianza Motriz (Griffith & Keogh, 1982).

### **II.1.1. Teoría de la Autoeficacia de Bandura (1977)**

La teoría de Bandura (1977) es la más utilizada para la investigación en los contextos del deporte y el rendimiento motor. La teoría considera la autoeficacia como un mecanismo cognitivo habitual que media entre la motivación y la conducta. Se basa en que la confianza es la creencia o grado de certeza que los

## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

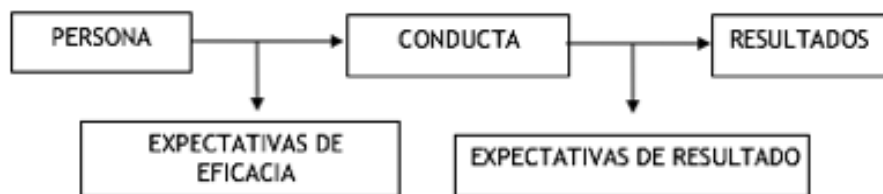
individuos poseen sobre su capacidad para tener éxito en el deporte. La autoconfianza es la seguridad que uno tiene en sí mismo. El deportista con autoconfianza espera con firmeza y seguridad que se cumplan sus expectativas. Tener autoconfianza es creer en sí mismo y confiar en sus posibilidades.

Según Linares (2001), cuando dudamos de nuestra capacidad para triunfar o suponemos que algo va a ir mal, estamos creando una profecía autorrealizada: si anticipamos que va a suceder algo, en realidad estamos ayudando a que suceda. Por desgracia, en los deportistas esto es frecuente. Las profecías autorrealizadas negativas son barreras psicológicas que provocan un círculo vicioso: la expectativa del fracaso conduce a un fracaso real, lo que rebaja la autoimagen e incrementa las perspectivas de fracasos futuros.

Bandura define la autoeficacia como la creencia en la propia habilidad para organizar y efectuar los cursos de acción necesarios para obtener determinados logros (Figura 2). Al analizar la definición podemos darnos cuenta de que habla sobre:

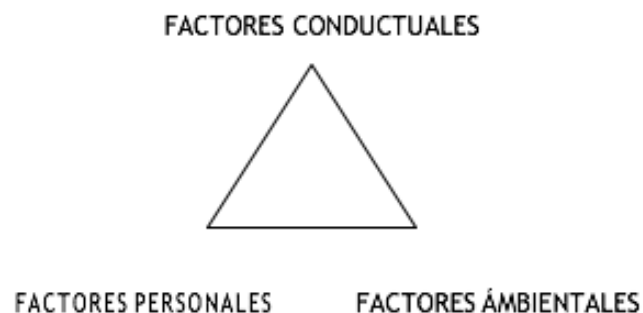
Expectativas de eficacia o autoeficacia, a la hora de ejecutar con éxito un comportamiento o una habilidad. Estas creencias se suelen formar a través de experiencias anteriores, y pueden cambiar en el futuro.

Expectativas de resultados o acción-resultados, por la creencia de que dicho comportamiento o habilidad reportará unos resultados esperados.

**Figura 2***Expectativas en la Autoeficacia*

Nota. Tomado de Autoconfianza y deporte: deporte: Aportaciones de la psicología del deporte para su optimización (Vives & Garcés de los Fayos, 2002).

Bandura, siguiendo la teoría sociocognitiva, propone un modelo de reciprocidad triádica (Figura 3), donde influyen de manera interactiva entre sí factores cognitivos personales, actuales y cambiantes que se van formando a partir de experiencias pasadas, factores ambientales y factores conductuales.

**Figura 3***Reciprocidad triádica de la Teoría Sociocognitiva*

## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

Según esta teoría, la autoeficacia puede proceder de cuatro fuentes principales de información: los logros de ejecución, las experiencias vicarias o aprendizaje por observación, la persuasión verbal y el arousal emocional.

- Los logros de ejecución. Son la fuente de mayor influencia en la autoeficacia. Se basan en experiencias pasadas propias del deportista. Es directamente proporcional el éxito de ejecución haya tenido en el pasado el sujeto con las expectativas de eficacia que tendrá. Hay que tener en cuenta además en este apartado que influyen, cómo se percibe la dificultad de la tarea, el esfuerzo invertido en su realización y los consejos físicos recibidos del exterior.
- La experiencia vicaria o modelado: es una forma de experimentar el éxito a través de modelos, sujetos que realicen la habilidad a desarrollar. Bandura lo define como el modelado participativo, el aprendizaje de éxito proporcionará una buena base para la experiencia de éxito en una situación real. Conocer el modelo correcto eficaz de ejecución ayuda a aumentar las expectativas de ejecución. Las tareas propuestas deben de estar acorde al nivel de capacidad del sujeto y cuanto mayor sea la similitud el nivel entre el modelo y el deportista mayor influencia tendrá.
- La persuasión verbal. Es información o ánimo externo hacia el deportista. Suele venir del entrenador, la familia o los compañeros. Es beneficioso que el deportista escuche que es capaz de realizar las habilidades con éxito. Es necesario que la información que se le da al sujeto sea realista, acorde con sus capacidades de desempeño y que la persona de la que proviene dicha información sea importante para el deportista.
- Arousal emocional. Se trata del nivel y calidad de la activación fisiológica. La percepción de eficacia del sujeto dependerá de la interpretación

cognitiva que haga de él. Percibir que se está cansado o ansioso provoca la disminución de las propias capacidades físicas, por eso hay que intentar que el deportista perciba positivamente su estado orgánico. En este apartado influyen la atención, el nivel de activación y el control del estrés.

Estas cuatro fuentes de información influyen en el análisis que realiza el deportista de la tarea y de sus capacidades para llevarla a cabo. Se diferencian tres tipos de análisis:

- Análisis de las exigencias de la tarea: donde el sujeto analiza el tipo de tarea y sus características.
- Análisis atribucional de la experiencia: según las experiencias previas, el modelado o la persuasión verbal el deportista explica las causas del rendimiento.
- Análisis de los recursos personales y situacionales: valoración presente que el individuo realiza de los recursos personales y/o ambientales que influyen en el rendimiento deportivo.

La elevada autoeficacia es una condición necesaria para una buena ejecución, pero no suficiente, ya que para ello también es necesario que el deportista posea una buena motivación y las habilidades necesarias para el deporte. En el modelo teórico de Bandura se clasifican las variables que influyen sobre la autoeficacia, que son denominados como “motivadores de acción”, y pueden distinguirse entre:

- Señales de información o determinantes externos:
  - Características de la tarea: se refiere sobre todo al nivel de dificultad. La tarea debe de representar un reto al sujeto, pero a su vez debe de ser realista. Tareas con excesiva dificultad pueden afectar negativamente a la autoeficacia del sujeto.

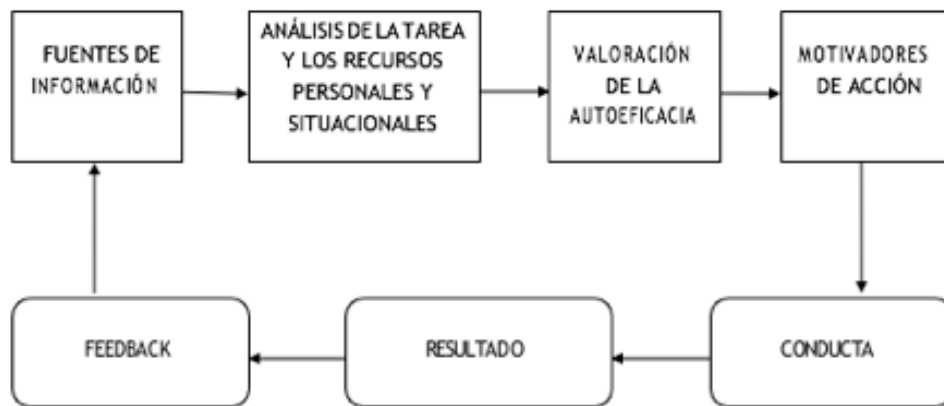
## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

- Ambiente: cuánto más estable sea mayor percepción de autoeficacia tendrá el sujeto.
- Ambiente interpersonal: viene determinado por la comparación del individuo con otros deportistas, además de por la persuasión verbal que realicen personas importantes para el sujeto.
- Señales de información o determinantes internos.
- Estrategias de ejecución en la tarea:
  - Conducta: si un deportista se considera eficaz va a mostrar una actitud abierta y positiva hacia la realización de la tarea y hacia el aprendizaje de nuevas habilidades.
  - Estrategias analíticas de ejecución específicas de cada tarea: como puede ser el dominio de la técnica.
  - Estrategias psicológicas: Son todas aquellas que ayudan al deportista a lograr una predisposición mental y emocional adecuada para realizar con éxito la tarea, como por ejemplo la visualización.
- Influencia del arosal por:
  - Factores estables, propios de la persona como son la personalidad y la autoestima.
  - Factores de baja variabilidad en cuánto al momento de la acción, como la habilidad del sujeto, la condición física o el conocimiento.
  - Factor de personalidad inmediato, donde nos referimos al humor presente del deportista.
- Nivel de esfuerzo.

- Y objetivos, prioridades e interés: cuánto más significativos y retadores sean mayor esfuerzo pondrá el deportista. Incluso si sus acciones no dan el resultado esperado el deportista se mantendrá positivo y aumentará su persistencia para superar las dificultades.
- Control: el deportista tendrá una sensación de control si se encuentra en un entorno conocido y considera que es capaz de analizar y controlar las variables que influyen en el momento deportivo. Tendrá una confianza mayor cuanto menor sea la incertidumbre.
- Y la manipulación de las señales de información de la autoeficacia, que ya han sido explicadas anteriormente.

**Figura 4**

*Procesos por los cuales se forma la autoeficacia. (Modificado de Guzmán, 1996)*



Cada conducta de autoeficacia está ligada a un ámbito de acción o funcionamiento. Los pensamientos autorreferentes están tomados como auto percepciones particulares de eficacia que pueden variar en función de la tarea o actividad. Bandura (1982) insiste en la necesidad de realizar evaluaciones igual



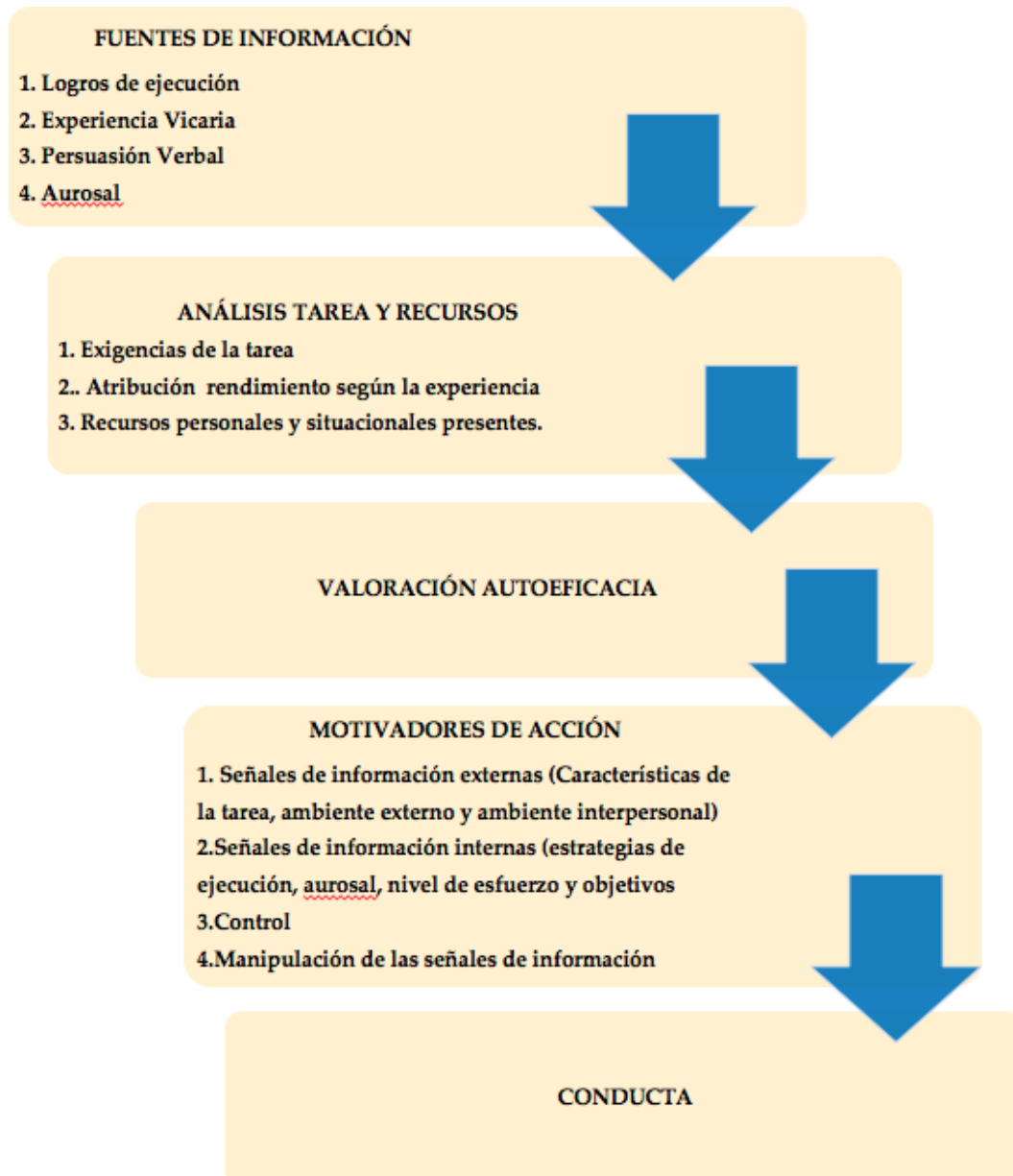
## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

de específicas que la conducta que se pretende medir. La medición de la autoeficacia, habría de realizarse a través de un microanálisis de las percepciones de autoeficacia en tres dimensiones:

- Magnitud o nivel: hace referencia a los logros de ejecución esperados por el deportista o el número de tareas que cree que puede realizar con éxito. Se plantean tareas específicas aumentando el nivel de dificultad y preguntándoles cuáles pueden realizar y cuáles no.
- La fuerza: determina la certeza con la que el individuo espera conseguir el éxito en cada uno de los componentes o niveles de la tarea.
- La generalidad: Autoeficacia en distintas áreas. Se refiere al número de dominios en los que el individuo se considera eficaz.

Figura 5

*Proceso Teoría autoeficacia de Bandura*



### II.1.2. Modelo Multidimensional de confianza deportiva de Vealey (1986)

La confianza deportiva es definida como una variable psicológica de naturaleza multidimensional, que puede darse como un rasgo o un estado, y que incluye la confianza con respecto a la capacidad física, las habilidades psicológicas, la adaptabilidad, la capacidad de aprendizaje, la toma de decisiones, la condición física y el nivel de entrenamiento (Vealey & Campbell, 1988).

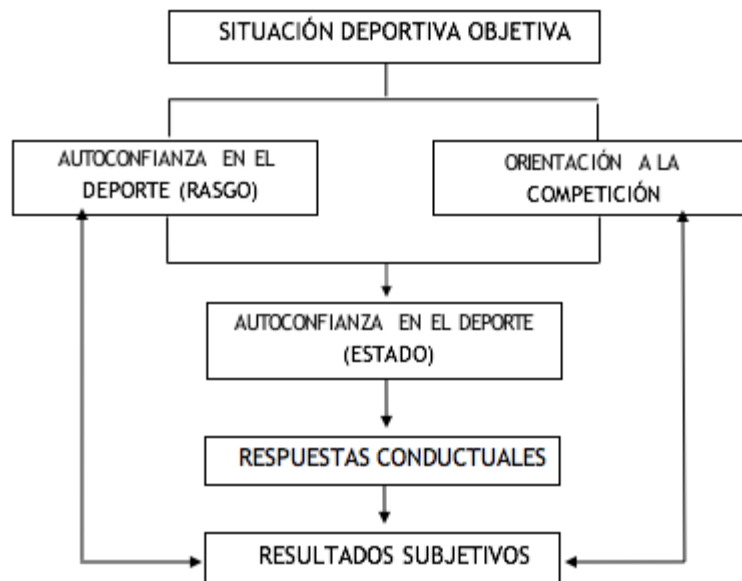
El planteamiento sobre autoconfianza que propone Vealey está orientado de manera específica al ámbito deportivo. En este modelo se distinguen tres conceptos básicos que interactúan entre sí:

- Confianza rasgo en el deporte (constructo disposicional): creencia o grado de certeza que los individuos poseen usualmente sobre su habilidad para tener éxito en el deporte.
- Confianza estado (constructo situacional): creencia o grado de certeza que los individuos poseen en un momento particular sobre su habilidad para tener éxito en el deporte.
- Y orientación competitiva (constructo disposicional): análisis sobre la orientación de meta del deportista. Vealey diferencia 2 vertientes, orientado al resultado (ganar), y orientado a la ejecución (jugar bien). Ya que considera que para cada individuo el éxito puede tener un significado diferente.

El propósito de este modelo es poder medir una situación específica y objetiva, tomando la autoconfianza estado como una influencia determinante en la conducta, los pensamientos y las acciones. En esta teoría la autoconfianza depende de los objetivos, la situación actual, la tarea, las habilidades del deportista y las experiencias pasadas relacionadas con ambas.

**Figura 6**

*Modelo de confianza en el deporte Tomado de Vealey*



La autoconfianza rasgo y la orientación a la competición influirán en cómo son percibidos los factores que se encuentran presentes en la situación específica. Lo que dispondrá el nivel de confianza que el deportista siente en esa situación. Esta autoconfianza estado va a determinar la conducta de ejecución a través de la cual se consiguen los resultados. La evaluación subjetiva, que el sujeto realiza de los resultados, repercutirá en la autoconfianza rasgo y la orientación competitiva del sujeto para futuras acciones.

Los deportistas que muestran niveles altos de confianza propiciarán afectos positivos, conductas productivas, como la persistencia y el uso eficiente de los recursos cognitivos. Tener un nivel de confianza alto, medio o bajo, determina qué factores o situaciones afectarán o no al deportista y en qué medida. Dosil (2004) lo

## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

define como el Modelo de filtro cognitivo, que actúa como un escudo ante la información que llega al deportista. En este sentido, un sujeto con un filtro adecuado conseguirá que no afecten a su confianza resultados negativos, experiencias pasadas u obstáculos nuevos ya que transformará la información siempre de manera positiva para enfrentar la situación con la mayor seguridad de que va a rendir al máximo de sus posibilidades. Lo novedoso de este modelo, es la capacidad de control que se le otorga al deportista sobre su propia confianza.

Para evaluar la autoconfianza Vealey (1986) propone tres instrumentos. Un inventario para la Confianza rasgo (TSCI) y otro para la confianza estado (SSCI), en ellos se plantean que nivel de confianza posee el deportista en situaciones y habilidades importantes para la correcta ejecución, presentes en cualquier deporte, y que confianza siente el deportista al enfrentarse al contrario más diestro que él conoce en dichas situaciones o habilidades. Y finalmente el inventario de orientación competitiva (COI), que nos sirve para determinar si el deportista está orientado al resultado o a la tarea.

Según este modelo, las principales fuentes de información son las tres dimensiones que engloban las fuentes de confianza en el deporte, que son, la dimensión de logro, la dimensión de autorregulación y la dimensión de clima social.

Se ha demostrado que la fuente de información más influyente sobre la autoconfianza es la de logro, pero hay que tener en cuenta que, en los atletas, el juicio sobre sus capacidades está influido por factores sociodemográficos. La naturaleza social del deporte sugiere que los factores sociales pueden ser una fuente influyente en la confianza deportiva.

Así que posteriormente Vealey et al., (1998), crearon el Cuestionario de Fuentes de confianza deportiva (SSCQ), donde introducen la organización cultural, las características de los atletas y las fuentes de confianza del deporte como antecedentes de la confianza deportiva. Este modelo introduce que la cultura organizacional de un programa (nivel competitivo, clima motivacional, tipo de deporte) y las características de un atleta (edad, género, personalidad) son fuentes de confianza en el deporte.

En su estudio, Vealey et al., (1998), hallaron nueve fuentes de confianza en el deporte que se describen a continuación:

- Maestría: referida a la cantidad y calidad de dominio de destrezas del atleta dentro de su deporte.
- Demostración de habilidad: entendida como la capacidad de superar a los demás sujetos dentro de la actividad deportiva.
- Preparación física y mental: es la capacidad física y mental del deportista, aquí entraría la condición física, el entrenamiento, la capacidad de superación, resiliencia, enfocarse en los objetivos, etc.
- Autopresentación física: sería definida como es estado de forma física del sujeto necesario para realizar un buen rendimiento deportivo.
- Apoyo social: engloba el apoyo, soporte, motivación y ánimos de los factores sociales que rodean al deportista.
- Liderazgo del entrenador: la confianza que tiene el deportista en las capacidades y conocimientos de su entrenador.
- Experiencia vicaria: es una forma de experimentar la habilidad deportiva, rendimiento o el éxito a través de modelos externos al sujeto.

## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

- Comodidad del entorno: percepciones positivas del deportista sobre el entorno en el que se desarrolla su actividad deportiva.
- Y favorecimiento situacional: engloba la actuación de los jueces deportivos y el factor suerte.

Las fuentes de confianza categorizan en tres dimensiones de orden superior, que son dimensión de logro (variables de maestría y demostración de la habilidad), dimensión de autorregulación (variables de preparación física y mental y autorrepresentación física) y la dimensión de clima social (variables de apoyo social, experiencia vicaria, liderazgo del entrenador, comodidad del entorno y favorecimiento situacional).

Finalmente, los autores del modelo argumentan que la personalidad, la cultura organizacional y los factores demográficos están en constante influencia con las fuentes de información y los tipos de confianza.

### **II.1.3. Modelo de Motivación de Competencia de Harter (1978)**

Susan Harter parte del modelo teórico de la effectance motivation de Robert White (1959), que considera que existe una necesidad de competencia en las personas que las lleva a involucrarse en intentos de dominio, que si son exitosos, conllevarán a una satisfacción inherente. Este autor define la competencia como la como la capacidad de interactuar eficazmente con el ambiente.

La perspectiva teórica de Harter (1981), pretende refinar y extender el modelo teórico de White (1959), asumiendo una estrecha relación entre la orientación motivacional y la competencia percibida. La autora postula que aquellos niños orientados intrínsecamente, presentarán altos niveles de competencia percibida mientras aquellos con percepciones negativas acerca de su competencia académica

se caracterizarían por una orientación motivacional extrínseca. Incluyendo además, el ambiente de socialización del niño como un factor importante en la naturaleza contextual de la motivación.

La teoría de la motivación de competencia (Harter, 1978) postula que la principal razón por la que las personas se mueven a actuar es la necesidad innata de sentirse competentes. El individuo tenderá a buscar realizar tareas donde se sienta competente, buscando desarrollar la maestría en una actividad, como pudiera ser la actividad deportiva.

Siguiendo la línea de las teorías anteriores, si un atleta experimenta el éxito en su desempeño acabará fomentando su autoconfianza y con ello su percepción de autoeficacia. Por el contrario, aquellos deportistas que experimentan el fracaso en su actividad, construirán una baja autoeficacia y una pobre motivación que puede conllevar, el abandono de la práctica deportiva.

El niño motivado tiende a participar en actividades, realizándolas intensamente y persistiendo en ellas durante un largo período de tiempo en la búsqueda de la competencia (Harter, 1981). Además, cuando el sujeto se percibe competente, se identifican como responsables de su desempeño, aprecia el desafío con satisfacción, manteniéndose más comprometido y persistente en la realización de la actividad (Deci & Flaste, 1995).

Si el niño es consciente de que el éxito en la tarea depende de su trabajo, los posibles fracasos se perciben como un impulso para trabajar todavía más (Wu, 2003).

El sentimiento de competencia se fortalece cuando el individuo se enfrenta a niveles moderados de desafíos, ya que percibirse competente sólo es posible



cuando uno realiza una tarea con el objetivo de superarse a sí mismo (Deci & Flaste, 1998; Harter, 1978).

La teoría de competencia de Harter es multidimensional e incluye elementos físicos (competencia en deportes o juegos), sociales (popularidad y relaciones sociales) y cognitivos (como rendimiento académico). A nivel social, el grupo de iguales, el entrenador y la familia, influyen en la motivación hacia la competencia y en la construcción de una autoconfianza positiva en los jóvenes deportistas.

Existe una necesidad innata de competencia como forma primordial de aprendizaje, pero pueden existir factores que actúen como determinantes para orientar la motivación de una forma más intrínseca o extrínseca. Siguiendo la teoría de Harter (1978) en diferentes estudios, se han encontrado los siguientes factores:

- La relación entre la competencia del niño en diferentes habilidades (cognitivas, sociales y motrices), la dificultad de la actividad y cómo se percibe a sí mismo mientras realiza la actividad (Harter, 1992).
- El control del niño o el fomento de su autonomía por el contexto social sobre qué tipo de actividades realizar, cuándo realizarlas y por cuánto tiempo (Harter, 1992).
- Cómo es de significativa la actividad para el niño y qué valor le otorga éste y sus compañeros (Bronson, 2000).
- La evaluación que hace el entorno social de los intentos de dominio que realiza el niño (Harter, 1992).
- La experiencia del éxito y el fracaso y el papel de los agentes socializadores (padres, amigos y profesores) en dicha experiencia (Koka & Hein, 2002).
- Y el uso de recompensas o reforzadores (Boggiano & Pittman, 1992).

Existen alteraciones en los diferentes componentes de la motivación (curiosidad, desafío, dominio, juicio y criterio), resultantes del aumento del conocimiento del niño, que le hace ser más competente para emitir sus propios juicios y evaluar las razones de los fracasos y aciertos en la tarea (Villwock & Valentini, 2007).

En relación con la edad del individuo, las percepciones de competencia tienden a ser altas hasta los ocho años, estabilizándose hasta los 12 años (Harter, 1992), donde el niño adquiere más conocimientos y comienza a comprender lo que sucede a su alrededor. Puede juzgar entonces más adecuadamente sus capacidades y modificar sus preferencias por el origen de la información de sus competencias utilizando parámetros de evaluación interna (Harter & Chao 1992).

Para juzgar su dominio en la actividad, Los niños más pequeños (ocho y nueve años) usan la información de sus padres, mientras que los niños mayores (10 a 13 años) usan la información de la comparación con otros y la evaluación de sus compañeros para construir sus percepciones de competencia (Harter, 1992; Weiss et al., 1997). Cuanto mayor sea el niño, más diferencia habrá entre habilidad, entendida como la capacidad de realizar una tarea con dominio, y esfuerzo, entendido como la energía necesaria para desarrollar el dominio (Duda & Nicholls, 1992).

#### **II.1.4. Teoría de la habilidad percibida de Nicholls (1984)**

Dentro del marco de las teorías cognitivo-sociales se encuentra la teoría de las metas de logro de Nicholls (1984). El supuesto básico de esta teoría es, que en los entornos de logro, los sujetos desarrollan una serie de procesos cognitivos

motivados por el deseo de demostrar capacidad o competencia, que dirigen su actuación conductual y comportamental.

El concepto de habilidad percibida, es similar al de autoconfianza de Bandura (1977).

La conducta de logro se define como la conducta dirigida a desarrollar o demostrar una alta habilidad en lugar de una baja, pero además esta habilidad puede concebirse de dos maneras. En primer lugar, la motivación estaría orientada a la tarea, donde las ganancias en el dominio indican competencia y el sujeto juzga su habilidad en referencia al propio desempeño o conocimiento previo que tenga. En segundo lugar, la motivación estaría orientada al ego y el individuo juzga su capacidad en comparación con la de los demás, por lo que una ganancia en el dominio por sí sola no indicará una gran capacidad (Nicholls, 1991).

En ambas orientaciones el dominio de la tarea mejora con el esfuerzo o el aprendizaje y una vez adquirido normalmente no se pierde.

A la hora de realizar el desempeño en una tarea no solo importa la percepción de capacidad del sujeto, sino también el esfuerzo que invierte en la realización de la tarea. Para demostrar una alta capacidad, uno debe lograr más con el mismo esfuerzo o usar menos esfuerzo que los demás para un desempeño igual.

El uso de la orientación a la tarea implica una visión autoevaluativa más activa del yo. Se predice que el aprendizaje o el dominio a través del esfuerzo se experimenta más como un fin en sí mismo a medida que aumenta la orientación en la tarea y más como un medio, a medida que aumenta la orientación en el ego, ya que se centra en evaluar qué dominio se tiene y si esto implica una capacidad superior a la de los demás, juzgando así si el dominio servirá a su fin (Nicholls, 1991).

Las personas orientadas a la tarea perciben su participación en una actividad como una oportunidad para desarrollar o ejercitar un mayor nivel de habilidad. Además, como el aprendizaje es un fin en sí mismo, cuando las personas sienten que dominan una tarea, sienten que están haciendo lo que quieren hacer y se sienten más intrínsecamente motivados que cuando están orientados en el ego.

Cuando uno se enfrenta a tareas de habilidad con la evaluación del desempeño externa, va mudando la orientación a la tarea hacia el ego a medida que aumenta la fuerza de los factores que inducen preocupaciones sobre la evaluación de nuestra competencia.

Cuando en lugar de presentar las tareas de manera neutra, estas se presentan como pruebas de habilidades valoradas, se fomenta la competencia interpersonal y se induce al reforzamiento externo. Y la satisfacción de la actividad estaría influenciada más por razones exógenas que endógenas (Nicholls, 1991).

En situaciones de logro donde existe un feedback externo, los sujetos orientados al ego suelen experimentar ansiedad cuando se perciben incompetentes y reducir su esfuerzo. En el caso de los que no están seguros de que su capacidad sea baja, sienten que demuestran una gran capacidad cuando el feedback indica un desempeño superior a la media, por lo que aumenta el esfuerzo que emplean en las tareas (Nicholls, 1991).

El feedback que indica un desempeño por debajo de la media chocaría con las expectativas de los individuos que tienen una alta capacidad percibida y desarrollarían un mayor esfuerzo y desempeño para lograr la tarea con éxito. En cambio, un feedback positivo que confirme su percepción alta de capacidad, conllevaría a subestimar la tarea, producir menos esfuerzo y con ello un rendimiento más bajo (Nicholls, 1991).

## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

En cuanto a la percepción de la dificultad de la tarea de logro en la orientación a la tarea, los juicios de dificultad y habilidad son autorreferenciales en los sujetos orientados a la tarea. En las tareas que consideran difíciles, esperan fallar menos, y cuanto más difíciles parecen, más supone el éxito una alta capacidad. Además, debido a que se considera que un mayor esfuerzo conduce a un mayor aprendizaje, cuanto mayor sea el esfuerzo necesario para el dominio, mayor será la capacidad percibida. En cambio, en la orientación al ego, la dificultad de la tarea se juzga a partir del desempeño de los demás y la demostración de una gran habilidad exige el éxito en las tareas en las que otros fallan (Nicholls, 1991).

Cuando los individuos están involucrados en una tarea, ven que un mayor esfuerzo conduce a un mayor dominio y una mayor capacidad. Las tareas que no requieren un esfuerzo para lograr el éxito y las tareas en las que, aún invirtiendo el máximo esfuerzo, no existe ninguna posibilidad de demostrar capacidad, no suponen tareas atractivas que fomenten la implicación de los sujetos. Y sucede de igual manera con las tareas en las que invirtiendo un gran esfuerzo existen pocas probabilidades de demostrar una alta capacidad o altas probabilidades de demostrar una baja capacidad, lo que implicaría para el sujeto un desperdicio de su esfuerzo (Nicholls, 1991).

Por lo que son las tareas de logro con un nivel intermedio de expectativa de éxito donde el sujeto podría demostrar un nivel de competencia alto, ya que consideraría que la alta inversión de esfuerzo conllevaría a altas probabilidades de obtener un nivel de competencia alto.

Los individuos elegirán tareas de dificultad adecuadas a su nivel de competencia percibido.

La respuesta racional a una meta inalcanzable es el rechazo de esa meta y la selección de la próxima meta más atractiva, pero aun así, individuos comprometidos con su objetivo pueden persistir con metas que no esperan alcanzar (Klinger, 1975).

En la orientación a la tarea, existe una preferencia por tareas percibidas con dificultad intermedia. En la orientación al ego, aquellos que se perciban con alta capacidad, preferirán tareas con dificultad moderadas, mientras que aquellos que se perciban con baja capacidad preferirán tareas más fáciles.

Cuando los individuos están involucrados en el ego, sus posibilidades de demostrar habilidad dependen de la habilidad de los demás. Por lo tanto, uno podría demostrar "incompetencia" en tareas normativamente fáciles (en las que muchos pueden tener éxito) o viceversa. Los niveles de dificultad moderados permiten la posibilidad de un desempeño por encima o por debajo del promedio que indicaría una capacidad alta o baja (Nicholls, 1991).

La elección de tareas de logro se vuelve más compleja para aquellos sujetos con una baja capacidad percibida. Con tareas de dificultad moderada esperan fallar y, por lo tanto, demostrar baja habilidad, por lo que tienden a evitar tales tareas. La elección de tareas muy fáciles o muy difíciles les permite evitar demostrar una baja capacidad y evitar así evaluaciones autodespectivas. Las preferencias de estos individuos por lo fácil versus lo difícil, dependerán de qué tan seguros estén de que carecen de capacidad y de su nivel asociado de compromiso para demostrar una alta capacidad o para evitar la demostración de una baja capacidad. McFarlin y Blascovich (1981), muestran que el compromiso con las metas de logro puede existir a pesar de las expectativas de lograr la meta sean muy bajas. Para aquellos cuyas dudas sobre su competencia no son lo suficientemente firmes como para haber extinguido el compromiso de demostrar una gran capacidad, la elección de

tareas fáciles sería irracional ya que no podría conducir a la demostración de una gran capacidad. Sólo las tareas difíciles ofrecen alguna posibilidad de alcanzar el objetivo de demostrar una alta capacidad, y como la dificultad es alta, aunque fallaran, no estarían sintiendo que demuestren baja capacidad y pueden seguir albergando la posibilidad de tener una capacidad alta. Por lo tanto, aquellos que sospechan que su capacidad es baja, pero están comprometidos a demostrar una gran capacidad, suelen preferir normalmente tareas difíciles.

Por otro lado, el fracaso repetido en tareas de logro puede haber producido en el sujeto la certeza de tener una baja capacidad. En este caso, el compromiso de estos individuos de demostrar una gran habilidad es bajo y el objetivo de evitar la demostración de una baja habilidad es superior. Por lo que, la elección racional sería una tarea fácil que exija poco esfuerzo y donde el éxito indique que no se carece de un nivel bajo de habilidad. Así que aquellos que están más seguros de que su habilidad no es alta, preferirán tareas más fáciles donde sus expectativas de éxito sean altas (Nicholls, 1991).

Se predice que el esfuerzo de los individuos con baja capacidad percibida será mayor que en los individuos de alta capacidad, cuando las tareas se perciban como fáciles o difíciles en lugar de moderadas, ya que en tareas fáciles el fracaso supondría la demostración de una baja capacidad y en tareas difíciles se asociaría a un compromiso de demostrar una gran capacidad (excepto los niveles más bajos de capacidad percibida que evitarían estas tareas). En las tareas de dificultad moderada, el fracaso por parte de los sujetos que se perciben con baja capacidad, supondría demostrar esa baja capacidad, por lo que evitan esas tareas (Nicholls, 1991).

Los individuos orientados en la tarea, aplican un gran esfuerzo cuando creen que es necesario para producir mejoras. En cambio el esfuerzo, y por lo tanto el

rendimiento, será menor si creen que se necesita poco esfuerzo o que un gran esfuerzo no tendrá ningún efecto.

Los sujetos orientados al ego comprometidos con el objetivo, con alta capacidad percibida mantendrían un esfuerzo intenso con tareas de dificultad moderada, impulsados por su preocupación a desempeñarse bien por encima de los demás y su expectativa de poder hacerlo.

Por otra parte, los individuos con baja capacidad percibida que enfrentan a tareas de dificultad moderada, mostrarán una expectativa de desempeño deficiente en la orientación del ego pero no en la orientación a la tarea.

Un aspecto importantísimo en la explicación de aspectos como el esfuerzo, persistencia, comportamientos adaptativos o desadaptativos, cogniciones... en el contexto de la actividad física, sería el clima motivacional (Ntoumanis & Biddle, 1999). Así, los individuos se socializan hacia diferentes metas de logro, mientras los otros significativos (padres, entrenadores, compañeros...) crean un clima motivacional con señales implícitas o explícitas que se perciben en el entorno, a través de las cuales se definen las claves del éxito y el fracaso (Duda & Hall, 2001). La teoría de las metas de logro establece que en función de las características que perciba el sujeto en el contexto en el que se encuentre, se puede diferenciar entre un clima motivacional implicado hacia el ego o hacia la tarea (Ames, 1992).

#### **II.1.5. Modelo de Confianza Motriz de Griffith y Keogh (1982)**

La confianza motriz se define en el modelo de Griffin y Keogh (1982), como una sensación o sentimiento de adecuación del individuo en una situación motriz. Esta definición general no difiere de otras definiciones generales como el sentido



## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

de autoeficacia de Bandura (1977), el de efectividad de Harter (1978, 1981) o el de competencia de Connolly y Bruner (1974).

El nivel percibido de confianza generalmente es un sentimiento personal de competencia presente medido en términos de sentirse más o menos hábil (Roberts et al., 1981).

La confianza se ha definido y medido como un constructo único, pero se necesita estudiar la naturaleza y composición de esta como un conjunto formado por varios componentes.

Según Griffin y Keogh (1982), parece que la confianza sea una cualidad personal compleja que incluye percepciones personales de habilidad y que varía según los individuos y las situaciones. Además, es probable que la confianza motriz tenga una composición diferente, que la confianza en las actividades del aula o en las actividades sociales.

La confianza motriz es más que el sentimiento de competencia para realizar el movimiento requerido, ya que incluye evaluaciones que un individuo hace de las experiencias sensoriales relacionadas directamente con la actividad. El nivel de confianza de un individuo en un momento particular, es la consecuencia de las evaluaciones que el individuo hace de sí mismo, en relación con las demandas del movimiento y el análisis de expectativas personales de experiencias sensoriales relacionadas con la actividad. Se identifica, la percepción individual de la habilidad personal en relación con las demandas de la tarea, como *competencia motriz* y se considera que las expectativas personales de las experiencias sensoriales relacionadas con el movimiento tienen dos componentes, *potencial percibido de sensaciones de disfrute* y *potencial de daño físico percibido*.

La competencia percibida es la percepción individual del nivel de habilidad en relación con las demandas percibidas de una tarea específica. Es probable que una persona se sienta muy competente si sus habilidades superan las exigencias de la tarea, por el contrario, la percepción de competencia motriz será baja si las exigencias de la tarea superan el nivel de habilidad.

Tanto en la teoría de la autoeficacia como en la de la confianza en el movimiento, la confianza en la capacidad de un sujeto para desempeñarse eficazmente, se produce cuando un individuo percibe su capacidad de ser mayor que las demandas percibidas de la tarea (Griffin & Keogh, 1982).

El disfrute percibido es definido como las sensaciones que el individuo espera percibir en la realización de la actividad y la preferencia personal del sujeto por tales sensaciones.

El potencial de daño percibido (FH) es definido como el nivel de daño físico que un individuo percibe en cualquier situación motriz.

Como ejemplo general, un individuo puede sentirse competente para hacer una carrera de fondo, aunque tenga baja percepción de disfrute de la actividad y bajo potencial de daño físico percibido. Y otro individuo puede no sentirse competente en esa actividad y aún así percibirla como disfrute, siempre que no sea probable que se produzca daño físico.

El nivel de confianza motriz es la consecuencia o resultado de este proceso de evaluación personal, aunque se sigue limitando el análisis de la confianza motriz al no incluir los aspectos personal-sociales de la participación, que obviamente forman parte de muchas situaciones de movimiento.

La percepción de competencia es el principal determinante de la confianza motriz, pero las sensaciones de disfrute personal y el potencial de daño físico

## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

percibido, influyen en la confianza motriz en situaciones de movimiento particulares y posiblemente también en relación al género. Un nivel alto de sensación de disfrute podría compensar un nivel bajo de competencia percibida para producir un nivel moderado de confianza motriz para un deportista poco hábil, mientras que un nivel alto nivel potencial de daño percibido podría restar valor a un nivel alto de percepción de competencia, y reducir lo que de otro modo sería un nivel alto. nivel de confianza motriz (Griffin & Keogh, 1982).

Según el modelo de confianza en el movimiento (Griffin & Keogh, 1982), la participación en actividad física está directamente relacionado con el nivel de actividad física de un individuo.

Se presume que la confianza, como percepción individual, es en muchos sentidos una influencia importante y determinante en la participación, adherencia y en el nivel de logro del desempeño. Los sujetos con poca confianza motriz tienen menos probabilidades de realizar actividad física.

La confianza motriz ha sido identificada como un constructo mediador central en la participación de una persona en actividad física (Feltz, 1988; Shepard, 1997). Para examinar esta relación la mayoría de los investigadores han empleado medidas de confianza, que se basan en la percepción que tiene un individuo en su capacidad de competencia en determinadas habilidades.

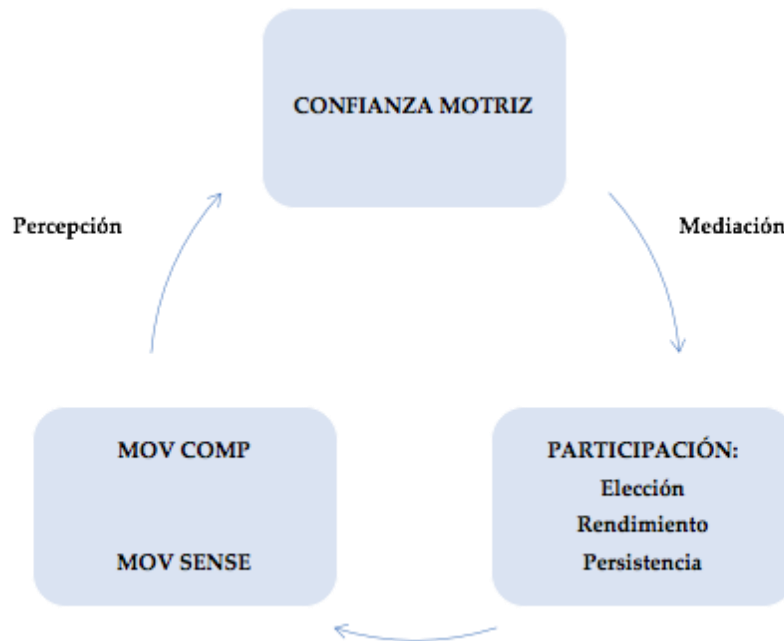
Si bien muchas investigaciones han examinado la importancia de la competencia percibida como mediadora en el nivel de actividad física (Harter, 1981), la importancia del movimiento, las sensaciones de disfrute y el potencial de daños de la actividad se han pasado por alto en gran medida.

Según Griffin y Keogh (1982) la confianza motriz sirve para mediar o influir en tres aspectos que afectan a la participación, que son, la elección, el desempeño y la persistencia.

La confianza motriz puede verse como una consecuencia de la personalidad en el proceso de evaluación. Este proceso se representa en la Figura 7.

### Figura 7

*Ciclo del desarrollo del Movimiento. Adaptado de (Griffin y de Keogh, 1982)*



Esta figura muestra como la competencia de movimiento (MOVCOMP), es regulada por el disfrute y el miedo al daño (MOVSENSE), de modo que para una situación de movimiento particular se produce un estado de confianza motriz concreto (Griffin & Keogh, 1982). El disfrute se refiere a las experiencias hedónicas asociadas con el ejercicio, como sentimientos felicidad o satisfacción y parece ser el componente más importante de los programas diseñados para mejorar el bienestar

psicológico (Shephard, 1997). La adherencia a la actividad se asoció con motivos centrados en el disfrute, la sensación de competencia y la interacción social.

En relación al disfrute, los objetivos del ejercicio pueden cambiar con la edad, en el sentido de que los más jóvenes pueden considerar la competencia como algo más importante que el disfrute, mientras que un adulto mayor puede buscar el disfrute como su objetivo principal.

El miedo al daño asociado con el ejercicio incluido en la categoría MOVSENSE, se refiere a la sensación de peligro físico que un individuo puede percibir cuando intenta realizar una actividad motriz concreta (Griffin & Keogh, 1982). O'Brien y Vertinsky (1991) destacan la importancia del miedo como factor que contribuye a la evitación del ejercicio junto con una creencia común de que el ejercicio y el esfuerzo físico son peligrosos.

El modelo de confianza motriz es cíclico, con un proceso que tiene cuatro fases diferenciadas: (a) análisis de la situación, resultados, demandas, habilidades y expectativas de experiencias sensoriales; (b) autoanálisis del nivel personal de competencia y preferencias personales de sensaciones de disfrute motriz; (c) evaluación de auto/exigencias donde la competencia del movimiento y el sentido del movimiento son identificados y (d) confianza motriz final (Griffin & Keogh, 1982).

Tanto en el modelo de Bandura (1977) como en el de Griffin y Keogh (1982), la confianza es vista como una consecuencia de la evaluación personal y un mediador que influye en la participación. Cuanto mayor sea la fuerza de la creencia de autoeficacia, en el caso de Bandura (1977), o de confianza motriz, en el caso de Griffin y Keogh, (1982), más probabilidades habrá de que un individuo persista en actividades que presentan condiciones adversas.

Está claro que la autoeficacia y la confianza motriz son muy similares, en el sentido de que ambas enfatizan la expectativa de éxito al realizar una tarea. Sin embargo, es importante señalar que, en el desarrollo del modelo de confianza motriz, Griffin y Keogh (1982) han ampliado la noción de competencia al incluir la importancia de las sensaciones de disfrute y el potencial percibido de daño.

La teoría de la autoeficacia de Bandura (1977) incluye tres componentes sobre la experiencia (directa, vicaria e imaginaria), un componente de apoyo social, uno sobre el estado fisiológico y otro sobre el estado emocional. La visión que propone la teoría de la autoeficacia es que las experiencias de desempeño tendrán un efecto mayor que cualquier otro factor por sí solo en el nivel de autoeficacia percibida del sujeto. En la misma línea, Griffin y Keogh (1982) establecen que la experiencia previa en una tarea, tiene un impacto directo en la competencia percibida y que esta última estará mediada por la sensación de disfrute o miedo al posible daño, lo que finalmente produce un nivel concreto de confianza motriz.

La correlación de la confianza motriz con la experiencia previa y la competencia percibida son prácticamente iguales, por lo que ambas pueden servir para determinar la confianza motriz de un sujeto. Un individuo que experimenta altos niveles de experiencia previa en una tarea, es probable que también tenga las habilidades necesarias para realizar esa tarea, por lo tanto, la percepción de competencia percibida es mayor.

Esto apunta a la importancia de crear experiencias positivas tempranas en actividad física, que pueden formar una base fuerte para desarrollar la confianza motriz y crear adherencia a la actividad deportiva. La investigación en niños y jóvenes ha encontrado que la competencia percibida es el principal factor contribuyente a la confianza motriz. Berger et al., (2002) creen que el mejor método para construir percepciones de competencia y confianza motriz, es participar en

actividades que aumenten la competencia, sin evocar miedo o ansiedad y que este proceso puede ser mejorado con el apoyo social de la familia y los compañeros.

## II.1.6. Teorías de Motivación relacionadas con la Autoconfianza

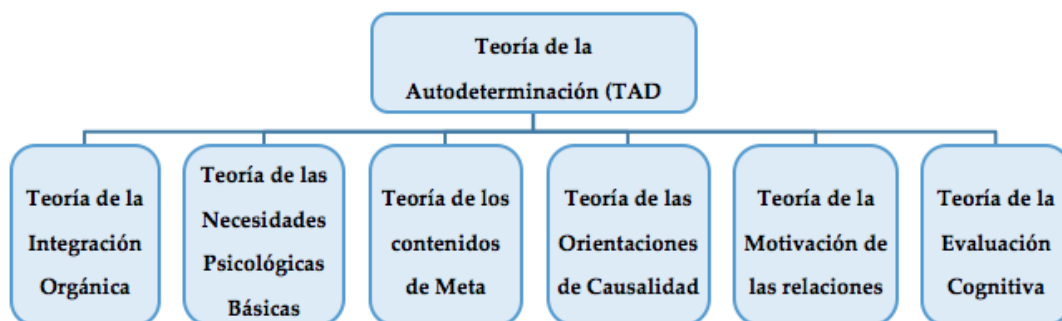
### II.1.6.1. Teoría de la Autodeterminación (Decy & Ryan, 1985)

La teoría de la autodeterminación es una macro-teoría de la motivación humana que defiende la importancia de la evolución de los recursos humanos internos para el desarrollo de la personalidad y autorregulación de la conducta en los contextos sociales (Moreno & Martínez, 2006). Esta teoría se ha desarrollado desde las últimas tres décadas como sistema de seis mini-teorías: Teoría de la evaluación cognitiva, Teoría de la integración orgánica, Teoría de las orientaciones de causalidad, Teoría de las necesidades básicas, Teoría de los contenidos de meta y Teoría de las relaciones.

Se desarrollarán a continuación las teorías que tienen relación con los conceptos de competencia percibida, autoeficacia, autoconfianza y orientación motivacional.

### Figura 8

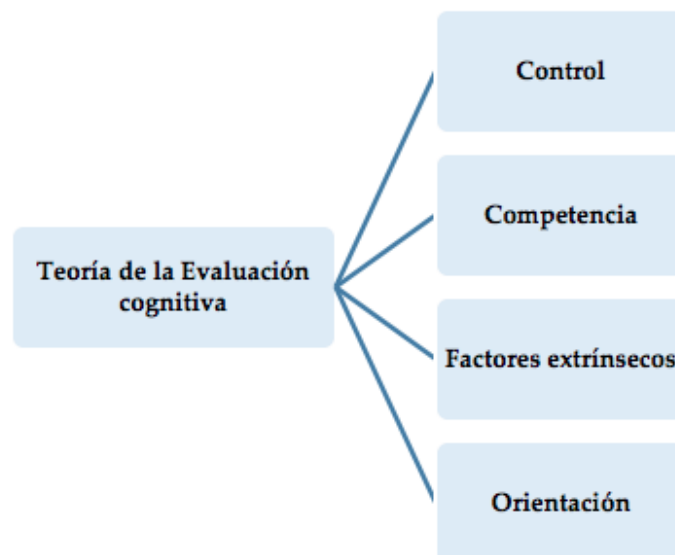
*Mini teorías de la Teoría de la autodeterminación*



La Teoría de la evaluación cognitiva Deci y Ryan (1985), tiene el objetivo de especificar los factores que explican la variabilidad de la motivación intrínseca, enfocándose principalmente en las necesidades fundamentales de competencia y autonomía. Propone cuatro puntos principales que ayudan a explicar y predecir el nivel de motivación intrínseca de una persona (Mandigo et al., 1999), 1) control de elección de la actividad en la que participa el individuo (Goudas et al., 1995), 2) percepción de competencia y dominio, 3) factores extrínsecos informativos, percibidos como positivos promueven la motivación, en cambio los percibidos como fuente de control o que generas sentimientos de incompetencia disminuyen la motivación (Deci & Ryan, 1985), y 4) la orientación motivacional, donde los sujetos orientados a la tarea mostraran una motivación intrínseca mayor que los orientados al ego (Mandigo et al., 1999).

### Figura 9

*Teoría dela evaluación cognitva. Tomado de Mandingo y Hold (1999)*





La teoría de las necesidades básicas (Deci & Ryan, 2002; Ryan & Deci, 2000), propone que desde que nace, la persona está orientada a cubrir tres necesidades básicas, la necesidad de autonomía, en la que el individuo ha de sentirse que dirige su propio comportamiento, la necesidad de competencia, en la que el sujeto ha de sentirse capaz en las actividades que realiza, y la necesidad de relación, en la que ha de sentir un vínculo social con personas importantes para él mismo.

Estas necesidades psicológicas básicas son un aspecto natural de los seres humanos que se aplican a todas las personas, sin tener en cuenta el género, grupo o cultura.

El alcance de estas necesidades psicológicas básicas nos permitirá alcanzar una motivación más autodeterminada, donde la necesidad de competencia (Taylor et al., 2010) y la de autonomía (Almagro et al., 2009), se perciben como un fuerte predictor de las intenciones de práctica en un futuro en los jóvenes adolescentes.

Mientras que la frustración de alguna de esas necesidades provocará la desmotivación del deportista (Deci & Ryan, 2000). Diversos autores han relacionado la baja satisfacción de las necesidades básicas de competencia y relación con el abandono deportivo (Guillet et al., 2002) o la baja valoración de la necesidad de autonomía con la no adherencia al deporte (García Calvo et al., 2010).

La mayoría de los estudios que han investigado la influencia de la motivación sobre la práctica de ejercicio físico se han centrado en mayor medida en los procesos que regulan la conducta en el sentido de por qué se realiza la actividad, más que en los motivos que se persigue alcanzar con la actividad (Teixeira et al., 2012).

La Teoría de los contenidos de meta (Ryan & Deci, 2017, 2019) plantea que existen dos tipos de meta que se diferencian según la medida en que su consecución pueda satisfacer las necesidades psicológicas básicas. El primer grupo de metas

denominadas intrínsecas (crecimiento personal, salud, búsqueda de afiliación) se establecen de acuerdo con referentes de valía que, surgidos de la tendencia al crecimiento y al desarrollo armónico inherente al ser humano, responderían a intereses y valores del propio individuo (Kasser & Ryan, 1996). Por el contrario, el segundo grupo de metas denominadas extrínsecas (poder, fama, riqueza, influencia), están asociados con “necesidades sustitutivas”, que no son universales, ni verdaderamente esenciales para el bienestar y el desarrollo personal (Teixeira et al., 2012).

El nivel de adherencia deportiva y el compromiso con la actividad podrían depender en gran medida de la naturaleza específica de dichas metas (Sibley & Bergman, 2016).

Así, mientras que perseguir metas intrínsecas podría facilitar la aparición de consecuencias de carácter predominantemente adaptativo relacionado con indicadores de bienestar, mientras que la persecución de metas extrínsecas se asociarían con indicadores de malestar, provocando la aparición de consecuencias predominantemente desadaptativas (Deci & Ryan, 2000).

Una serie de metas han sido propuestas de forma específica para el fomento de la práctica de ejercicio físico (Sebire et al., 2008). Teixeira et al., (2012) informa que los motivos intrínsecos de desafío, afiliación y disfrute, se asociaron positivamente con la conducta de realizar ejercicio físico, mientras que los motivos de reconocimiento social y apariencia física no predijeron, o lo hicieron negativamente, la realización de ejercicio físico (Sibley & Bergman, 2018).

Aunque cabe señalar que diferentes objetivos o motivos hacia una determinada actividad, a menudo coexisten en el mismo individuo, siendo unos más intrínsecos y otros menos. Diversos trabajos han revelado la existencia de

relaciones positivas entre la totalidad de los motivos de práctica intrínsecos y extrínsecos, y la adherencia a la práctica de ejercicio físico (Sebire et al., 2008; Sibley & Bergman, 2016). Los resultados del estudio de Duncan et al., (2017), sugieren que tanto metas intrínsecas (en mayor medida) como extrínsecas tenderían a asociarse de forma positiva con el volumen de práctica de ejercicio físico.

De manera que la práctica de ejercicio físico y los hábitos de dicha actividad podría venir determinada no solo por el carácter teórico intrínseco o extrínseco de las metas, sino de manera adicional, por las características específicas de cada una de éstas (Alcaráz et al., 2022).

#### *II.1.6.2. Teoría de las Metas de Logro (Nicholls, 1989; Ames, 1992)*

El término meta se refiere al núcleo motivacional de la acción, dicho de otra manera, lo que busca conseguir el sujeto al desarrollar una actividad, el valor que le otorga a dicha tarea y más específicamente, qué componentes definen el éxito y el fracaso para la persona en una situación (Maehr, 1984).

La teoría de Nicholls (1994) se basa en que las personas actuamos de forma racional, dirigidos por nuestros objetivos y de acuerdo con ellos. El autor entiende la motivación de logro como constructo multidimensional, compuesto de disposiciones personales, sociales, contextuales y de desarrollo.

Reconocer que el éxito y el fracaso son estados psicológicos basados en un significado subjetivo, es necesario para comprender las conductas de logro de las personas (Maehr & Nicholls, 1980).

De este modo, la conducta de una persona, sus respuestas cognitivas y sus respuestas afectivas en un contexto de logro se verán influidas por las metas de logro que tenga (Carratalá, 2004).

Maehr & Nicholls (1980) categorizan tres conductas de logro, en base a las metas a las que están orientadas, conductas orientadas a la demostración de la capacidad, conductas orientadas al dominio de la tarea y conductas orientadas a la aprobación social.

Las conductas orientadas a la demostración de la capacidad, son caracterizadas por el deseo de desarrollar percepciones favorables de capacidad, lo que significa maximizar la probabilidad de demostrar alta capacidad y minimizar la probabilidad de demostrar baja capacidad. En esta categoría la capacidad se conceptualiza bajo un criterio normativo, es decir, los individuos se sienten capaces si se perciben más competentes que los demás y poco capaces si se perciben menos competentes que los demás (Carratalá, 2004). Los resultados interpretados como un éxito por los sujetos incrementará las expectativas de éxito en el futuro en situaciones similares de logro, por el contrario, resultados percibidos como fracaso atribuidos a una falta de capacidad, reducirá las expectativas de éxito futuras.

Las conductas orientadas al dominio de la tarea, dan más importancia al proceso de aprendizaje que al resultado final, resultando ese proceso en un fin en sí mismo. El éxito es igual al dominio de la tarea para lo que se busca el desarrollo de las estrategias más adecuadas para conseguirlo. Estas conductas deben primar en categorías menores donde el objetivo debe de ser el desarrollo y aprendizaje de los jóvenes deportistas.

Por último, en las conductas orientadas a la aprobación social, los sujetos tienden a esforzarse mucho en las conductas que desempeñan, ya que conciben que el esfuerzo está bien visto y es recompensado a nivel social. El éxito se consigue si se logra aprobación social por parte de los otros significativos, independientemente de los resultados de la ejecución o el dominio de la tarea (Carratala, 2004).

## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

Nicholls (1984) considera que en la orientación motivacional de los sujetos, pueden distinguirse dos interpretaciones del concepto de capacidad, en base a los criterios sobre los que se basa la persona para concebir su capacidad, de manera que puede basar su capacidad en criterios autorreferenciales según el dominio que perciba sobre la tarea que está realizando lo que se denomina como orientación a la tarea, o basar su capacidad en una comparación con la capacidad de los demás lo que se denomina como orientación al ego.

En la orientación a la tarea la conducta de una persona tiene como objetivo la mejora personal de una capacidad y se cree que cuanto mayor sea el esfuerzo mayor será la mejora que se produzca de esa capacidad, de manera que el fracaso no se entiende en términos de sentimientos personales de inadecuación o falta de competencia, sino como una falta de dominio y aprendizaje (Carratala, 2004).

En la orientación al ego el objetivo de la persona es validar su capacidad (Ames, 1992) y se perciben como competentes y por lo tanto con éxito, si demuestran que son superiores en comparación a otros u obtienen el mismo rendimiento con un menor esfuerzo (Nicholls, 1989). En esta orientación los sujetos son capaces de diferenciar activamente los conceptos de esfuerzo y capacidad al realizar una tarea, de modo que pueden esforzarse para evitar mostrar una falta de capacidad al compararse con otros.

Autores que han trabajado en esta perspectiva a través del modelo cognitivo-social, evidencian en sus resultados que podemos encontrar sujetos orientados a la tarea y al ego simultáneamente (Duda & Whitehead, 1998; Roberts & Col, 1997, 1998).

La teoría de la perspectiva de las metas propone una relación entre la capacidad percibida, la orientación a la tarea y/o al ego, y las conductas de logro (Nicholls, 1989).

En base a qué criterios conciben los sujetos su capacidad, podemos hablar de una implicación a la tarea o una implicación al ego.

Los individuos implicados en la tarea, perciben que ejercer gran esfuerzo les posibilita obtener gran aprendizaje, por lo que muestran mayor interés por tareas desafiantes en las que se necesita ejercer gran esfuerzo ya que esto les ofrece la oportunidad de aprender y conseguir sentimientos de competencia (Carratalá, 2004).

Por otro lado, cuando un sujeto tiene una implicación al ego, su objetivo es la demostración de superior capacidad que los demás, por lo que puede centrarse en realizar tareas en las que poca gente haya obtenido éxito, para ensalzar su capacidad, ya que además si falla, puede responsabilizar el resultado a la dificultad de la tarea y no a una baja capacidad. En cambio, fallar en tareas fáciles conllevará, a la persona implicada en el ego, la aparición de sentimientos de incompetencia.

Un estado de implicación al ego con una percepción baja de capacidad, se ha asociado a mayores dificultades de mantener el sentimiento de competencia en la actividad y a presentar patrones de conducta inadaptados que conllevan el deterioro de la ejecución y al abandono de la actividad (Duda, 1992; Escartí et al., 1994), mientras que una implicación al ego con alta percepción de competencia, muestra patrones de conducta adaptativos, donde el sujeto se esfuerza y mantiene motivación hacia la actividad.

Los sujetos implicados a la tarea muestran ese patrón adaptativo independientemente de su percepción de competencia en la actividad, ya que como

se ha mencionado anteriormente, los fracasos son percibidos como factores relativos al aprendizaje que proporcionan información sobre cómo mejorar y perfeccionar la ejecución futura.

Peiró (1999) sugiere que la adopción de una determinada meta de logro depende esencialmente de dos factores: 1) de las diferencias individuales (metas disposicionales, género, cultura y edad) y 2) de los climas motivacionales.

Ntoumanis y Biddle (1999), proponen que el clima social es un factor crítico para entender la investigación sobre motivación ya que pueden influir en el esfuerzo, la persistencia, las cogniciones, las emociones y el comportamiento de los individuos en contexto de actividad física. El clima motivacional está formado por todas las personas que rodean al deportista (padres, entrenadores, compañeros/as de clase, compañeros/as de equipo, amigos/as). Así el clima motivacional que el sujeto percibe de su entorno como orientado al ego o la tarea, puede influir en su propia orientación final (Carratalá, 2004).

Según la disposición individual de cada sujeto hacia una u otra implicación se puede considerar que un sujeto está orientado hacia el ego o hacia la tarea. El estado de implicación es el resultado de la interacción entre la orientación motivacional y los factores situacionales Nicholls (1989).

Las diferencias individuales en la orientación de metas disposicionales ego/tarea resultan de los procesos de socialización que el individuo experimenta en determinados contextos sociales significativos para él o a través de sus experiencias previas en la actividad (Nicholls, 1989).

La orientación de metas no ha de entenderse como un rasgo de la personalidad, sino como un esquema cognitivo subjetivo relacionado con los

diferentes procesos de información relativos al rendimiento en una tarea (Roberts, 2001).

Cervelló (1996), nos habla de que las teorías que estudian la motivación de logro han sido diseñadas para ser aplicadas a contextos y situaciones donde es fundamental la demostración de capacidad. En el deporte, la demostración de competencia es algo muy importante, el sujeto intenta lograr una meta, siendo responsable de los intentos que realiza, que además son evaluados por los demás (entrenadores, padres, iguales, público, etc.). Al tratarse de una actividad de libre elección por parte de los practicantes, los fenómenos como la persistencia o el abandono de la práctica deportiva, son aspectos interesantes desde la perspectiva de la motivación de logro.

Las orientaciones de metas se han demostrado como buenos predictores de ciertos aspectos motivacionales como son: los motivos de participación en el deporte, el fin de la práctica deportiva y lo que se persigue conseguir, las atribuciones relacionadas al éxito deportivo, el disfrute, el interés, satisfacción y motivación intrínseca hacia la práctica deportiva, las actitudes y justificaciones de acciones agresivas en y la utilización de estrategias de práctica adecuadas o inadecuadas en el deporte.

Diversos trabajos estos han encontrado que la orientación a la tarea se relaciona con patrones motivacionales más adaptativos, como pueden ser, pensar que el deporte tiene como fin la formación y el desarrollo personal, que el éxito se interpreta con los resultados que informan acerca del progreso personal y se consiguen con esfuerzo, y percibir una mayor satisfacción, diversión y motivación intrínseca en la práctica deportiva.



## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

Por otra parte, la orientación al ego se relaciona con pensar que el deporte tiene como fin el conseguir un mayor estatus social respecto al resto, interpretar el éxito como una posesión de mayor capacidad de los demás y o mayor aprobación social, donde el uso de técnicas engañosas es justificado, y percibir una menor diversión y motivación intrínseca en la práctica deportiva.

Según a qué atribuyen el éxito los deportistas, estarán orientados más hacia el ego o la tarea y percibirán una mayor o menor capacidad. Pero podemos encontrar estudios cuyos resultados muestran, que un deportista orientado al ego puede percibirse con capacidad autoreferencial y un deportista orientado a la tarea puede correlacionarse con una percepción de capacidad de comparación con los demás (Duda & Nicholls, 1992).

Cervelló et al., (1995), estudiaron las diferencias en la relación entre las orientaciones disposicionales de meta y la percepción de capacidad autoreferencial, encontrando que existían diferencias entre los sujetos orientados al ego que se percibían con alta o baja capacidad, no siendo así en los sujetos orientados a la tarea, donde no existían diferencias significativas entre lo que se percibían con alta o baja capacidad, ya que estas se esfuerzan y persisten en la actividad independientemente de la percepción de competencia, ya que el fracaso se percibe como un elemento del aprendizaje que ayuda a mejorar. Se considera a la meta deportiva como un fin en sí misma por lo que la motivación intrínseca será mayor. (Dweck, 1986; Nicholls, 1989).

Las personas que están orientadas al ego presentan conductas adaptativas, de esfuerzo y persistencia en la actividad deportiva cuando tienen una percepción alta de su capacidad, en cambio si su percepción es baja, tienen dificultades para mantener el sentimiento de competencia en la actividad y pueden abandonarla.

Duda & Nicholls (1992), consideran que los determinantes de la satisfacción y la diversión pueden variar dependiendo de la meta de logro adoptada.

En base a las orientaciones motivacionales, Yoo y Kim (2002) analizaron las diferentes fuentes de divertimento de un grupo de jóvenes. Las formas más autoreferenciadas de diversión pertenecieron a los sujetos orientados a la tarea, mientras que las fuentes de diversión identificadas para los sujetos orientados al ego, fueron las recompensas y el reconocimiento social.

Lochbaum y Roberts (1993), midieron la satisfacción/diversión en la práctica competitiva a través la Satisfacción Personal (maestría), y la Satisfacción con la Capacidad en comparación con la de los demás, y encontraron que los sujetos orientados a la tarea se asociaban positivamente con la satisfacción personal, mientras que los sujetos con una alta orientación al ego una moderada orientación a la tarea, se relacionaban positivamente tanto con la satisfacción personal como con la satisfacción con demostrar mayor capacidad que los demás.

Steinberg et al., (2000), realizaron un estudio experimental en el que realizaron un entrenamiento con jugadores de golf distinguiendo cuatro grupos, (grupo maestría y competición, grupo maestría, grupo competición y grupo control), según la dirección motivacional utilizada en las instrucciones de entrenamiento. Los resultados mostraron que sujetos que fueron instruidos para enfatizar simultáneamente estados de maestría (implicación a la tarea) y competición (implicación al ego), exhibieron los niveles más altos de diversión, persistencia, esfuerzo y rendimiento en la tarea.

Se realizaron estudios más específicos diferenciando la relación entre las metas de logro y la satisfacción con el deporte por género y por edad.

## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

Los resultados de Roberts et al., (1995) muestran, que los sujetos orientados a la tarea se relacionaban positivamente con la satisfacción deportiva sin diferencias entre género, mientras que, en el caso de la orientación al ego esta relación no fue demasiado significativa para el género femenino.

En relación a la edad, Treasure y Roberts (1994) midieron la satisfacción con la práctica deportiva a través de tres factores, experiencias de Maestría, éxito normativo y aprobación social (satisfacción con la consecución del refuerzo social por parte de los otros significativos), diferenciando tres grupos de edad, edad baja (11.3 años), donde tanto los sujetos orientados a la tarea como al ego estuvieron asociados a la satisfacción con la consecución de Aprobación Social, edad media (14.3 años) cuyos los sujetos orientados al ego se mostraron satisfechos con la consecución del Éxito Normativo, mientras que los sujetos orientados a la tarea se mostraron satisfechos con la obtención del Éxito Normativo y de Experiencias de Maestría. y finalmente el grupo de edad alta (15.3 años), donde los sujetos con una alta orientación al ego se sentían más satisfechos con la consecución de Éxito Normativo, mientras que los sujetos con una alta orientación a la tarea se mostraron satisfechos con la obtención de Experiencias de Maestría y Aprobación Social.

Según Nicholls (1984) la percepción de competencia no determinará las orientaciones disposicionales de meta, sino la elección de una actividad, la persistencia y el compromiso con esta.

A partir de los 12 años se dan mayores índices de abandono deportivo, antes de esta edad los niños no diferencian claramente los conceptos de habilidad y capacidad por lo que el efecto de la falta de capacidad en el abandono deportivo es menos determinante, pero a partir de esa edad cuando la falta de capacidad percibida suele tener efectos adversos en los niveles de persistencia en la práctica deportiva (Roberts et al, 1981).

Según la psicología deportiva, fomentar una orientación a la tarea en los jóvenes deportistas, originará un sólido compromiso de trabajo, una persistencia a pesar del fracaso y unas ejecuciones más eficaces, lo que puede proteger al sujeto de la decepción, frustración o falta de motivación que pudiera aparecer cuando la ejecución de otros fuera superior. En cambio, para los adolescentes orientados al ego, la falta de capacidad es un factor determinante del abandono deportivo.

La teoría de las perspectivas de meta se considera un marco conceptual adecuado para el estudio de la motivación y del abandono deportivo, donde pueden analizarse las relaciones entre la orientación de metas, la percepción de capacidad, la percepción del clima motivacional, y la falta de persistencia en actividades físicas o deportivas (Carratala, 2004).

Ewing (1981), fue uno de los primeros autores en analizar las diferencias en las disposiciones motivacionales de deportistas que habían abandonado y los que se encontraban en activo. Los resultados muestran que los que habían abandonado la práctica deportiva tendían a estar más orientados al ego y se esforzaron menos en su práctica deportiva que los que continuaban en activo.

Duda, analizó las relaciones existentes entre las metas de logro disposicionales, la persistencia y el grado de participación deportiva. Los resultados muestran que, mientras los sujetos con una alta orientación a la tarea muestran mayor persistencia e intensidad en la práctica deportiva Duda (1988), aquellos con orientaciones de meta hacia el ego, influenciados además por un clima motivacional, en el que la demostración de capacidad es determinante, pueden desembocar en patrones conductuales poco adaptativos que tienen como consecuencia la falta de persistencia, y en último término, el abandono de la actividad en la que el sujeto se encuentra implicado (Duda, 1992).

## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

En la misma línea, el estudio de Burton y Martens (1986), muestra que los sujetos que permanecían en activo, poseían una mayor percepción de capacidad, una mayor valoración del éxito deportivo, un historial mayor de victorias, expectativas de futuro más positivas y patrones atribucionales más adaptativos, que los sujetos que habían abandonado la práctica deportiva. Los autores concluyen que los sujetos que perciben baja su capacidad de forma continuada debido a resultados percibidos como fracasos en su experiencia deportiva, tienden a devaluar la actividad y abandonarla.

Hall (1990), sugiere que existe una relación positiva entre la perspectiva de metas orientada a la tarea y el rendimiento, mientras que una implicación al ego podría debilitar el mismo. Aunque como se ha evidenciado en estudios anteriores, ambas orientaciones no son excluyentes la una de la otra.

Los resultados de Sarrazin et al., (1999), muestran que los adolescentes que simultáneamente estaban altamente orientados al ego y a la tarea, tenían una percepción de competencia y rendimiento mayor, que aquellos baja orientación tarea y alta orientación al ego. Señalando además que los sujetos orientados a la tarea, aun con baja percepción de competencia, tenían un rendimiento mayor que los sujetos con baja percepción de competencia orientados al ego.

En un estudio con deportistas olímpicos (Pensgaard & Roberts, 2003), se evidenció que estos muestran patrones más adaptativos y un rendimiento mejor, cuando su alta orientación al ego se ve mediada por una alta orientación a la tarea.

Para finalizar de presentar la Teoría de Metas de Logro, se ha de incluir el concepto de clima motivacional introducido por Ames (1992) y Nicholls (1989).

Las orientaciones de meta personales se desarrollan como resultado de las experiencias de socialización en contextos de logro y son promovidas por las interacciones de los deportistas con sus otros significativos (Carratala, 2004).

El clima social sería la influencia del entorno social significativo para el deportista, sobre la valoración de las situaciones de logro, que puede ejercer una gran influencia sobre los jóvenes deportistas. Se diferencian dos tipos de clima motivacionales por las dimensiones evaluativas dentro del contexto, clima motivacional implicante al ego, que se caracteriza por aquellas situaciones donde la competición es interpersonal, con evaluación pública y retroalimentación normativa sobre el desempeño de las tareas, y por otra parte un clima motivacional implicante a la tarea, donde el entorno enfatiza en el proceso de aprendizaje, la participación, el dominio de la tarea individualizado y la resolución de problemas (Peiró, 1999).

Los dos tipos diferenciados de clima motivacional, ha sido denominados por diferentes nomenclaturas según los autores, "clima competitivo" y "clima de maestría" por Ames (1992) y Nicholls (1989), "clima motivacional implicante al ego" y "clima motivacional implicante a la tarea" por Duda y Hall (2001), Escartí et al., (1999) y Kavussanu y Roberts (2001), y "clima motivacional orientado al rendimiento" y "clima motivacional orientado al aprendizaje" por Papaioannou (1994).

La utilización, en mayor o menor medida de la capacidad y/o esfuerzo como criterio de evaluación, será fundamental en el tipo de meta creada en el clima motivacional (Ames, 1992).

El clima implicado a la tarea, evalúa al sujeto en base a su mejora personal, aprendizaje, participación y esfuerzo en las tareas, y fomenta en el deportista las

metas orientadas a la tarea, diversión, satisfacción, interés y motivación intrínseca (Cecchini et al., 2001).

Por el contrario, el clima de rendimiento o ego, se realiza una comparación social y evaluación pública, basada en ganar o superar a otros, para hacer juicios de habilidad o resultado, y donde los sujetos tendrán una percepción de habilidad o capacidad normativa, sentirán con una mayor ansiedad relativa al rendimiento y una menor satisfacción con el ambiente deportivo (Balaguer et al., 1999). Por lo que un clima motivacional implicante al ego puede disminuir el sentido de competencia, autonomía y relación con los demás en los sujetos, desarrollando así la motivación extrínseca y la desmotivación, presentando patrones de inadaptación al ambiente, y respuestas cognitivas y emocionales negativas que pueden llevar al abandono deportivo (Ntoumanis & Biddle, 2007).

En un clima de implicación el ego, un entrenador castigaría los errores, se centraría más en los deportistas más capacitados o con mayor nivel y podría fomentar rivalidad entre los miembros de un equipo (Newton, Duda & Yin, 2000).

Al igual que sucedía con las orientaciones motivacionales, encontramos autores que afirman que los climas motivacionales son independientes (Biddle et al., 1995), mientras que otros autores opinan que los climas se encuentran significativa y negativamente relacionados (Kavussannu & Roberts, 1996).

En el estudio de Crespo (1995) se examinaron orientaciones de metas disposicionales, la percepción del clima motivacional y la conducta de liderazgo que los deportistas preferían en su entrenador. Los sujetos orientados a la tarea, que percibían un clima motivacional alto orientado a la tarea, preferían conductas del entrenador orientadas hacia el entrenamiento y la instrucción, mientras que los

sujetos orientados al ego que percibían un alto clima motivacional orientado al ego, preferían unas conductas de liderazgo orientadas al apoyo social.

Halliburton y Wiss (2002), plantearon la hipótesis de que el clima motivacional podría ser percibido en diferentes grados en función del nivel deportivo de los sujetos, esperando que los/as deportistas que competían en niveles más bajos, tuvieran un clima motivacional orientado a la tarea, mientras que los que competían en niveles más altos tuvieran un clima orientado al rendimiento o ego. Los resultados del estudio mostraron que no existieron diferencias significativas por nivel de rendimiento y que a nivel general, las percepciones de un clima orientado a la tarea, se relacionaba positivamente con el logro de metas personales autoreferenciadas, el esfuerzo y la diversión, y negativamente con el uso de la comparación y evaluación normativa. En el clima de orientación hacia el rendimiento o ego sucedían justo las asociaciones contrarias. Aunque de manera sorprendente, el uso de información referente al aprendizaje y progreso en las habilidades, se relacionó de manera positiva con el clima motivacional orientado al rendimiento o ego y de forma negativa con el clima orientado a la maestría o tarea.

El tipo de respuestas e instrucciones que se utilizan en los deportes por parte de los agentes sociales significativos para los deportistas, crearán el clima motivacional percibido por estos, lo que influirá en sus respuestas motivacionales personales. Por lo que la información otorgada sobre el progreso personal por encima de la comparación social, podrá producir el aumento de patrones de conducta más adaptativos, como el aumento de motivación intrínseca, autoeficacia, esfuerzo, perseverancia y diversión dentro de la experiencia deportiva de los sujetos.



### II.1.7. Intervención para la mejora de la Autoconfianza

Guillén y Martínez-Albarado, en Berengüi y López, (2018), siguiendo los componentes del modelo de autoeficacia de Bandura (1977), recomiendan utilizar las siguientes técnicas para ayudar a construir y mejorar la autoeficacia/autoconfianza de los jóvenes deportistas:

- Establecimiento de metas específicas. Resulta conveniente establecer, junto con el deportista, objetivos a corto, medio y largo plazo, que cumplan con los criterios correctos, donde el objetivo ha de ser planteado de manera retadora pero realista, conociendo el punto de partida, a donde se quiere llegar y qué es necesario para conseguirlo, que esté enunciado de manera positiva, con evaluaciones periódicas para favorecer la retroalimentación y realizar, si fuera necesario, las adaptaciones pertinentes.
- Centrar el proceso y la evaluación en la mejora de la técnica en lugar de los resultados. Como hemos visto en los resultados de los estudios anteriormente mencionados, siempre es más eficaz centrarse en el proceso, independientemente de la orientación motivacional, y desde ahí conseguir los resultados, puesto que el deportista tendrá mayor capacidad de esfuerzo y perseverancia.
- Ofrecer feedback e instrucciones de calidad. Las instrucciones que se le ofrezcan al deportista deben ser de manera clara, concisa y concreta. Se ha de explicar el propósito de la actividad, explicar que objetivo de mejora persigue, describir las ejecuciones de los deportistas, ofreciendo feedback explicativos e interrogativos para incluirlos en la reflexión de lo que ha sucedido y búsqueda de soluciones, y de esta manera que aprendan a ser conscientes y evaluar su propio progreso. También es importante procurar al deportista palabras de ánimo cuando lo hace bien y/o alentarle a que lo

intente de nuevo cuando haya fracasado. Entrenadores y padres han de estar atentos a los comentarios y actitudes de los deportistas puesto que revelarán las creencias de autoeficacia y autoconfianza de estos, y de esta manera poder ayudarlos a modificar los juicios inexactos, tanto por un déficit de confianza como por un exceso de esta, ya que es esencial para el éxito deportivo, que los deportistas reciban reconocimientos sinceros y consistentes de su ejecución real y no reconocimientos que no son reales que alimenten su ego.

- Trabajar las atribuciones subjetivas de los deportistas sobre el éxito o el fracaso. Fortaleciendo la idea de que el éxito está en la mejora y desarrollo personal y en lo que depende únicamente de ellos/as, haciéndolos/as responsables de sus acciones, insistiendo en que el esfuerzo es indispensable para lograr las metas propuestas. Fomentando el uso de atribuciones internas inestables, haciendo hincapié en que el fracaso se basa en la falta de esfuerzo en lugar de la falta de capacidad.
- Incrementando la experiencia vicaria a través de dos herramientas, el *Modelado* y la *Visualización*.
  - El modelado, es considerado como el medio más poderoso para la transmisión de valores, actitudes y patrones de pensamientos y conductas (Guillén & Martínez-Albarado, 2018). Para que sea eficaz, el modelo debe de ser significativo para el deportista y este último ha de prestar atención, recordar la conducta observada, ser capaz de imitarla y tener la motivación necesaria para realizar lo aprendido.
  - La visualización ha evidenciado mejoras en la autoconfianza en los deportistas. El sujeto puede utilizarse visualizarse ejecutando una habilidad deportiva de forma exitosa o incluso visualizarse ante

## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

situaciones donde ha fallado anteriormente, buscando las soluciones necesarias para que no vuelva a suceder. Lo que podrá conllevar un aumento de confianza en el sujeto.

- Utilizar la persuasión verbal en forma de auto diálogo positivo. La evidencia científica resalta el valor del autodiálogo positivo para mejorar la confianza. Es importante que los deportistas sean conscientes de qué se dicen a sí mismos y qué efectos está provocando eso. Un autodiálogo positivo debe incluir el uso de la reafirmación fomentando la motivación y la capacidad y una autopercepción positiva, evitando comentarios críticos negativos hacia uno mismo.
- Controlar los pensamientos negativos. Es importante utilizar herramientas que ayuden a detectar pensamientos negativos, ya que detrás de cada conducta hay una emoción y detrás de cada emoción un pensamiento. Si el deportista es capaz de ser consciente de sus pensamientos, gestionarlos, y modificarlos cuando sea necesario, le será más fácil también gestionar sus emociones y poder sacar todo su rendimiento posible.
- Controlar la activación y la ansiedad. Percibir o afrontar una tarea o competición desde un sentimiento de miedo, puede dar lugar a sentimientos negativos de ansiedad y/o estrés, lo que provocará una disminución del rendimiento o incluso un bloqueo del deportista. Esto puede suceder con deportistas que carecen de confianza en sus habilidades y perciben la tarea o competición como una amenaza. Hay que hacer ver a los deportistas que ciertos niveles de activación son buenos y resultan positivos para afrontar el evento deportivo. Entrenando la activación/tensión puede buscarse el estado óptimo de activación del deportista. En el caso de buscar aumentar la activación, el deportista puede

visualizar situaciones excitantes, realizar respiraciones rápidas o hacer ejercicios intensos. Si por el contrario, se busca disminuir la activación, sería conveniente realizar respiraciones lentas y profundas, recurrir a las rutinas o realizar ejercicios de relajación, para que el deportista más tranquilo pueda percibirse más autoeficaz y potenciar su rendimiento.

Feltz et al (2008), para el mantenimiento y recuperación de la autoeficacia en atletas con experiencia recomienda:

- Revivir éxitos conseguidos y bloquear acontecimientos negativos pasados. Pueden utilizarse éxitos pasados para realizar visualizaciones o incluso volver a ver imágenes grabadas de esos momentos si es posible, ya que ayuda a generar confianza en uno mismo. Por otro lado, utilizar rutinas, como rutinas pre-evento, rutinas pre-actuación o rutinas post errores y mindfulness para poder centrar al sujeto en el presente y conseguir dar mayor poder y carga emocional a sucesos negativos del pasado.
- Pensar y en consecuencia actuar con confianza. Los deportistas deben reconocer las conductas positivas que realizan y los resultados positivos que obtienen, para afrontar las competiciones positivamente y con confianza. Una herramienta que puede utilizarse para ello es el diario de éxitos, donde los deportistas pueden anotar obligatoriamente de manera diaria sucesos positivos que tengan, y de esta manera conseguir centrar su atención y aumentar su percepción sobre lo positivo, a la vez que aumenta su confianza.

La actitud no verbal refleja la autoconfianza de un deportista en un momento dado. Los entrenadores han de ser capaces de detectar ese lenguaje para poder ayudar al deportista si lo necesita. Incluso el lenguaje no verbal puede forzarse conscientemente para que el cuerpo del deportista

## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

genere esa sensación de confianza de manera inversa. El lenguaje no verbal, como por ejemplo una postura corporal, refleja confianza hacia los demás, pero también a uno mismo. De tal manera que, si un deportista muestra una postura corporal positiva, le está transmitiendo al adversario un estado de confianza elevado (Guillén & Martínez-Albarado, 2018).

- Esfuerzo y perseverancia son características imprescindibles para la mejora en el deporte y ambas parecen relacionarse con la autoeficacia (Guillén & Laborde, 2014). Cuando un sujeto se percibe con mayor autoeficacia es capaz de invertir mayor esfuerzo y perseverar en la actividad, y sucede de igual manera a la inversa, el esfuerzo y la perseverancia dan lugar a un mayor sentido de autoeficacia. Por esta razón, es importante hacer ver al deportista que los fracasos son solo falta de preparación y esfuerzo y que trabajando en ello y persistiendo podrán superar los obstáculos.

## II.2. ADHERENCIA Y ABANDONO DEPORTIVO

## II.2.1. Conceptos

El abandono deportivo en jóvenes es un problema común en diversos deportes y países. Su estudio puede centrarse tanto en los motivos que llevan al abandono deportivo (Sallis & Patrick, 1994), como también, desde la perspectiva inversa, los motivos de adherencia a la práctica deportiva. A continuación, se definen los conceptos que están relacionados tanto con el abandono deportivo como con la continuidad de la actividad deportiva.

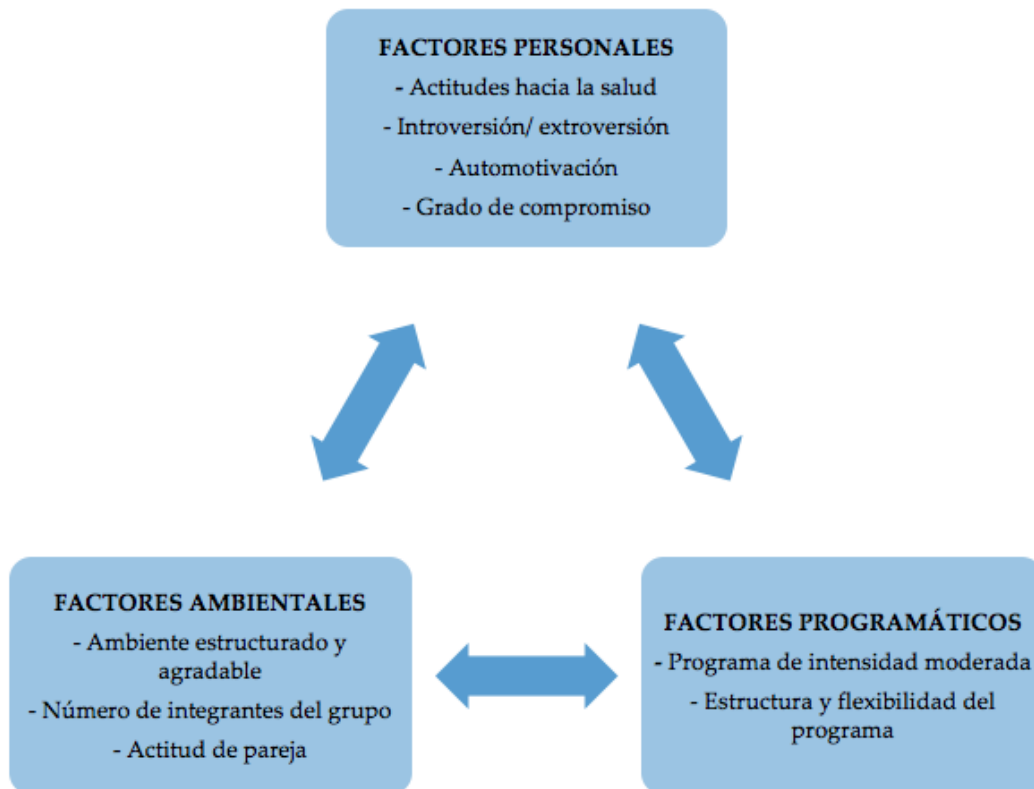
1) El concepto de **compromiso deportivo** se refiere a “una disposición psicológica que representa el deseo y la decisión de seguir participando el deporte” (Scanlan et al., 1993).

Según Scanlan (1993), el compromiso deportivo es la demostración de una estructura mental para continuar con las actividades deportivas, una "Construcción psicológica que representa el deseo y la determinación de continuar con la participación deportiva" (Scanlan et al., 2016), midiéndose este por el disfrute, los desafíos y las presiones que enfrentan los deportistas tras las competiciones.

2) La adherencia deportiva se estudia enmarcada en cuatro componentes fundamentales que son, asistencia, duración, intensidad y finalización de la actividad (Molinero et al., 2011). Mantener adherencia deportiva, supone integrar el hábito de realizar actividad física y convertirlo en un estilo de vida.

Ryan et al., (1997), demostraron que la adherencia a un programa de ejercicio se asociaba con los motivos de diversión y competencia, que se consideraban intrínsecos. Esto podría indicar que el no internalizar el valor de los ejercicios podría producir contratiempos motivaciones que, obviamente, no llevan a una adherencia a largo plazo a dicho programa (Thogersen & Ntoumanis, 2006).

Una vez que el sujeto se ha iniciado en el deporte, el siguiente objetivo a conseguir es que no lo abandone, para lo que resulta necesario conocer y controlar los factores que influyen en la adherencia deportiva, y crear programas efectivos en este sentido. Marquez et al., (2010), proponen los siguientes factores (Figura 10):

**Figura 10***Determinantes de la adherencia al ejercicio físico*

3) La persistencia en el deporte se define como la inversión continuada en la práctica deportiva, aún cuando se encuentran obstáculos (Cecchini et al., 2008). En relación a la teoría de las metas de logro, Guan et al., (2006) encontraron como principales predictoras de la persistencia, las metas de aproximación a la tarea y las metas de responsabilidad social (deseo de adherirse a las reglas sociales y a las expectativas del rol).

4) **La Intención de ser físicamente activo** predice la continuidad de la actividad deportiva. La intención se considera el predictor más importante de la

conducta y se supone que refleja la fuerza de una motivación individual para realizar una conducta (Hein et al., 2004). La intención expresada por los niños de practicar deporte o actividad física puede ser un buen indicador de la motivación hacia esta actividad, así como un fuerte predictor de continuar en la práctica deportiva (Goudas et al., 1995).

En niños de 11 a 15 años las intenciones autónomas de realización de ejercicio físico, predicen la actividad (Chatzisarantis et al., 1997), hasta entre 7 y 14 meses después (Papaioannou, 2000). De igual manera sucede con las intenciones de abandono deportivo, Sarrazin et al (2002), encontraron que las intenciones de abandono que reportaban jugadoras de balonmano de entre 13 y 15 años durante una temporada, predijeron los casos de abandono hasta 21 meses después.

5) Los conceptos retiro y abandono en el ámbito deportivo actúan como sinónimos de sí mismos, obteniendo significados similares, pero con algunas connotaciones diferentes.

La **retirada deportiva** es definida como el fin de la dedicación de la actividad deportiva, ya sea por una jubilación total; o por una disminución del nivel en que se realiza y/o el cambio de ámbito (de profesional a recreativo). Independientemente del deporte, es inevitable que en algún momento se efectúe la retirada deportiva, la diferencia fundamental radica en cuáles son las causas de dicho fin. Aunque los deportistas deben ser conscientes de que la retirada deportiva llegará, no todos están preparados para ella, al igual que no influirá de la misma manera, si es una retirada planificada y por decisión propia, que si se trata de una decisión forzada (González & Bedoya, 2008).

La retirada deportiva, se plantea en muchos casos, como una situación traumática o una situación de alivio y, no tanto, como el comienzo de una etapa de



transición, a la que cada sujeto percibe se adapta de manera diferente (González & Bedoya, 2008). Cuando la retirada es voluntaria y planificada, puede haber emociones como alivio, o tristeza y decepción, en cambio cuando la jubilación se produce por causa involuntaria o impredecible, puede conllevar a altos niveles de estrés, ansiedad, depresión y mayor dificultad en la adaptación (Alfermann, 2000; Fernández, Stephan & Fouquereau, 2006).

6) Cervelló (1996) entiende por **abandono deportivo**, aquella situación en la que los sujetos han puesto fin a su compromiso concreto con una determinada especialidad deportiva. En 1992, Weiss y Chaumonton, consideraron el abandono deportivo como un fenómeno continuo que va desde la renuncia a un determinado deporte, ya sea por cambiar a otro deporte o seguir practicando el mismo pero con menor intensidad, hasta aquellos sujetos que se retiran. del deporte por completo. El abandono deportivo puede estar provocado tanto por una causa concreta como por un conjunto de signos y síntomas.

Para Puig (1996) el abandono de la actividad física y deportiva entre los jóvenes es un acontecimiento complejo, en el que puede darse la circunstancia que un niño deje de practicar temporalmente o cambie de actividad física a practicar, lo cual no puede ser considerado como abandono global. Puede ocurrir que los jóvenes tengan diversas opciones de ocupar su tiempo libre, por lo que dejar el deporte no es necesariamente el resultado de una falta de motivación hacia el deporte, sino el interés, también probablemente transitorio, por otra actividad, sin que la relación con el mundo del deporte haya sido conflictiva.

Guillet (2000) afirmaba que no existía un tipo de concepción clara del término “abandono”, interpretándolo como un continuum de procesos que podría separarse en tres más pequeños: abandono de la actividad específica, el cambio hacia otra actividad y el abandono por completo.

En la misma línea Barangé (2004) utiliza el término “abandono deportivo” para referirse a tres situaciones distintas. En primera instancia se usa para hacer mención al abandono por completo de la actividad en forma estricta. El segundo uso del concepto se utiliza para referirse al retiro de la práctica deportiva que estaba realizando y que posteriormente va acompañado por un cambio de disciplina deportiva, en ocasiones, este cambio puede producirse al derivar del deporte de elite hacia actividades de índole recreativas. Y el tercer uso se utiliza para denominar el caso de un cambio “automático” del sujeto de un deporte a otro, que se adapte mejor a sus necesidades, talentos y posibilidades.

Muchos estudios centrados en la deserción del deporte, lo hicieron solamente monitoreando si los niños y adolescentes se registraban para la siguiente temporada. En el caso del estudio de Carnicero et al., (2002), el 55% de los estudiantes de séptimo y octavo curso que se habían retirado del deporte, compitieron en otro deporte en el mismo año o en años posteriores.

Al momento de intentar definir el concepto de abandono o etiro deportivo, resulta inevitable acudir a las causas del fenómeno para adentrarse en ellos y comprender su delimitación real. Un aspecto importante parece ser el autocontrol en la decisión de abandonar la actividad, ya que en muchos casos, los individuos dejan la actividad por causas que consideran incontrolables y fuera de su alcance, tales como medios económicos insuficientes o inexistentes, exclusión por decisiones técnicas, lesiones que obligan al abandono o el no contar con un club apropiado al nivel del individuo (Cecchini et al., 2005; Gould, 1996; Petlichkoff, 1992).

### II.2.2. Motivos de abandono y participación deportiva

En base a la literatura científica de los últimos años, es posible comprobar la existencia de un descenso en la persistencia deportiva en los países desarrollados (Sallis et al., 2000), con una incidencia preocupante en la etapa infantil y adolescente (Boiché & Sarrazin, 2009; Cervelló et al., 2007; García Calvo et al., 2008). Favorecer la persistencia en la práctica deportiva debe ser un objetivo fundamental a alcanzar por parte de todos los profesionales relacionados con la actividad física. (Ntoumanis, 2005).

En la revisión de Crane y Temple (2015), se agruparon los factores asociados con la deserción en cinco áreas principales: falta de disfrute, percepciones de competencia, prioridades contrapuestas, presiones sociales, y factores físicos (maduración y lesiones).

Los dos factores más dominantes relacionados con el abandono fueron las percepciones de los participantes sobre el no disfrute y su baja percepción de competencia física.

Este hallazgo es consistente con varios modelos que explican las elecciones y la motivación de los niños en relación con el deporte, como el modelo de motivación de competencia de Harter (Harter, 1978, 1981) y el modelo de compromiso deportivo (Scanlan et al., 1993).

Al examinar la dimensión general del disfrute, McCarthy y Jones (2007) reportan nueve temas influyentes, de entre los que destacan a padres demasiado involucrados, sobreentrenamiento, lesiones y percepción de falta de competencia.

La relación entre la competencia deportiva percibida y las conductas de persistencia o abandono deportivo ha sido ampliamente estudiada. Las investigaciones demuestran que los deportistas que se perciben como competentes,

se esfuerzan y perseveran más ante los obstáculos y dificultades, mientras que los que tienen una baja percepción de competencia, se rinden más fácilmente y pierden interés en la práctica del deporte (Franco, Pérez- Tejero & Arrizabalaga, 2012; Whitehead et al., 2004).

El énfasis competitivo de los campeonatos generado tanto por parte del programa como por los entrenadores, influye en orientaciones de meta, percepción de competencia y respuestas de estrés en los jóvenes que fomentan el abandono deportivo (Boixadós et al., 1998).

Un modelo deportivo escolar organizado hacia la competición, en ocasiones incluso orientado hacia una única modalidad deportiva, donde el objetivo principal es ganar, exige a los jóvenes deportistas un elevado coste físico y psicológico, que puede derivar en una situación de frustración para un gran número de los que comienzan, produciendo un abandono precoz de la actividad en un 33,6%. Por el contrario, un modelo deportivo escolar orientado a la mejora y desarrollo personal provocará una mayor satisfacción del alumnado con su práctica, y el porcentaje de abandono se verá reducido al 18% (Nuviala, 2004).

Según Perez y Suarez (2007), el deporte escolar es utilizado por la sociedad como un medio para captar talentos deportivos, con un sistema natural de eliminación, basado en una estructura piramidal, donde los eventos deportivos competitivos no se orientan como herramienta para obtener una mayor calidad de vida y priorizar la adhesión de los jóvenes al ejercicio físico, sino que se centran en la búsqueda de deportistas de elite.

La competición deportiva orientada hacia el resultado, reduce el disfrute y la autoconfianza de los niños, produciendo ansiedad y miedo al fracaso (Choi et al.,

2014), lo que conlleva a un aumento del abandono deportivo desde la niñez hasta la adolescencia (Riddoch et al., 2004).

En esta línea Lavalley et al (2019), identifican en su estudio dos factores clave que contribuyen al abandono deportivo juvenil, el primero es falta de desarrollo de una cultura que da importancia al proceso (mejora personal), en lugar de fomentar la comparación con resto, donde se da importancia al resultado y a ganar; y el segundo factor es la creación de marcos competitivos inadecuados, que enfatizan en competiciones estructuradas rígidas, en lugar de un programa de juegos regulares significativos. Nuviala et al., (2003) indican que el objetivo de competir es minoritario ya que solo al 4% de la población le gusta competir, por lo que el modelo deportivo competitivo va a ser un factor determinante.

Ogilvie y Howe (1991) en su estudio para conocer las principales razones que dan los deportistas en edad escolar para abandonar su deporte, encontraron principalmente tres factores, la selección que produce la competición, la edad cronológica del sujeto y las lesiones ocasionadas durante la práctica deportiva. Será la confluencia de varios de estos factores, el punto determinante en la decisión de abandonar el deporte.

Según las características individuales y personales de los jóvenes deportistas, Granz et al., (2019) analizaron los perfiles de riesgo que podían encontrarse a la hora de abandonar el deporte. Entre las características que se presentan para que un deportista sea considerado de alto riesgo a la hora de abandonar el deporte, destacan: participar en deportes donde la estética corporal o el peso influyan en gran medida en el éxito deportivo, dirección de entrenador autocrático, experimental alto estrés subjetivo externo al deporte, tener falta de voluntad o resiliencia, descanso insuficiente y ser mujer. Mientras que las siguientes características predisponen a un bajo riesgo: baja presión social, menos horas de

entrenamiento, bajo estrés subjetivo externo al deporte, alta resiliencia y capacidad volitiva y buena salud. El estrés continuo al que suelen estar sometidos los atletas, que a menudo los lleva a abandonar el deporte que disfrutaban y a sentirse insatisfechos con él, puede conducir a lo que Smith (1986) definió como burnout.

Cuando el deportista valora lo que da al deporte y lo que recibe, o cuando los costes son más importantes que los beneficios, tiende a aparecer el burnout, donde factores como la inestabilidad emocional, la culpa o el perfeccionismo serán clave (Múgica & Olaya, 2022). Para mantener una mentalidad sana a la hora de llevar a cabo un proceso adecuado de aprendizaje, es necesario que el deportista posea una personalidad que no tienda a generarle problemas y un entorno no interfiera en su aprendizaje (Marí, 2011).

El entorno social del deportista influirá en su vida deportiva de una manera más o menos favorable. Si el deportista percibe un ambiente de presión, dependerá de qué significado le dé a esta presión. Si el deportista se siente obligado a complacer los deseos de su entorno más próximo, se avergonzará si no es capaz de conseguirlo, mostrando un sentimiento de culpa. Por el contrario, si percibe esa presión como motivación, puede llegar a ser favorable (Lindner et al., 1991).

Un entorno familiar que practique deporte, facilitará que el deportista continúe practicando deporte como parte de su vida diaria y tenga una menor predisposición a abandonar la práctica deportiva (Casimiro, 1999). Además, se destaca el papel fundamental del afecto positivo del entorno más cercano para evitar el desgaste en aquellos deportistas que tienen una atención plena hacia su deporte (Gustafsson et al., 2015).

Además de la familia, es importante la figura del entrenador. La relación entre el atleta y el entrenador debe ser plena, ya que es la persona a la que el atleta

confía todas sus frustraciones y alegrías. Una mala relación deportista entrenador, o una relación por debajo de las expectativas del deportista, aumenta la posibilidad de abandono (Gould et al., 1982).

Los deportistas que no están motivados por su entorno inmediato tienen más probabilidades de **abandonar** el deporte (Moen et al., 2015). Familias, entrenadores y organismos de política deportiva deben conocer mejor y entender cómo los diversos factores que influyen en el desarrollo evolutivo y la competición afectan a los jóvenes deportistas entendiendo la importancia de la edad en la que se desarrolla el talento deportivo (Ferriz-Valero et al., 2020). De esta forma, el entrenador será el gestor del talento de ese deportista, siendo parte fundamental de este desarrollo (Moen et al., 2015), realizando intervenciones pedagógicas inductivas en periodos críticos, regulando el clima motivacional y las estructuras organizativas en función de la edad, para evitar el abandono deportivo (Enoksen, 2011).

Gustafsson et al., (2015), consideran que la especialización temprana y la participación prematura en la práctica intensiva, a menudo impulsadas por el talento atlético temprano, contribuyen significativamente a la retirada prematura del deporte.

Los factores personales que tiene cada individuo a la hora de abandonar la práctica deportiva están muy relacionados con la satisfacción de sus necesidades personales y sociales (Granz et al., 2019), de manera que el deportista puede mostrar interés por otras actividades que le gustan más, demostrando una mayor predisposición y dejando de lado el deporte que practicaban. García Ferrando (2001), detecta como principal causa de abandono deportivo, en un 46% de los jóvenes de entre 17 a 19 años, la falta de tiempo o las exigencias para el estudio y el trabajo.

En el estudio de Berki, Piko y Paga (2019) examinan diez posibles fuentes de compromiso deportivo: placer por la actividad deportiva, cantidad de inversión personal, pérdida de inversión personal, otras prioridades fuera de la práctica deportiva, oportunidades que ofrece la práctica deportiva, restricciones sociales basadas en expectativas y normas, apoyo social emocional, apoyo social informal, deseabilidad social y deseabilidad de mejora personal.

Desde la perspectiva experimental la identidad deportiva, la salud y los beneficios físicos, obtenidas al involucrarse en actividades físicas y entrenamientos (Wilson, 2000), aumentan las conexiones sociales y la autoconfianza (Petipas, 1978).

Una fuerte identidad deportiva aumenta el compromiso de los atletas a participar en actividades deportivas. La identidad deportiva define el rol de deportista como un nivel de poder y exclusividad que lo compromete con las actividades deportivas (Brewer et al., 1993). Los atletas que han tenido una larga carrera profesional tienen mayores niveles de identidad deportiva. Pero una identidad deportiva genuina y fuerte puede ser considerada como un factor causante de trastornos emocionales para los deportistas al llegar al final de su vida profesional, porque estas personas han tenido menos interés en explorar otras áreas o roles.

En el estudio cualitativo desarrollado por Smith y Osborne (2008), se encontró una relación paradójica entre el éxito durante la niñez y la participación continua en deportes competitivos. Aquellos que mostraron un talento extraordinario temprano en el deporte, tendieron a retirarse prematuramente durante la adolescencia. Sin embargo, los participantes que mencionaron dificultades tempranas, tendieron a mostrar una mayor adherencia y permanecer activos en diferentes roles dentro del deporte, incluso después de concluir sus carreras competitivas (Mudrak, 2010).



Otros motivos recurrentes encontrados en la literatura relacionados con el compromiso deportivo son, la emoción y el desafío de la competencia; el desarrollo de amistades cercanas; la aceptación y aprobación social de compañeros, entrenadores y padres; y la creencia de un atleta en su capacidad para avanzar al siguiente nivel.

Por el contrario, disuasivos que los jóvenes han identificado hacia la participación deportiva son: presión de los padres o entrenadores, pobre compromiso social, falta de éxito percibido, miedo a lesionarse, el coste de la participación y los conflictos temporales entre el deporte y la escuela.

La práctica deportiva que los sujetos realizan en su tiempo libre, es la base tanto de su formación deportiva como de su formación educativa, por lo que se deben ofrecer a los jóvenes, actividades que concilien salud, ocio y educación, dejando de lado el modelo competitivo único (Campos & Tomás, 2004).

### **II.2.3. Abandono deportivo en función de la edad y el género**

La investigación ha destacado que el abandono del deporte juvenil se ha convertido en una tendencia mundial con tasas de abandono que superan el 30 % en algunos países. “Los niños se unen en masa a los programas deportivos para jóvenes y los abandonan en masa” (Crane & Temple, 2015).

La tasa de niños que abandonan los deportes cuando tienen 12 o 13 años, y a menudo antes, es una preocupación importante (Johnson, 2012).

La edad es otra variable que influencia la práctica de AF, ya que los niveles descenden conforme avanzan los años, por tanto, la población es más activa cuanto más joven es (Barr-Anderson et al., 2017).

Refiriéndose a un rango de edad específico, Chillón et al., (2009) demostraron que existe un rango de edad en el que los deportistas en edad escolar abandonan, especialmente entre los 12 y los 18 años. De esta forma, el abandono deportivo es palpable en este rango poblacional, pero conocer los motivos de estos abandonos ayudará a prevenirlos en el futuro.

#### **II.2.4. Modelos de compromiso y abandono deportivo**

##### *II.2.4.1. Modelo de restricciones de recreación y ocio (Crawford, Jackson & Godbey, 1991)*

Según Jackson y Henderson (1995), las limitaciones en el ocio son razones, percibidas o experimentadas, por las que un individuo se ve inhibido a participar en actividades de ocio y/o recreación o dedicar más tiempo a participar en ellas.

Los motivos inhibidores de la participación en actividades recreativas han sido estudiados como una limitación en la participación del individuo para alcanzar un nivel deseado o como una exclusión total en las actividades de recreación (Raymore, Godbey & Crawford, 1994).

Crawford y Godbey (1987) proponen un marco teórico para clasificar las barreras a la participación según las dinámicas que intervienen en el proceso de decisión a la hora de participar.

- Las limitaciones intrapersonales, son percepciones personales que un individuo tiene sobre sí mismo y que dan forma a la expresión de sus preferencias. Las restricciones intrapersonales son estados y atributos internos que son importantes para formar el deseo de participar o tener una preferencia por una actividad en particular. En esta categoría se incluye la falta de disfrute o aburrimiento, baja percepción de competencia física, baja

## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

autoestima, presiones intrínsecas como ansiedad por la participación o competición y percepciones de aceptación por el entorno social de grupo deportivo.

- La principal razón que se ha identificado para la participación de los/as niños/as en el deporte ha sido la diversión (Bengoechea et al., 2004).  
La falta de diversión es la razón principal por la que el 38 % de las niñas y el 39 % de los niños abandonan los deportes (Kelley & Carchia, 2013). Esta falta de diversión puede deberse a factores planteamientos de práctica inflexibles y reglas y pautas estrictas que no se adaptan a las necesidades de los niños/as y eliminan la parte divertida de participar (West & Strand, 2016).
- Presión, ansiedad y nerviosismo por el exceso de críticas por parte de los padres/madres y entrenadores para que los jóvenes deportistas den lo mejor de sí mismos, consigan ganar, el énfasis en la competición para obtener reconocimiento o recompensas económicas. Todo ello puede llevar a que los/as niños/as disfruten menos del juego y sientan ansiedad, por el miedo a fallar y la falta de reconocimiento (Rotella, Hanson & Coop, 1991). Lo que a su vez puede dar lugar a sentimientos de inadecuación y dudas sobre uno mismo, sobre su autoeficacia, lo que podría trasladarse a otras situaciones de su vida (Montesano et al., 2017; Thomas et al., 2008).
- Falta de relación o relación negativa con el entrenador. La falta de habilidades de comunicación estilos autocráticos o autoritarios de los entrenadores a la hora de interactuar con atletas jóvenes, puede llevar a estos a optar por abandonar la participación (Fraser-Thomas et al., 2008).

- Las limitaciones interpersonales incluyen limitaciones que surgen como resultado de la interacción interpersonal con las relaciones con los demás. Pueden identificarse en esta categoría, presión de los padres por continuar en el deporte, no tener a nadie con quien participar o tener amigos o familiares que disuadan de participar.
  - Presiones de los padres y pérdida de autonomía. Hay padres y madres que introducen a sus hijos/as en el deporte y les presionan a continuar, porque están viviendo sus propias fantasías a través de sus hijos/as, o consiguen estatus o reconocimiento por la participación de sus hijos, de forma que la excesiva participación y orientación de los padres puede hacer que los niños sientan que no se apropian de sus propias motivaciones o experiencias de participación deportiva (Thomas et al., 2008).
  - Falta de socialización. La participación comprometida y estructurada en una actividad deportiva puede impedir socializar, pasar el rato, estar con amigos o interactuar con miembros del sexo opuesto, debido a la falta de tiempo. Esto puede ser especialmente crítico en las decisiones de los niños una vez que llegan a la escuela secundaria al sentir que no tienen suficiente tiempo para participar en otras actividades apropiadas para su edad (Carlman et al., 2013).
  - Presión por abandonar o reducir la actividad. Además, la falta de tiempo anteriormente planteada puede influir en los estudios, a la hora de obtener buenas calificaciones y mantener el nivel académico, lo que puede llevar a familiares y profesores/as a aconsejar al niño/a el abandono o reducción de la práctica deportiva.

## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

- Finalmente, las restricciones estructurales incluyen recursos externos e infraestructuras que intervienen en las preferencias de participación, interfiriendo o interrumpiendo la conexión entre las preferencias y la participación. Algunos ejemplos de esta categoría pueden ser, las lesiones, los costos excesivos de la actividad o el transporte e instalaciones inadecuadas.
  - Lesiones relacionadas con el deporte. La incidencia de lesiones en el deporte juvenil alcanza cifras alarmantes. En Estados Unidos se estima que alrededor del 27% de los jóvenes menores de 18 años, que participan en competiciones deportivas, se lesionan cada temporada (Patel et al., 2017), el 10% menores de 20 años, entre 2001 y 2009, recibieron tratamiento por lesiones deportivas y recreativas (Kelley & Carchia, 2013). Según Williams (2017), más de 3,5 millones de atletas jóvenes al año experimentan una lesión deportiva lo suficientemente grave como para merecer atención médica y aproximadamente el 66% de estas lesiones requieren atención en el servicio de urgencias. En España, en un estudio en deportes de equipo de Peña et al., (2023), el 41% de las deportistas tuvo lesión que precisó atención médica. Además del hecho de la lesión, influye como el entrenador o el club se involucra en el proceso de recuperación. Un desinterés y desentendimiento por parte del entrenador/a y del club, en el deportista puede causar una desmotivación de este en su proceso de recuperación (Purcell, 2012). En este panorama, algunos de los deportistas se recuperan y regresan a los deportes, pero muchos ya se a por los padres o los propios deportistas, no quieren correr más riesgos y abandonan el deporte.

- Restricciones financieras. Muchos deportes requieren una inversión financiera considerable para la participación continua, matrícula, cuota mensual, seguro, licencia federativa, entrenadores, competiciones, viajes, equipación, material, etc. Todo ello puede influir en el presupuesto de una familia y ser un factor determinante para que algunos niños puedan comenzar o continuar en un deporte.
- Accesibilidad e infraestructura. Si la actividad deportiva del niño/a está lejos de la vivienda familiar, eso conlleva una inversión no solo de dinero en el desplazamiento, o la búsqueda de combinación de transporte, sino también una inversión de tiempo del responsable de llevar al niño/a a la actividad. El apoyo del progenitor para facilitar la realización por parte del niño/a será importante para la continuidad de esta. Al igual que, si el estado de las infraestructuras necesarias para llevar a cabo la actividad deportiva son deficientes y/o peligrosas, eso podrá interferir en el buen desarrollo de la actividad y poder ser una razón que apoye a otras para abandonar la actividad.
- Falta de tiempo para poder realizar la actividad de manera comprometida, por ejemplo, incompatibilidad de los horarios de entrenamiento con otras actividades o con los estudios, inversión de tiempo en los desplazamientos a los entrenamientos o competiciones, duración de los entrenamientos, etc.
- No tener tiempo de juego. Algunas prácticas de entrenamiento y decisiones de juego se centran en dar a los mejores jugadores el máximo tiempo de juego, con el objetivo de ganar, sin embargo, esto pueden llevar a que jugadores con menos habilidades se retiren de los equipos o de los deportes por completo (Fraser-Thomas et al., 2008). Además, esta

falta de capacidad a estas edades, puede deberse simplemente al hecho de una maduración más tardía, por lo que el entrenador/a estaría tomando decisiones desacertadas. Por ello es importante en etapas de formación, dotar de las mismas oportunidades a todos/as los/las deportistas por igual.

Se puede observar en la clasificación anterior, que la misma causa puede causar efectos en uno o varios tipos de restricciones. La evidencia sugiere que se necesita una negociación exitosa de las restricciones intrapersonales, interpersonales y estructurales para permitir que las personas participen en actividades de ocio como los deportes (Ommundsen & Vaglum, 1997).

En la revisión de Crane y Temple, (2015), los resultados indicaron que las limitaciones intrapersonales e interpersonales se asocian más frecuentemente con el abandono del deporte que las limitaciones estructurales.

Las restricciones intrapersonales son las que más limitaciones presentan a la hora de la participación en actividades de ocio y la que más frecuentemente es relacionada con el abandono deportivo. Sin superar estas restricciones, el deseo o la preferencia por una actividad de ocio ni siquiera llegará a existir o desaparecerá o disminuirá si existe (Godbey et al., 2010).

Los factores interpersonales serían la siguiente categoría en influencia y finalmente las limitaciones estructurales, que no parece disuadir en primera instancia en la participación, pero sí puede influir en la frecuencia y duración en la realización de actividades recreativas.

#### II.2.4.2. *Modelo de compromiso deportivo (Scanlan et. al, 1993)*

Según el modelo, el compromiso deportivo de un deportista, es una construcción psicológica que representa el deseo y decidir continuar con la

participación deportiva y que viene determinado por el grado de diversión que obtiene de la participación deportiva, las inversiones personales, las oportunidades de implicación y las coacciones sociales, además de la influencia de las alternativas de implicación (Scanlan et al., 1993) y el constructo de apoyo social recientemente añadido (Scanlan et a., 2003).

Cuanto más disfrutan los atletas con su participación deportiva, más invierten en su deporte y más oportunidades sienten que surgen de la participación, esto sumado a una percepción menos atractiva de las alternativas a la participación, se traduce en un aumento del compromiso deportivo.

Los constructos definidos por Scanlan et al., (1993) se presentan a continuación:

- Disfrute del Deporte: una respuesta afectiva positiva a la experiencia deportiva que refleja sentimientos como placer, agrado y diversión.
- Alternativas de participación: el atractivo de las alternativas a la participación deportiva percibidas por el sujeto para no continuar con el esfuerzo actual.
- Inversiones Personales: recursos que se ponen en la actividad que no pueden recuperarse si se interrumpe la participación. Los más generales serían, tiempo, esfuerzo y dinero.
- Restricciones Sociales: sentimientos de obligación de permanecer en la actividad generados por expectativas o normas sociales, como por ejemplo el sentimiento de obligación de participar en un deporte para complacer a sus progenitores, o la obligación de realizar ejercicio físico por razones de salud o de presión social por cánones corporales establecidos.
- Oportunidades de participación: oportunidades valiosas que están presentes solo a través de una participación continua en la actividad



deportiva, que por norma general no son objetivos directos del atleta, pero que se convierten en experiencias muy valoradas, puede incluso que no existan en el momento de unirse por primera vez al deporte, pero posteriormente aparecer como una parte integral de la participación deportiva a medida que esta continúa. De esta manera, se vuelve esencial en la experiencia deportiva, generando un sentimiento de apego que aumenta el compromiso deportivo. Las oportunidades de participación son aspectos implícitos en la actividad deportiva que no se pueden separarse del contexto, y por lo tanto, el atleta no puede mantenerlos si abandonara la actividad.

En función de la edad de los sujetos y su nivel deportivo los constructos del modelo influirán en mayor o menor medida al compromiso deportivo, por ejemplo, los deportistas de élite sentirán una mayor inversión personal que los amateurs, o los/as niños/niñas que practiquen deporte percibirán menos alternativas a la participación que deportistas adolescentes (Scanlan et al., 1993; Scanlan et al., 2003).

#### *II.2.4.3. Teoría de la acción razonada (Ajzen & Fishbein, 1980)*

Reconociendo la fuerte evidencia a favor de la actividad física regular para beneficios positivos para la salud, los psicólogos del ejercicio han buscado modelar los procesos de toma de decisiones que llevan a las personas a participar en actividad física regular (Brawley, 1993). Tal esfuerzo puede identificar los constructos psicológicos clave a los que se dirigirán las intervenciones sociocognitivas que promuevan la participación en la actividad física (Brawley, 1993).

Los modelos social cognitivos han demostrado ser útiles para este fin, la Teoría de la Acción Razonada (Ajzen & Fishbein, 1980) y la Teoría del

Comportamiento Planificado (Ajzen, 1985) han sido identificadas como estrategias sociales particularmente eficaces, de marcos teóricos cognitivos que ayudan a explicar el comportamiento de actividad física de las personas.

La Teoría de la acción razonada (TAR en adelante), es una teoría general de la conducta humana que trata de la relación entre creencias, actitudes, intenciones y comportamiento, los cuales se encuentran relacionados con la toma de decisiones a nivel conductual (Reyes, 2007).

La TRA plantea la hipótesis de que la intención declarada de un individuo de realizar comportamiento dado es el predictor más inmediato de ese comportamiento (Ajzen & Fishbein, 1980). Además, postula que la construcción de la intención está mediada por el efecto de dos variables cognitivas sociales sobre la conducta: la actitud y la norma subjetiva.

1) La actitud refleja una disposición personal hacia la participación en el comportamiento. Representa la evaluación de una persona de sus creencias con respecto a la eficacia de la conducta objetivo para producir resultados y una evaluación de estos resultados (Hagger et al., 2002).

Las actitudes que muestra un sujeto están determinadas por sus creencias (Morales, 1999). Resulta lógico aprender a tener actitudes favorables hacia objetivos asociados a características positivas, y actitudes desfavorables hacia objetivos relacionados con características negativas (Reyes, 2007).

Existen tres fuentes en la formación de creencias que determinan las actitudes, creencias descriptivas aquellas obtenidas a través de la observación del objeto por el propio sujeto, creencias informativas adquiridas indirectamente mediante la aceptación de información obtenida de fuentes externas y creencias inferenciales, autogeneradas a través de la interacción con otras personas sobre el

objeto concreto. Algunas creencias pueden persistir con el tiempo, otras serán olvidadas y en su lugar podrán formarse nuevas creencias (Reyes, 2007).

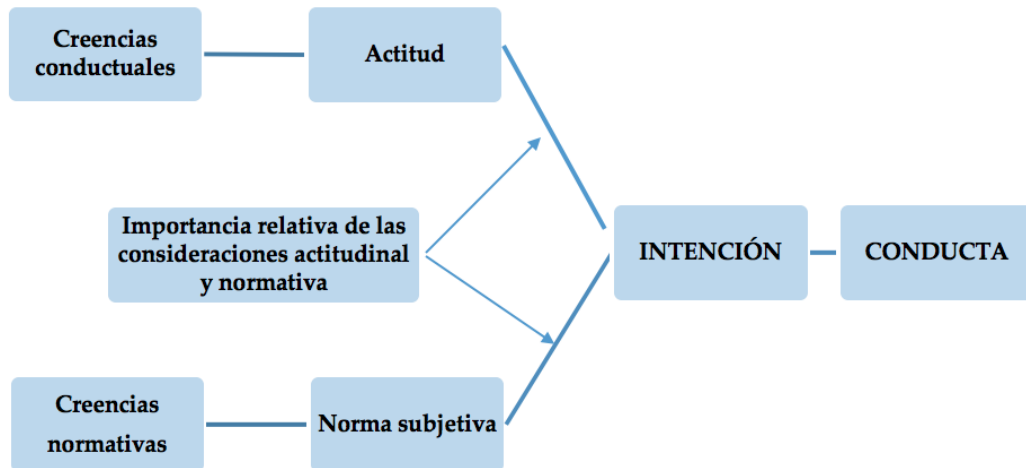
Aunque una persona puede poseer un gran número de creencias acerca de algún objeto determinado, sólo un número relativamente pequeño son determinantes en su actitud. Estas son las denominadas creencias sobresalientes y se consideran determinantes inmediatos de la actitud de una persona (Reyes, 2007).

2) La norma subjetiva, mide la influencia social sobre el individuo. Es una cognición normativa, y representa la evaluación del sujeto de si otras personas significativas quieren que participe en el comportamiento objetivo y, en su motivación para cumplir con estos otros (Hagger et al., 2002). Por lo que dicha percepción, puede ejercer la presión para ejecutar o no una conducta independientemente de la propia actitud de una persona hacia la conducta en cuestión (Reyes, 2007).

En este caso, el individuo intenta realizar una conducta cuando evalúa ésta como positiva y cree que otros (personas y grupos socialmente relevantes para el sujeto), consideran que deben realizarla. (Fishbein & Ajzen, 1975; Ajzen & Fishbein, 1980; Fishbein, 1990). Esto se refiere a una prescripción conductual específica atribuida a un agente social generalizado (Ajzen & Fishbein, 1980).

**Figura 11**

*Esquema Modelo de la Teoría de Acción Razonada (Adaptado de Reyes (2007))*



La diferencia entre creencia normativa y norma subjetiva, es que la primera se refiere a la influencia de individuos o grupos específicos, mientras que la norma subjetiva tiene que ver con el otro que es significativo para el sujeto (Reyes, 2007).

Personas con las mismas actitudes y normas pueden comportarse de manera distinta, ya que la conducta dependerá de las diferentes valoraciones asignadas a las dos determinantes de la intención.

Para lo que Ajzen y Fishbein, (1980) y Fishbein, (1990), recomiendan definir operativamente las categorías y conceptos de análisis reduciéndolos a acciones simples y específicamente observables, para obtener una media general en base a la suma de las diferentes acciones. Para proceder a medir la conducta de interés se han de tener en cuenta los elementos de: 1) Acción, el tipo de conducta, 2) Objeto, respecto a donde está dirigida, 3) Contexto o lugar en el cual se realiza y 4) Tiempo en el que ocurre, midiendo dichos componentes mediante rangos que van de lo simple a lo complejo (Reyes, 2007).

Mediante la medición de la fuerza de las creencias sobresalientes modales se puede, no sólo predecir la actitud de un individuo, sino también obtener información acerca de los determinantes de su actitud.

#### *II.2.4.4. Teoría del comportamiento planificado (Ajzen, 1985)*

Ajzen (1985) modificó la teoría de la Acción Razonada al incluir el concepto de control conductual percibido (en adelante PBC) como un predictor independiente de la intención. El PBC representa la evaluación de un individuo de sus capacidades y facultades con respecto a su compromiso conductual. Algunos comportamientos pueden tener barreras reales de comportamiento, en cuyo caso la actitud y la norma subjetiva, aunque favorables, puede que no contribuya a la intención conductual debido a la falta de control volitivo.

Ajzen y Madden (1986) proponen una segunda versión de la Teoría del Comportamiento Planificado (en adelante TPB), donde el PB puede influir directamente en el comportamiento, independientemente del efecto mediado por la intención. Las barreras reales al comportamiento también pueden influir en la generación de intenciones, en cuyo caso, resultan una medida indirecta del control real del comportamiento. Por lo que para algunos comportamientos, el PBC puede predecir tanto la intención como el comportamiento, ya que refleja barreras reales a la vez que recursos y oportunidades.

Revisiones metaanalíticas sobre el comportamiento en la actividad física, sugiere que la TPB es superior al TRA en la contabilización de la varianza en intención, donde el PBC tiene un efecto sobre las intenciones que es casi tan fuerte como el de las actitudes, demostrando así que la PBC tiene un gran efecto en las intenciones de actividad física y salud (Godín et al., 1993; Hausenblas et al., 1997). Por el contrario, estas investigaciones también sugieren, que la contribución de la

norma subjetiva a la predicción de la intención suele ser menor que el efecto de la actitud y el PBC. Estos hallazgos resultan consistentes con el hecho de que la participación en la actividad física se basa más en la motivación y juicios personales que en la influencia de la presión de los demás (Godin, 1993).

Las conceptualizaciones de la TPB han examinado cómo las actitudes tienden a generar relaciones más fuertes entre intención y comportamiento que las intenciones basadas en normas subjetivas (Sheeran et al., 1999).

Terry y O'Leary (1995) han demostrado que los ítems tradicionalmente utilizados para medir la PBC se pueden clasificar en aspectos internos y externos de control, y que estos pueden ser responsables de los bajos valores de consistencia interna informados a menudo para esta medida.

Los autores caracterizaron estos aspectos internos del control como habilidad percibida y capacidad personal en la conducta a desarrollar, etiquetando el constructo como "autoeficacia" y midiéndolo mediante ítems que hacen referencia a "habilidad" y "capacidad".

Por otro lado, los aspectos externos se denominan "Control Conductual Percibido", y miden la influencia de las barreras externas en el comportamiento, a través de ítems referidos a la "dificultad" y "control" de la conducta.

Existen estudios que han catalogado la influencia independiente de los conceptos de "Autoeficacia" (Coumeya & McAuley, 1994; Dzewaltowski, Noble & Shaw, 1990; Hagger et al., 2001; Terry & O'Leary, 1995; Yordy & Lent, 1993) y la "Frecuencia del Comportamiento Pasado" (Yordy & Lent, 1993; Hagger et al., 2001) sobre la intención y el comportamiento, donde la inclusión de cada variable adicional, aumenta el poder explicativo del modelo.

Conceptualmente, Ajzen, (1991) cambia el concepto de PBC por el constructo de autoeficacia de Bandura. Hagger et al., (2002) encontraron que la autoeficacia explicaba una variación única en la intención, y que la inclusión del comportamiento pasado en el modelo tenía efecto en la atenuación de las relaciones intención-conducta, actitud-intención, autoeficacia-intención y autoeficacia-conducta.

La frecuencia del comportamiento pasado, referido este a conductas o hábitos pasados, tiene una influencia significativa en las intenciones, el comportamiento futuro y las demás variables cognitivas sociales del modelo (Bagozzi, 1981; Bentler & Speckart, 1981).

Bagozzi (1981), sugiere que los efectos de las cogniciones presentes, disminuyen cuando existe un compromiso conductual pasado, ya que a medida que aumenta un hábito, el desempeño de la conducta se traduce menos con evaluación racional de las consecuencias del acto y más en una respuesta aprendida. Por lo que no controlar el comportamiento pasado, resultaría un sesgo en el proceso de toma de decisiones hacia los juicios reales sobre el comportamiento.

Es importante hacer una distinción entre los participantes a los que se les pide que informen sobre la frecuencia de su actividad física pasada durante pocas semanas o un mes y aquellos a quienes se les pide que evalúen su comportamiento pasado durante un período de varios meses o incluso años. Ya que, es probable que haya una mayor abstracción y generalización del comportamiento pasado (Hagger et al., 2002).

Al igual que en las teorías anteriormente presentadas, resulta importante controlar factores como la edad, género o ámbito de conducta, ya que pueden ser

variables que moderen la relación intención conducta. En este sentido, por ejemplo, Armstrong y McManus (1994), han demostrado que la participación en la actividad física disminuye con la edad.

#### *II.2.4.5. Modelo de creencias de salud (Becker & Maiman, 1975)*

El modelo de creencias para la Salud (Becker & Maiman, 1975) se centra en explicar y predecir la conducta del ejercicio físico.

El Modelo de Creencias de Salud es uno de los marcos teóricos que han sido más utilizados en Psicología de la Salud para explicar los comportamientos de salud y preventivos de la enfermedad. Este modelo, con tintes cognitivos, considera que los comportamientos surgen como resultado del conjunto de creencias y valoraciones internas que el sujeto da una situación concreta (Moreno & Gil, 2003).

El modelo surge inicialmente para tratar de dar respuesta a por qué las personas se niegan con frecuencia a realizar conductas preventivas para conservar o mejorar el estado de salud. En un principio el objetivo era la prevención para añadir posteriormente a aplicarse también a la realización del tratamiento en personas enfermas (Kirscht, 1974).

Comprender los determinantes que causan la inactividad física es esencial para que los profesionales de la salud desarrollen intervenciones eficaces. Según Dishman et al., (1985), estos determinantes pueden englobarse en tres, las características individuales de la persona y sus hábitos de vida, características del entorno y de características de la propia actividad, mientras que para Sherwood y Jeffery (2000), los determinantes de la actividad física se dividen en dos categorías:: características individuales, incluidas motivaciones, autoeficacia, etc., y características ambientales, por ejemplo, la facilidad de acceso, costes e inversión de tiempo.



Los componentes básicos del modelo de Creencias de Salud son, primero, el valor que el sujeto atribuye a una determinada meta, en este caso el deseo de conservar o ganar salud y segundo la percepción de probabilidad de un sujeto sobre si una conducta específica puede alcanzar la meta establecida.

De acuerdo con Rosenstock (1974), las dimensiones del modelo serían:

1) **La susceptibilidad percibida**, sería la percepción subjetiva del sujeto a perder la salud, (Janz & Becker, 1984; Rosenstock, 1974). Si un individuo decide adoptar un programa de ejercicio, en primer lugar, debe creer que es susceptible a problemas de salud. Un individuo no buscará una conducta de ejercicio a menos que se considere potencialmente vulnerable a la inactividad física y perciba esto como una amenaza (Biddle & Nigg, 1970).

2) **La severidad percibida**, en cuanto a las creencias del sujeto sobre la gravedad de perder la salud o no hacer por recuperarla, lo que podría llevar a dos tipos de consecuencias, por una lado las médico-clínicas (como muerte, incapacidad o dolor), y por otras posibles consecuencias sociales (incapacidad laboral, reducción de relaciones sociales, efectos en el núcleo familiar, etc.) (Moreno & Gil, 2003).

3) Los beneficios percibidos, basados en las creencias del sujeto sobre la efectividad que tendrán las conductas requeridas (Moreno & Gil, 2003). Asumiendo que las opciones de acción que percibe el sujeto están influidas por las normas e incluso presiones del grupo social al que pertenece (Rosenstock, 1974). Los beneficios percibidos influirán en la probabilidad de que un individuo inicie o mantenga un programa de ejercicio físico, donde a más beneficios percibidos mayor disposición a hacer ejercicio (Wu et al., 2020).

4) Y las barreras percibidas, que son los aspectos negativos percibidos de la conducta de salud, que funcionan como barreras para la acción que interaccionan con las anteriores dimensiones (Moreno & Gil, 2003). En este sentido, aunque los beneficios percibidos promuevan a la actividad física al individuo, las barreras percibidas como esfuerzo, molestias o falta de tiempo, pueden inhibir en cierta medida la participación en programas de ejercicio o influir negativamente en la adherencia a dichos programas (Wu et al., 2020).

Las barreras percibidas pueden dividirse en barreras objetivas percibidas, como por ejemplo acceso a instalaciones de ejercicio, y barreras subjetivas percibidas, como por ejemplo la pereza del sujeto (Chen et al., 2013).

En una fase posterior del modelo de Creencias para la Salud, se incluyeron dos componentes más, considerados como imprescindibles para desencadenar el proceso de toma de decisiones, la autoeficacia y las claves para la acción:

5) **La autoeficacia**, es la confianza de una persona al realizar ejercicio físico, e indica la posibilidad de que un individuo adopte un comportamiento específico para mantener o promover la salud (Bandura, 1977). Sirve como predictor esencial en la adopción y el mantenimiento de la conducta de ejercicio, pero además puede predecir significativamente el nivel de AF de individuos sedentarios (McAuley & Jacobson, 1991). La autoeficacia y las barreras percibidas son los dos elementos que afectan en mayor medida a la conducta de ejercicio y resultan los principales factores a la hora de predecir o explicar el nivel de actividad física (Fletcher & Banasik, 2001).

6) **Las Claves para la Acción** son considerados los estímulos imprescindibles para desencadenar el proceso de toma de decisiones que deriva en la conducta (Janz & Becker, 1984). En el ámbito de la salud, estas claves pueden ser internas

(por ejemplo, síntomas físicos o percepciones corporales) o externas (recomendaciones de los medios de comunicación, modas, instrucciones médicas, consejos de amigos, etc.). Para desencadenar una conducta, la intensidad necesaria de estas claves, puede variar para cada individuo e incluso en el mismo sujeto dependiendo de su circunstancia actual (nivel de susceptibilidad y grado de severidad percibida).

Se asume que diversas variables demográficas, sociopsicológicas y estructurales, puedan afectar la percepción del individuo y de esa forma influir indirectamente en sus conductas de salud (Janz & Becker, 1984). Condiciones tales como la edad, el sexo, el nivel cultural o el conocimiento de las consecuencias de la inactividad, se conocen como variables exógenas (Becker et al., 1972).

En general, el modelo funciona de manera lógica contemplando un hipotético análisis interior de costes y beneficios para el sujeto, quien sopesaría la efectividad de la acción a tomar, así como los posibles costes de tomarla (Janz & Becker, 1984).

#### *II.2.4.6. Modelo Transteórico (Prochaska & DiClemente, 1982)*

El modelo transteórico, que es de los modelos más utilizados sobre el cambio de conducta en el ámbito de la salud (Armitage, 2009). Propuesto por Prochaska y DiClemente (1983) para predecir el abandono del hábito de fumar, y gracias a su consistencia se ha trasladado a múltiples contextos para explicar el cambio de comportamiento. En este sentido es importante que se desarrollen intervenciones que representen con precisión el modelo. Bridle et al., (2005), explicaron que muchos de los estudios revisados sobre intervenciones en el comportamiento de salud, se utilizó solo el constructo de las etapas de cambio, descuidando las otras dimensiones del modelo (procesos de cambio, autoeficacia y equilibrio de

decisiones), lo que se traduce en intervenciones incompletas del modelo que pueden mostrar resultados inconsistentes (Hutchison et al., 2009).

Una característica clave del modelo es su diseño multidimensional que incluye los constructos de: las etapas de cambio, los procesos de cambio, la autoeficacia y el equilibrio de decisiones. Por lo tanto, al aplicar el modelo Transteórico como marco para desarrollar intervenciones de cambio de comportamiento, se debe demostrar una buena comprensión de cada dimensión y cómo interactúan entre sí (Hutchison et al., 2009).

Los factores básicos sobre los que se sustenta el modelo son cuatro, las *etapas del cambio* son los pasos que va dando el individuo para realizar un cambio de comportamiento, para atravesar dichas etapas los sujetos utilizan los *procesos del cambio* como herramientas para avanzar; dichos procesos servirán para que el sujeto realice el *balance de decisión* en base a la información de pros y contras obtenida; y donde la *autoeficacia resulta determinante para* iniciar y/o mantener la conducta escogida.

En el constructo de **etapas de cambio** del modelo, se ilustra cómo el comportamiento cambia a lo largo del tiempo, progresando a través de seis etapas (Pennington, 2021):

1. Precontemplación: en este estado la gente no tiene intención de cambiar, ya sea por desinformación o desconocimiento sobre las consecuencias de su conducta, o si ha intentado cambiar, pero como no ha sido capaz está desmoralizada. En todos los casos, los sujetos que tienden a evitar enfocarse en su conducta de riesgo, no tienen la intención de tomar medidas en el futuro previsible.

## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

2. Contemplación: en este paso los individuos comienzan a reconocer que su comportamiento es problemático y empiezan a valorar los efectos positivos y negativos de su conducta. Si el sujeto se encuentra en esta etapa, mostrará intención de cambiar en los próximos seis meses, pero si el balance entre costos y beneficios está equilibrado, puede producir una profunda ambivalencia que termine en una contemplación crónica o procrastinación.
3. Preparación: el sujeto tiene intención de tomar medidas en un futuro inmediato (1 mes) y pueden comenzar a dar pequeños pasos hacia el cambio de comportamiento, llamar al club donde quieren comenzar a entrenar, comprar un libro, consultar a un médico, etc.
4. Acción: a estas alturas los individuos han realizado modificaciones abiertas específicas para modificar su comportamiento en la adquisición de nuevos comportamientos saludables. La acción es observable pero, puede que el sujeto no esté comprometido en la realización de la conducta al cien por cien, (por ejemplo, empieza a entrenar pero no realiza todos los ejercicios de la sesión de entrenamiento).
5. Mantenimiento: en este paso las personas han podido mantener la acción durante al menos seis meses. Están más comprometidos que en el estado anterior, tienen menor riesgo a abandonar la conducta adquirida y sienten más autoeficacia. Se estima que este estado dura desde seis meses a cinco años.
6. Y Terminación: aquí, el comportamiento se ha convertido en un hábito, en una identidad y una forma de vida, donde las personas no tienen tentación de abandonar la conducta y están seguras de no volver a su estado inicial.

El constructo de **procesos de cambio** se compone de recursos que los individuos utilizan para avanzar a través de las etapas de cambio, estrategias que pueden ayudarles a realizar y mantener el cambio (Marshall et al., 2003).

Para distinguir a las personas en cada etapa, de acuerdo a su preparación y predisposición para el cambio, el modelo indica que cada persona realiza determinadas actividades, para avanzar hacia el cambio de conducta, que pueden ser agrupadas en 10 procesos del cambio, cinco de ellos más enfocados en el plano cognitivo y los otros 5 centrados en el plano conductual (Marshall et al., 2003):

- **Concienciación:** aumentar la concienciación del problema de inactividad física y con ello la necesidad del cambio, a través de información, educación y retroalimentación personal sobre los aspectos saludables del comportamiento a adquirir.
- **Shock emocional:** ocurre cuando una persona experimenta un impacto emocional debido a experiencias negativas relacionadas con su conducta no saludable o experiencias esperanzadoras sobre el avance hacia la conducta deseada.
- **Autoevaluación:** evaluación de las consecuencias relevantes a nivel personal asociadas con la conducta a abandonar y la conducta a adquirir. Iniciar una identidad asociada a la nueva conducta.
- **Reevaluación ambiental:** darse cuenta de cómo su comportamiento poco saludable afecta a los demás y cómo podrían tener efectos más positivos al modificarlo.
- **Liberación social:** al tomar conciencia de que la sociedad apoya más el comportamiento saludable.

## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

- Autoliberación: creer en la propia capacidad de cambiar y hacer nuevos compromisos para actuar de acuerdo con esa creencia. Promover conductas satélites que apoyen el cambio del estilo de vida.
- Relaciones de ayuda: encontrar personas que apoyen su cambio el cambio de conducta y aceptar su ayuda.
- Contracondicionamiento: sustituir por formas saludables de actuar y pensar las formas no saludables, por ejemplo, hacer ejercicio en lugar de ver la televisión.
- Gestión del refuerzo: aumentar las recompensas que provienen del comportamiento positivo y reducir las que provienen del comportamiento negativo.
- Control de estímulos: utilizar recordatorios y señales que fomenten un comportamiento saludable como sustitutos de aquellos que fomentan el comportamiento no saludable, evitar situaciones asociadas a la conducta a modificar que animan a que se produzca. Por ejemplo, escribir el objetivo asociado a la conducta saludable y pegarlo en un lugar visible.

En general, para que las personas progresen necesitan, sentir autoeficacia, definida esta como la confianza de que pueden realizar y mantener cambios en situaciones difíciles que tientan a volver a su antiguo comportamiento, y un balance de decisiones referido a la toma de conciencia de que las ventajas de cambiar superan a las desventajas (Marshall et al., 2003).

- La Autoeficacia se refiere a la percepción de confianza que tienen los individuos en una situación específica para afrontar situaciones de alto riesgo sin recaer en sus hábitos poco saludables. Mayores niveles de autoeficacia conducen a menor tentación y mayores cambios de

comportamiento. La diferencia entre tentación y confianza disminuye con el progreso a través de las etapas del cambio. Un cambio en el nivel de autoeficacia puede predecir un cambio duradero en el comportamiento si existen incentivos y habilidades adecuados (Bock et al., 2001). Las fuentes de autoeficacia de Bandura (1977), (logros de ejecución, experiencia vicaria, persuasión verbal y aurosal) permiten a los facilitadores de actividad física garantizar mejor el cumplimiento de los patrones de actividad física y la modificación del comportamiento.

- El Balance de decisión: se refiere a las razones que tiene un sujeto para abandonar una conducta, sedentaria en este caso, y la motivación que pone en el intento. El balance de decisión surge de la valoración que realiza una persona de las ventajas y desventajas del cambio de conducta. Si en la precontemplación, las desventajas del cambio de conducta exceden a las ventajas, dará como resultado una baja motivación para el cambio incluso aunque el sujeto sepa las consecuencias negativas de la conducta sedentaria, si en cambio si las ventajas superan a las desventajas, los sujetos iniciaran los procesos conductuales del cambio, pero si ventajas e inconvenientes están igualados, darán lugar a una ambivalencia que puede resultar en una resistencia al cambio. Este balance decisional irá variando entre las etapas del cambio, durante el proceso de cambio, los individuos pasan gradualmente de los contras a los pros, formando una actitud más positiva hacia el comportamiento objetivo (Marcus et al., 1998).

Adams y White (2003) produjeron evidencia que sugiere que las intervenciones de promoción de la AF basadas en TTM son razonablemente efectivas para promover la adopción de la AF en adultos, pero tienen poca influencia en la adherencia a largo plazo a un mayor nivel de actividad. En este



sentido, Adams y White (2005) destacaron que, para desarrollar intervenciones basadas en el modelo, es crucial demostrar una buena comprensión de los diversos determinantes de la transición de etapa y las dimensiones adicionales. y argumentaron que el modelo Transteórico se centra en la motivación personal para el cambio de comportamiento y no tiene en cuenta factores externos y sociales como la edad, el género y la posición socioeconómica, por lo que puede que no sea apropiado para el comportamiento de ejercicio físico en preadolescentes debido que el nivel de compromiso con el ejercicio está significativamente relacionado con el género, la edad y el grado (Cardinal, Engels & Zhu, 1998).

### II.3. ENTORNO SOCIAL

El entorno se define como lo que rodea al sujeto, un sistema organizativo que tiene influencia sobre él. El buen funcionamiento del entorno está determinado por las interacciones y relaciones sociales, esto implica la necesaria participación conjunta de comunicación y traspaso de información de cada elemento social.

El entorno sociocultural queda conformado por la estructura sociodemográfica, sus valores y su cultura social. El individuo se educa en el deporte ya que a través de él interioriza una serie de valores básicos para su socialización.

Además de las cualidades físicas de base, dentro de las variables que afectan al rendimiento deportivo, encontramos los aspectos psicológicos y el apoyo del entorno (familia, amigos, entrenadores, club) (Masnou & Puig, 1999).

Los agentes psicosociales de mayor influencia en la vida del joven deportista son los padres y entrenadores, seguidos por los compañeros y amigos. El joven deportista va conformando su confianza a partir de la interiorización de las

percepciones provenientes de esas redes de apoyo social, por medio de la calidad de los feedbacks y del refuerzo que obtiene ante su actuación, y su mejor o peor adaptación al entorno de la competición deportiva dependerá del desarrollo equilibrado de los procesos cognitivos, sociales y afectivos en su interacción con ese entorno (Pallarés, 1998).

Estos agentes contribuyen a que el deportista perciba la práctica deportiva como algo importante a un nivel personal de forma que promueva su desarrollo psico-social (Brustad, 1988, 1992).

La competición es un contexto de maduración psicosocial donde el estatus personal, la aceptación por el grupo de iguales y el autoconcepto se conforman y desarrollan (Evans & Roberts, 1987).

Tanto los padres como los entrenadores, deberían minimizar la importancia de ganar como medida de autovaloración, y enfatizar el mérito de lograr objetivos personales que sean realistas para los niños/as. Enseñando a que el niño valore el aprendizaje, la mejora de ejecución y su desarrollo y que esto sea más importante que la obtención de resultados (Martens, 1993).

Los entornos que enfatizan el proceso de aprendizaje, la participación, el dominio de la tarea y la resolución de problemas tienden a fomentar la aparición de una implicación a la tarea (Cervelló, 2002).

Para aumentar la motivación, los niños/as necesitan ser evaluados por su mejora y esfuerzo, y no sólo por su ejecución en comparación con la de otros deportistas. Los adultos deben reconocer que es mucho más importante para los niños/as desarrollar visiones realistas y positivas de ellos mismos que derrotar a sus adversarios.

Los refuerzos y feedbacks positivos acompañados de afecto se asocian con una mayor percepción de competencia y motivación intrínseca, mientras que una respuesta negativa y/o un deficiente apoyo social, merma la confianza de los jóvenes deportistas y los hace sentirse continuamente a prueba ante los demás y puede derivar en una excesiva preocupación por los resultados de la competición (Brustad, 1992).

### **II.3.1. Entrenadores**

Los entrenadores juegan un papel determinante en las etapas iniciales deportivas. Para dotar de experiencias positivas a los deportistas ha de crear un clima de logro, donde se reconozca y valore la mejora personal, el esfuerzo, el interés por la actividad, el aprendizaje, la ejecución y los logros autoreferenciados a través de refuerzos positivos y feedbacks bien proporcionados (Boixadós et al., 1998).

El papel motivador del entrenador, dedicación y entusiasmo es clave para el establecer un clima favorable, para el entrenamiento, el aprendizaje, el progreso y el compromiso, factores claves para el desarrollo de la persona deportista (Sánchez, 2002).

Desde la perspectiva social cognitiva, el entrenador es un agente social, tanto por las variables personales como por las situacionales, que serán las responsables de los pensamientos, sentimientos y conductas de las personas, tres ámbitos que han de funcionar en coherencia dinámica. El entrenador es el encargado de crear entornos y objetivos de logro, que guíen el comportamiento de los jóvenes deportistas hacia creencias de logro y habilidad (Nicholls, 1989).

Es importante que el entrenador sea consciente de que es un poderoso agente de influencia a la hora de dar confianza y esclarecer dudas, dotar de entusiasmo, sentimientos de competencia y sensaciones de flujo al deportista, para poder guiar consecuentemente la carrera deportiva (Ruiz-Pérez & Sánchez Bañuelos, 1997).

Los entrenadores influyen en los niveles de confianza de sus deportistas a través de sus expectativas, conductas e interacción con ellos/as en su día a día. Feltz et al., (1999) crearon un modelo conceptual para la autoeficacia del entrenador que incluye cuatro elementos, que son, la estrategia de juego, la motivación, la técnica y la formación del carácter.

El objetivo de los entrenadores en la primera fase deportiva, no es otro sino el de atraer al niño/a hacia la especialidad, sin que sea determinante un gran nivel en el formador (Côté & Hay, 2002). En esta etapa la tarea de monitores y entrenadores es diseñar un ambiente de aprendizaje centrado en la mejora de la ejecución y no en los resultados, tanto en entrenamientos como en competición. La motivación del niño aumenta cuando se sienten evaluados por su mejora y esfuerzo, y no sólo por su ejecución en comparación con la de otros deportistas.

Martens et al., (1995) destacan en el entrenador las características de capacidad de comunicación, capacidad de aplicar los principios del refuerzo y la capacidad de motivación.

Los entrenadores deben poseer dominio de ciertas competencias, concretamente:

- Competencias comunicativas, a la hora de dar explicaciones claras de la tarea.

## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

- Competencias de feedback, para dar al deportista conocimiento de los resultados y corrección de errores.
- Competencias motivacionales a la hora de establecer tareas variadas que permitan el éxito al deportista.
- Competencias organizativas para lograr un mayor aprovechamiento del tiempo y mayor participación en las sesiones.

Una mayor utilización de estas competencias hace minimizar errores y aumentar el éxito en la enseñanza.

### **II.3.2. Madres y padres**

Además de los entrenadores, que sobre todo en las etapas iniciales son los encargados de establecer un clima de entrenamiento favorable, la familia juega un papel muy importante, deben compartir el entusiasmo del entrenador y ayudar a los jóvenes deportistas a tomar conciencia de la responsabilidad de su actividad para lograr en ellos el desarrollo de la autoestima, motivación, competencia y el logro personal (Sánchez, 2002).

La calidad de la relación entre entrenador y deportista está condicionada por la influencia paterna y materna. La familia debe apoyar las decisiones del entrenador para fomentar una relación positiva entre entrenadora-deportista y viceversa.

Los padres han de mostrar un interés y dedicación adecuados por la participación deportiva de sus hijos/as, han de aceptar tanto sus éxitos como fracasos y evitar situaciones extremas, como ignorar la práctica deportiva de los niños/as o estar demasiado implicados en ella, llegando a crear una presión excesiva.

Por ello, sería ideal que los padres y madres reconsiderasen y reorientasen el concepto de éxito deportivo, para reducir el nivel de presión sobre sus jóvenes hijos/as deportistas, incitándoles a centrarse más en el proceso, evitando focalizar la atención en los premios (Lorenzo & Calleja, 2010).

Los niños/as que tienen presión entienden el deporte más como un deber que como una forma de diversión. Estos niños/as sufren mucho más riesgo de abandonar la práctica de la actividad deportiva (Holt & Dunn, 2004).

Brustad (1996) señala que la influencia de los padres en el proceso de socialización del niño es muy importante, sobre todo hasta los 8 años, ya que hasta entonces el niño no ha establecido una red de relaciones sociales, está más tiempo con la familia y confía en el feedback de los adultos para evaluar su competencia personal.

Como los padres entiendan el deporte, reglas, valores, recompensas, condicionarán la manera de entender y vivir el deporte de sus hijos/as. Las familias tienen una importante influencia en el desarrollo de la habilidad, la pericia y el compromiso del niño en el deporte (Kidman et al., 1999).

Las expectativas que los padres tienen sobre sus hijos/as influyen sobre la percepción de competencia y autonomía de estos. Dado que las expectativas están parcialmente fundamentadas en valores estereotipos culturales, este aspecto es clave para describir diferencias de género y diferencias de capacidad. Si los padres piensan que sus hijos/as no están suficientemente capacitados para un deporte o una actividad es muy probable que estos/as lo perciban igual (Gil de Montes et al., 2007).

## II.4. ATLETISMO

El atletismo es un deporte fundamentado en tres de los movimientos más básicos del ser humano: correr, saltar y lanzar. De este modo, entendemos el atletismo como un conjunto de prácticas deportivas integradas por habilidades y destrezas básicas en el comportamiento motor del ser humano, actividades realizadas permanentemente por el hombre en su relación con la naturaleza. Algunos autores lo consideran como un deporte fundamental ya que sus gestos básicos están arraigados al ser humano (Polischuk, 2003). Estas prácticas han sido adaptadas y reglamentadas para la competición, la cual tiene por objeto, la superación a través de la disciplina y el esfuerzo personal.

El atletismo es un deporte principalmente individual, que ofrece también la posibilidad de competiciones por equipos (campeonatos de clubes) y de relevos. Los deportes individuales son aquellos en los que el practicante ha de vencer determinadas dificultades superándose a sí mismo con relación a un tiempo o una distancia comparándose con otros. En las pruebas de saltos y lanzamientos la actuación es individual y en el caso de carreras la actuación de los competidores es simultánea.

El atletismo es considerado un deporte fundamental, ya que sus gestos motrices básicos, carreras, saltos y lanzamientos están arraigados a la naturaleza humana. El atletismo es el deporte más universal y natural de todos, en el que se desarrollan todas las cualidades físicas, velocidad, resistencia, fuerza y flexibilidad. Practicar este deporte, puede servir como base sólida tanto a nivel físico como motriz, para la gran mayoría de los deportes (Hornillos, 2000).

La disciplina deportiva del atletismo se compone de varias modalidades, agrupadas en tres grandes grupos: las carreras, los saltos y los lanzamientos.

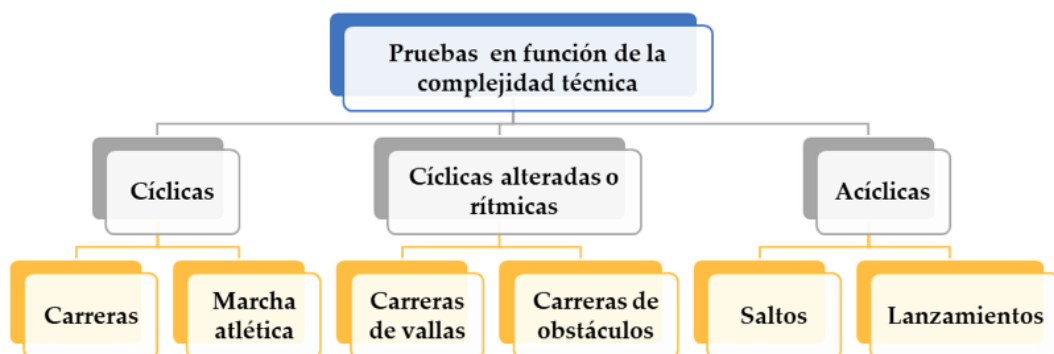
Antón (1989), define el atletismo como un deporte individual y psicomotriz, cuya incertidumbre en su realización, proviene exclusivamente del adversario o del entorno. Parlebas (1988), lo define el atletismo como una situación motriz de competición estructurada e institucionalizada, en la que el deportista se desenvuelve, en la mayoría de las pruebas, en solitario, donde su objetivo ha de ser superarse a sí mismo con relación a un tiempo, una distancia o unas ejecuciones técnicas, en las que compite con otros en igualdad de condiciones.

La técnica, es un componente básico del atletismo. Para poder entender mejor las claves del éxito, y los procesos cognitivos del deportista Valero y Gómez (2013), clasifican las pruebas atléticas de la siguiente manera (Figura 12):

- Cíclicas: las pruebas basadas en la carrera y la marcha.
- Cíclicas alteradas o cíclicas rítmicas: las carreras de vallas y obstáculos, en la que se altera la secuencia determinada en el ciclo básico de la carrera.
- Acíclicas: los saltos y lanzamientos. Caracterizados por una gran complejidad técnica donde se realiza una fase de aceleración, seguida de una fase explosiva, en que la se proyecta el propio cuerpo o el artefacto.

**Figura 12**

*Distribución de las pruebas de atletismo en función de su complejidad técnica.*





## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

En las Figuras 13, 14, 15 y 16 se muestran las distintas pruebas que existen por género, categoría y temporada.

Figura 13

*Pruebas autorizadas aire libre hombres*

Modalidad	Sénior (2000 a Master)	Sub-23 (01-02-03)	Sub-20 (04 y 05)	Sub-18 (06 y 06)	Sub-16 (08 y 09)	Sub-14 (10 y 11)	Sub-12 (12 y 13)	Sub-10 Sub-8 (14 y posterior)
Carreras	100 m	100 m	100 m	100 m	100 m	80 m	60 m	50 m
	200 m	200 m	200 m	200 m	-----	150 m	-----	-----
	400 m	400 m	400 m	400 m	300 m	-----	-----	-----
	800 m	800 m	800 m	800 m	600 m	500 m	500 m	500 m
	1.500 m	1.500 m	1.500 m	1.500 m	1.000 m	1.000 m	1.000 m	1.000 m
	5.000 m	5.000 m	5.000 m	3.000 m	3.000 m	3.000 m	2.000 m	2.000 m
10.000 m	10.000 m	10.000 m	5.000 m	-----	-----	-----	-----	
Ruta	Medio Maratón	Medio Maratón	Medio Maratón	10 km	-----	-----	-----	-----
	Maratón	Maratón						
	100 km	100 km						
Trail Running	Sin límite de distancia	Sin límite de distancia	Hasta 34 km	Hasta 5 km	Hasta 5 km	-----	-----	-----
Vallas	110 m vallas (1,067)	110 m vallas (1,067)	110 m vallas (0,99)	110 m vallas (0,914)	100 m vallas (0,914)	80 m vallas (0,84)	-----	-----
	400 m (0,914)	400 m (0,914)	400 m (0,914)	400 m (0,84)	300 m (0,84)	220 m (0,76)	-----	-----
	3.000 m obs. (0,914)	3.000 m obs. (0,914)	3.000 m obs. (0,914)	2.000 m obs. (0,838)	1.500 m obs. (0,762)	1.000 m obs (0,762)	-----	-----
Saltos	S. Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura
	S. Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	-----
	S. Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud
Lanzamientos	Triple	Triple	Triple	Triple	Triple	Triple *	-----	-----
	Peso 7,260	Peso 7,260	Peso 6kg	Peso 5kg	Peso 4kg	Peso 3kg	Peso 2kg	Peso 2kg
	Disco 2kg	Disco 2kg	Disco1,750kg	Disco1,5kg	Disco 1kg	Disco 800gr	Disco 600gr	Disco 600gr
	Jabalina 800gr	Jabalina 800gr	Jabalina 800gr	Jabalina 700gr	Jabalina 600gr	Jabalina 500gr	Jabalina400gr Pelota 300gr	Pelota 200gr
	Martillo 7,26kg	Martillo 7,26kg	Martillo 6kg	Martillo 5kg	Martillo 4kg	Martillo 3kg	Martillo 2kg	Martillo 2kg
Relevos	4 x 100 m	4 x 100 m	4 x 100 m	4 x 100 m	4 x 100 m	4 x 80 m	4 x 60 m	4 x 50 m
	4 x 400 m	4 x 400 m	4 x 400 m	4 x 400 m	4 x 300 m			
Marcha	20 km	20 km	10 km	5 km	5 km	2 km-3 km	2 km	1 km
	35 km	35 km	20 km	10 km	10 km	5 km	3 km	2 km
	Decatlón	Decatlón	Decatlón	Decatlón	Octatlón	Exatlón	Triatlón	Triatlón
Combinadas	100 m	100 m	100 m	100 m	100 m	80 m	60 m	50 m
	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Peso(4kg)	Longitud	Longitud	Longitud
	Peso	Peso	Peso (6kg)	Peso (5kg)	Altura	Peso	Peso	Peso
	Altura	Altura	Altura	Altura	Disco(1kg)			
	400 m	400 m	400 m	400 m				
	110 m vallas (1,067)	110 m vallas (1,067)	110 m vallas (0,99)	110 m vallas (0,914)	100 m vallas (0,914)	80 m vallas (0,84)		
	Disco	Disco	Disco	Disco	Pértiga	Altura		
	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Jabalina	Jabalina		
	Jabalina	Jabalina	Jabalina	Jabalina	1000 m			
	1.500 m	1.500 m	1.500 m	1.500 m				

Nota. Adaptado de RFEA. (01 de diciembre de 2022). *CIRCULAR N<sup>o</sup>:234/2022. Área de Competiciones y Eventos.* <https://www.rfearanking.es/sites/default/files/2023-03/234-2022.pdf>

Figura 14

Pruebas autorizadas aire libre mujeres

Modalidad	Sénior (2000 a Master)	Sub-23 (01-02-03)	Sub-20 (04 y 05)	Sub-18 (06 y 06)	Sub-16 (08 y 09)	Sub-14 (10 y 11)	Sub-12 (12 y 13)	Sub-10 Sub-8 (14 y posterior)
Carreras	100 m	100 m	100 m	100 m	100 m	80 m	60 m	50 m
	200 m	200 m	200 m	200 m	200 m	150 m	-----	-----
	400 m	400 m	400 m	400 m	300 m	-----	-----	-----
	800 m	800 m	800 m	800 m	600 m	500 m	500 m	500 m
	1.500 m	1.500 m	1.500 m	1.500 m	1.000 m	1.000 m	1.000 m	1.000 m
	5.000 m	5.000 m	3.000 m	3.000 m	3.000 m	3.000 m	2.000 m	2.000 m
	10.000 m	10.000 m	5.000 m	5.000 m	-----	-----	-----	-----
Ruta	Medio Maratón	Medio Maratón	Medio Maratón	10km	-----	-----	-----	-----
	Maratón	Maratón	-----	-----	-----	-----	-----	-----
	100km	100km	-----	-----	-----	-----	-----	-----
<u>Trail Running</u>	Sin límite de distancia	Sin límite de distancia	Hasta 34 km	Hasta 5 km	-----	-----	-----	-----
Vallas	100 m vallas (0,84)	100 m vallas (0,84)	100 m vallas (0,84)	100 m vallas (0,762)	100 m vallas (0,762)	80 m vallas (0,762)	-----	-----
	400 m vallas (0,762)	400 m vallas (0,762)	400 m vallas (0,762)	400 m vallas (0,762)	300 m vallas (0,762)	220 m vallas (0,762)	-----	-----
	3.000 obs (0,762)	3.000 obs (0,762)	3.000 obs (0,762)	2.000 obs (0,762)	1.500 obs (0,762)	1.000 obs (0,762)	-----	-----
Saltos	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura
	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	-----
	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud
	Triple	Triple	Triple	Triple	Triple	Triple *	-----	-----
Lanzamientos	Peso 4kg	Peso 4kg	Peso 4kg	Peso 3kg	Peso 3kg	Peso 3kg	Peso 2kg	Peso 2kg
	Disco 1kg	Disco 1kg	Disco 1kg	Disco 1kg	Disco 800gr	Disco 800gr	Disco 600gr	Disco 600gr
	Jabalina 600gr	Jabalina 600gr	Jabalina 600gr	Jabalina 500gr	Jabalina 500gr	Jabalina 400gr	Jabalina400gr Pelota 300gr	Pelota 200gr
Relevos	Martillo 4kg	Martillo 4kg	Martillo 4kg	Martillo 3kg	Martillo 3kg	Martillo 3kg	Martillo 2kg	Martillo 2kg
	4 x 100	4 x 100	4 x 100	4 x 100	4 x 100	4 x 80	4 x 60	4 x 50
Marcha	4 x 400	4 x 400	4 x 400	4 x 400	4 x 300	-----	-----	-----
	10 km	10 km	5 km/10 km	5 km	3 km	2 km/3 km	2 km	1 km
	20 km	20 km	20 km	10 km	5 km	5 km	3 km	2 km
	35 km	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----
Combinadas	Heptatlón	Heptatlón	Heptatlón	Heptatlón	Exatlón	Pentatlón	Triatlón	Triatlón
	100 m vallas	100 m vallas	100 m vallas	100 m vallas	100 m vallas	80 m vallas	60 m	50 m
	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Longitud	Longitud
	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso
	200 m	200 m	200 m	200 m	200 m	200 m	-----	-----
	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	-----	-----
	Jabalina	Jabalina	Jabalina	Jabalina	Jabalina	Jabalina	-----	-----
800 m	800 m	800 m	800 m	600	-----	-----	-----	

Nota. Adaptado de RFEA. (01 de diciembre de 2022). CIRCULAR N<sup>o</sup>:234/2022. *Área de Competiciones y Eventos*. <https://www.rfearanking.es/sites/default/files/2023-03/234-2022.pdf>

Figura 16

Pruebas autorizadas pista cubierta hombres

Categoría	Sénior (2000 a Master)	Sub-23 (01-02-03)	Sub-20 (04 y 05)	Sub-18 (06 y 06)	Sub-16 (08 y 09)	Sub-14 (10 y 11)	Sub-12 (12 y 13)	Sub-10 Sub-8 (14 y posterior)
Carreras	60 m	60 m	60 m	60 m	60 m	60 m	60 m	50 m
	200 m	200 m	200 m	200 m	-----	-----	-----	-----
	400 m	400 m	400 m	400 m	300 m	-----	-----	-----
	800 m	800 m	800 m	800 m	600 m	500 m	500 m	500 m
	1.500 m	1.500 m	1.500 m	1.500 m	1.000 m	1.000 m	1.000 m	1.000 m
	3.000 m	3.000 m	3.000 m	3.000 m	3.000 m	2.000 m	-----	-----
Vallas	60 m vallas (1,067)	60 m vallas (1,067)	60 m vallas (0,99)	60 m vallas (0,914)	60 m vallas (0,914)	60 m vallas (0,84)	-----	-----
Saltos	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura
	Longitud	Longitud	Longitud	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	-----
	Triple	Triple	Triple	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud
	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Triple	Triple	Triple*	-----	-----
Lanzamientos	Peso 7,26 kg	Peso 7,26 kg	Peso 6 kg	Peso 5 kg	Peso 4 kg	Peso 3 kg	Peso 2 kg	Peso 2 kg
Pruebas Combinadas	Heptatlón	Heptatlón	Heptatlón	Heptatlón	Exatlón	Pentatlón	Triatlón	Triatlón
	60 m	60 m	60 m	60 m	60 m	60 m	60 m	50 m
	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud
	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso
	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura		
	60 m vallas (1,067)	60 m vallas (1,067)	60 m vallas (1,00)	60 m vallas (0,914)	60 m vallas (0,914)	60 m vallas (0,84)		
	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	1000 m			
	1000 m	1000 m	1000 m	1000 m				

Nota. Adaptado de RFEA. (01 de diciembre de 2022). CIRCULAR N<sup>o</sup>:234/2022. Área de Competiciones y Eventos. <https://www.rfearanking.es/sites/default/files/2023-03/234-2022.pdf>

Figura 15

Pruebas autorizadas pista cubierta mujeres

Categoría	Sénior (2000 a Master)	Sub-23 (01-02-03)	Sub-20 (04 y 05)	Sub-18 (06 y 06)	Sub-16 (08 y 09)	Sub-14 (10 y 11)	Sub-12 (12 y 13)	Sub-10 Sub-8 (14 y posterior)
Carreras	60 m	60 m	60 m	60 m	60 m	60 m	60 m	50 m
	200 m	200 m	200 m	200 m	-----	-----	-----	-----
	400 m	400 m	400 m	400 m	300 m	-----	-----	-----
	800 m	800 m	800 m	800 m	600 m	500 m	500 m	500 m
	1.500 m	1.500 m	1.500 m	1.500 m	1.000 m	1.000 m	1.000 m	1.000 m
	3.000 m	3.000 m	3.000 m	3.000 m	3.000 m	2.000 m	-----	-----
Vallas	60 m vallas (0,84)	60 m vallas (0,84)	60 m vallas (0,84)	60 m vallas (0,762)	60 m vallas (0,762)	60 m vallas (0,762)	-----	-----
Saltos	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura
	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud
	Triple	Triple	Triple	Triple	Triple	Triple *	-----	-----
	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	-----
Lanzamientos	Peso 4 kg	Peso 4 kg	Peso 4 kg	Peso 3 kg	Peso 3 kg	Peso 3 kg	Peso 2 kg	Peso 2 kg
Pruebas Combinadas	Pentatlón	Pentatlón	Pentatlón	Pentatlón	Pentatlón	Tetratlón	Triatlón	Triatlón
	60 m vallas	60 m vallas	60 m vallas	60 m vallas	60 m vallas	60 m vallas	60 m	50 m
	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Peso	Longitud	Longitud
	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso	Longitud	Peso	Peso
	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	60 m		
	800 m	800 m	800 m	800 m	600 m			

Nota. Adaptado de RFEA. (01 de diciembre de 2022). CIRCULAR N<sup>o</sup>:234/2022. Área de Competiciones y Eventos. <https://www.rfearanking.es/sites/default/files/2023-03/234-2022.pdf>

#### II.4.1. Carreras y salida de tacos

La Carrera engloba las diferentes disciplinas de velocidad, medio fondo y fondo.

Se considera como un ejercicio cíclico de desplazamiento donde se busca velocidad y/o economía. La descripción técnica de la prueba se describe a continuación siguiendo las recomendaciones de García-Roca et al., (2021) y Vélez (2008).

La técnica de carrera se divide en fase de apoyo y en fase de vuelo. Posteriormente se pueden analizar los diferentes segmentos determinantes, como la pierna libre, la acción de la cadera, tronco y cabeza y brazos.

1) Fase de apoyo: en la pierna de apoyo se distinguen tres fases, amortiguación, sostén e impulsión.

a) La amortiguación se inicia cuando el pie toma contacto con el suelo, intentando que sea lo más cercano posible a la proyección del centro de masas y termina cuando la proyección de la cadera se coloca justo encima de dicho pie. En esta fase se produce un ligero frenado así que se ha de buscar que sea lo más corta posible, para lo que el pie debe estar siempre bien armado y buscar una buena acción de zarpazo con el metatarso al buscar el suelo, siendo proporcionalmente menos agresiva a medida que sube la distancia a correr.

b) La fase de sostén corresponde al momento en que la proyección de la cadera se sitúa en la vertical del apoyo. Se considera fase neutra al no poder imprimir velocidad horizontal y la fuerza se usa para el sostén del cuerpo, evitando que ceda la pierna de apoyo. La cadera alcanza a su punto más bajo por la flexión de la pierna de apoyo y la pierna libre debe acercarse a la inserción isquio-glútea.

## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

c) La fase de impulsión se inicia al pasar la vertical del apoyo y hasta que el pie pierde el contacto con el suelo. Se caracteriza por una extensión de las articulaciones hasta la posición de tándem de carrera con la máxima abertura entre brazos y piernas.

La acción de la pierna libre está ligada a la pierna de apoyo. Ayuda a la efectividad del impulso y debe estar coordinada con la otra pierna. Se distinguen dos fases.

a) En el plano posterior, una vez el pie de apoyo se despegó del suelo, se flexiona la rodilla buscando que el pie pase cerca del glúteo de manera circular. Es determinante en la elevación correcta de la rodilla y hacer una buena amplitud de paso.

b) En su plano anterior la rodilla pasa hacia delante y arriba guiando el movimiento hacia delante. Cuando la pierna de apoyo finaliza la impulsión, la pierna libre debe buscar el suelo de forma activa de arriba hacia abajo y de adelante hacia atrás.

En la carrera también resulta importante la acción de la cadera, buscando una posición en retroversión para favorecer una buena amplitud y preparar un contacto más activo.

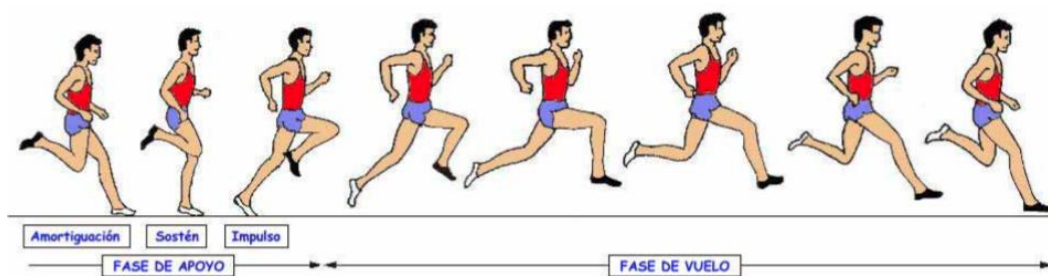
2) Fase de vuelo: es la fase más pasiva de la carrera y su duración estará íntimamente relacionada con la velocidad de desplazamiento. Esta fase empieza con el despegue de la pierna de impulso y termina con el posterior contacto de la pierna libre.

En cuanto a los demás segmentos durante la carrera, el tronco debe estar perpendicular al suelo, y la cabeza se colocada en prolongación de este. Se debe evitar un exceso de tensión que se pueda trasladar al resto del cuerpo.

Por último, la sección de brazos debe ser estar coordinada con las piernas y ayudando al movimiento hacia delante. La trayectoria que siguen es paralela al eje de carrera, con una pequeña convergencia hacia el interior y por delante. La amplitud debe ser marcada, no sobrepasando la barbilla por delante y la cadera por detrás. Dicha amplitud irá en aumento dependiendo de la velocidad que se pretenda conseguir acorde a la prueba realizada de carrera.

### Figura 17

*Fases de la carrera*



Nota. Tomado de *Carreras y Marcha: Las técnicas de carrera* (p.6), por M. Vélez, 2008, Rendiment Atletisme I. I.N.E.F (Barcelona).

A continuación se expondrán los aspectos técnicos más relevantes de las tres fases de la salida de tacos.

1) Colocación tacos de salida: los tacos deben colocarse de manera que al adoptar la posición de listos, las angulaciones sean las propicias a las características físicas y técnicas del atleta. Por esa razón se pueden modificar aspectos como la distancia a la línea de salida, distancia entre tacos, angulaciones de las paredes, colocación de las caderas en el listos y apoyo de las manos en relación a la proyección vertical y horizontal.

2) Posición a sus puestos: todo debe estar condicionado a una buena posición del listos, por lo tanto esta posición nos debe facilitar el llegar a dicha posición con

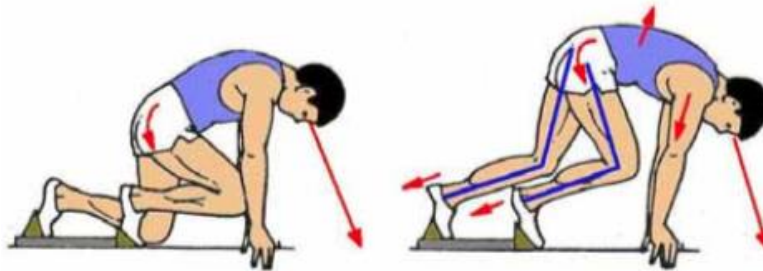
comodidad y facilidad. Los pies están en contacto con los tacos, rodilla trasera en el suelo, caderas y hombros perpendiculares a la dirección de carrera, cabeza relajada y brazos extendidos y relajados.

3) Posición del listos: la posición de la cadera debe permitir empujar los tacos para mantener una trayectoria paralela al suelo. Menos subida más exigencia de fuerza que si lo está más y cada atleta usará el ángulo más efectivo para su empuje.

La separación de las manos debe ser mínimo la anchura de los hombros. Cuanto más se abran las manos, mayor será el peso a soportar. La mano se apoya por el pulgar y el índice dejando el resto de dedos en cuña. Normalmente en esta posición se adelanta ligeramente la posición de los hombros en relación a las manos, pero a mayor angulación más niveles de fuerza se necesitan.

### Figura 18

*Fase de "a sus puestos" y "listos" en la salida de tacos.*



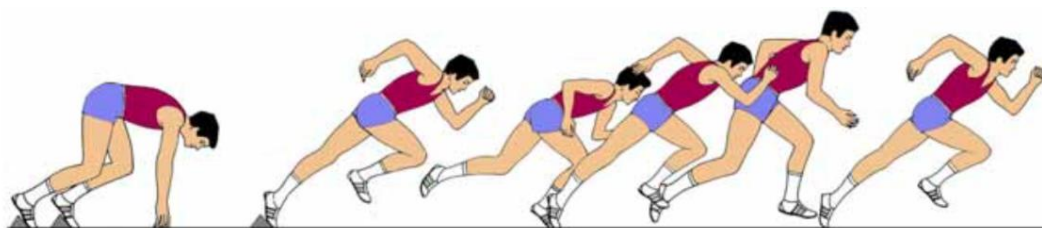
Nota. Tomado de *Carreras y Marcha: Las salidas* (p.7), por M. Vélez, 2008, Rendiment Atletisme I. I.N.E.F (Barcelona).

4) Aplicación y reacción de las fuerzas: El tiempo de reacción es entrenable y así se debe practicar con diferentes situaciones. Una buena aplicación de las fuerzas en los tacos permite una mayor aceleración. Normalmente empieza la aplicación de fuerza en el taco posterior, pero siendo más duradero en el tiempo el pico de

fuerza del taco delantero. Tras el disparo se produce una extensión de la pierna trasera y la delantera le sigue una vez la ha adelantado. Los brazos actúan de forma alterna y coordinada al gesto. Una buena salida viene dada por una buena reacción, una salida rápida de tacos, primer apoyo rápido y en tensión en la vertical o detrás C.M y un buen encadenamiento de las siguientes zancadas.

### Figura 19

*Primeros apoyos en la salida de tacos*



Nota. Tomado de *Carreras y Marcha: Las salidas* (p.13), por M. Vélez, 2008, Rendiment Atletisme I. I.N.E.F (Barcelona).

#### II.4.2. Marcha atlética

La Marcha es una prueba que se encuentra dentro de la modalidad de carreras. La descripción técnica de la prueba es la propuesta por Vélez y Marín (2008).

Podemos dividir la técnica en dos fases:

1) Fase de doble apoyos proporciona aceleración y prepara la colocación del pie libre. Sucede cuando termina el impulso de un pie y se inicia el contacto del otro. La frecuencia y/o amplitud del paso viene muy marcada en esta fase y dependerá de las condiciones físicas y antropométricas de cada atleta.



## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

2) Fase de apoyo simple: esta fase es necesaria para mantener siempre un apoyo en el suelo tal y como exige el reglamento y podemos diferenciar tres subfases.

a) Tracción: el objetivo de esta subfase es minimizar las fuerzas de freno y las oscilaciones verticales del C.M del atleta. Se inicia con el contacto del talón en el suelo y termina al pasar por la vertical del cuerpo sobre el pie de apoyo. Debe acompañarse de una oscilación correcta de la pelvis y del braceo.

b) Sostén: esta subfase sirve de enlace entre la tracción y la impulsión. El reglamento establece que la pierna debe estar totalmente extendida por la rodilla en la vertical con el centro de gravedad del marchador. Todo el peso del cuerpo descansa sobre la pierna, por lo que el cuerpo debe estar relajado. En esta fase la cadera del pie de apoyo se encuentra en su punto más alto y la contraria en el más bajo.

c) Impulsión: en esta subfase se busca acelerar y preparar los segmentos para la fase de doble apoyo. Se inicia al pasar la vertical del cuerpo por delante del pie de apoyo. En todo momento una buena acción de brazos y caderas que ayudarán a la correcta realización y optimización de la técnica.

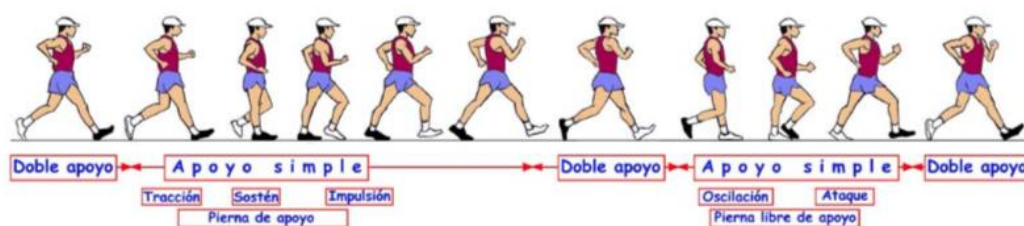
A parte de las fases anteriormente descritas, existen varios aspectos técnicos individuales a destacar:

- La colocación de los pies. Se realizará siempre en una misma línea y dirección, y el apoyo siempre será rodado, iniciando el contacto con el talón, pasando por el borde externo de la planta del pie y llegando al metatarso donde se produce el empuje acabando por el primer dedo del pie.

- El movimiento de las caderas busca minimizar la elevación de estas y lograr un paso más efectivo, gracias a la rotación en los planos vertical y horizontal.
- Los brazos buscan absorber las rotaciones de la pelvis y deben ayudar a la impulsión, gracias a un movimiento amplio, energético y sincronizado, con el codo flexionado a 90°, llegando delante a la altura del esternón y por detrás la mano, cerrada pero sin tensión, no debe pasar por detrás del tronco.

**Figura 20**

*Fases de la Marcha Atlética*



Nota. Tomado de *Carreras y Marcha: Marcha atlética* (p.10), por M. Vélez y J. Marín, 2008, Rendiment Atletisme I. I.N.E.F (Barcelona).

### II.4.3. Carreras de vallas

Las pruebas de vallas se encuentran en el sector de carreras. Dentro de las carreras de vallas podemos distinguir carreras de corta (60-80-100-110m) y larga distancia (220-300-400m). Siguiendo el modelo técnico propuesto por Vélez (2008), pueden distinguirse seis fases:

1) Salida y aceleración hasta la primera valla: La colocación en los tacos es algo más horizontal a la salida de las carreras lisas y el corredor se endereza antes,

## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

haciendo los primeros pasos de impulso y los posteriores buscando la máxima velocidad. La amplitud de la zancada va aumentando progresivamente, excepto el último paso que se recorta ligeramente para la batida. El objetivo de esta fase es conseguir la máxima aceleración posible hasta la primera valla, además de lógicamente preparar su franqueo.

2) Impulso y ataque de las vallas: Es muy importante siempre seguir la línea de carrera, buscando flexionar la pierna de ataque por la rodilla, para acercar el pie a la inserción del glúteo, y desde ahí lanzarla enérgicamente hacia delante. Para ello la pierna de impulso se extiende totalmente imprimiendo la máxima velocidad. En cuanto a los brazos, deben permanecer cerca del cuerpo y coordinados para una buena rentabilidad del ataque.

3) Franqueo: El objetivo debe ser alterar lo mínimo la dinámica de carrera. La altura de la valla hace que los hombres deban modificar más la posición del centro de masas en comparación a las mujeres. En esta fase, la pierna de ataque buscará lo más rápido posible el suelo una vez haya sobrepasado el travesaño de la valla, y la pierna batida se abrirá para pasar rasa y posteriormente dirigirse enérgicamente hacia delante, convirtiéndose así en la pierna de paso.

4) Aterrizaje: la pierna de ataque busca rápidamente el suelo aterrizando de metatarso, con la intención de salir lo más rápidamente posible, coincidiendo ese contacto con el punto más alto de la pierna de paso. Ha de haber una buena alineación del cuerpo y sus segmentos en ese momento para perder la mínima velocidad de cara a afrontar la siguiente valla.

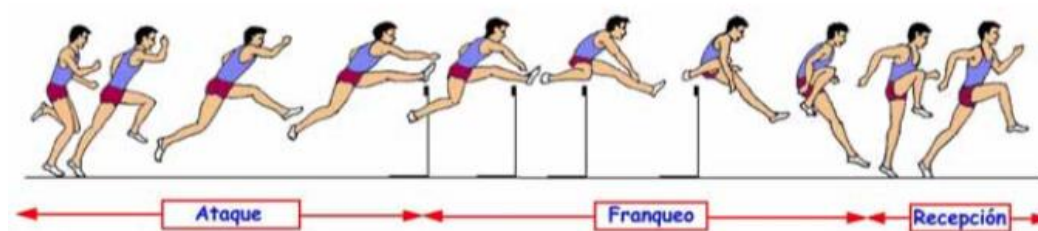
5) Carrera entre vallas: En esta fase se busca recuperar la máxima velocidad posible pérdida en el vuelo de la valla y el mantener el ritmo a medida que avanza en la carrera.

La distancia entre vallas está prefijada, aspecto que obliga a realizar una zancada artificial adaptada a ella y siempre de tres pasos, aunque en el caso de las categorías menores se dará más importancia a la velocidad de carrera y no a la amplitud del paso, por lo que se pueden dar cuatro pasos entre vallas e ir alternando la pierna de ataque.

6) Carrera final a meta: Es el segmento liso más largo y el objetivo es conseguir la máxima velocidad horizontal posible para llegar antes a la meta, para lo que se ha de evitar la precipitación y mantener un movimiento coordinado.

### Figura 21

*Ataque, franqueo y recepción de la valla*



Nota. Tomado de *Carreras y Marcha: Las pruebas de vallas* (p.10), por M. Vélez, 2008, Rendiment Atletisme I. I.N.E.F (Barcelona).

#### II.4.4. Salto de altura

El Salto de Altura es una prueba que se encuentra dentro de la modalidad de los saltos y más específicamente de los saltos verticales. Siguiendo el modelo técnico propuesto por Triadó (2021), pueden distinguirse cuatro fases:

1) Carrera de Impulso: los objetivos de esta fase son prepararse para la batida y lograr una velocidad horizontal óptima para el salto. Todos los aspectos que la determinan deben realizarse para cumplir dichos objetivos.

## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

A diferencia del resto de saltos, esta carrera tiene la forma particular de J invertida, realizando pasos en línea recta y culminando con pasos en curva hasta el punto de batida. Los pasos en cada zona dependen de muchos aspectos, pero siempre deben estar enfocados a conseguir los objetivos citados.

En relación al ritmo y técnica de carrera, esta debe ser progresivamente acelerada con el centro de masas lo más alto posible, desplazándose hacia delante a través de apoyo de metatarso, sin freno y con un modelo técnico lo más circular posible. Una vez se entra en la curva, dependiendo de la velocidad horizontal, el atleta se inclinará hacia el interior más o menos grados, consiguiendo un buen desplazamiento y una progresión correcta de la velocidad, realizando los últimos apoyos de carrera de metatarso hasta el momento de la batida, siendo estos de vital importancia, para conseguir transformar adecuadamente la velocidad horizontal generada, en velocidad vertical en la batida. En cuanto a los brazos, la acción puede variar dependiendo si se salta en single o doble.

2) Batida: el objetivo de la batida es coordinar todo lo realizado en la carrera de impulso, para lograr la máxima velocidad vertical de salida y que sea compatible con el franqueo correcto del listón. La batida se realiza con un apoyo rodado del pie, desde el talón hasta la punta y con una ligera inclinación hacia el interior. La colocación de las extremidades superiores dependerá de la acción de brazos escogida, pero el tren inferior buscará un péndulo corto con la pierna libre y mantener la posición de verticalización el máximo posible antes de despegar.

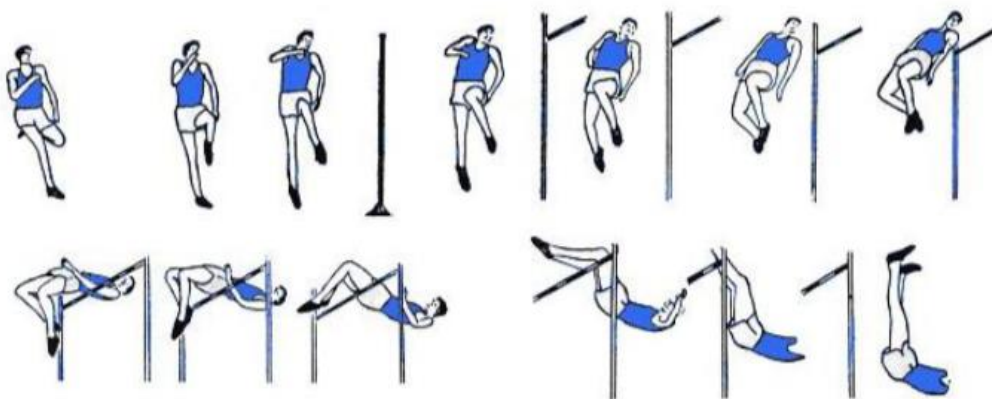
3) Vuelo-Franqueo: el objetivo del franqueo es sacarle el máximo rendimiento a la parábola que se ha creado una vez se abandona el suelo, y que ésta permita realizar un salto válido. El punto de batida marcará si el franqueo se ha realizado en el punto adecuado, que debería ser por el centro del listón y teniendo el punto más alto del centro masas justo encima en el franqueo.

Al final de la fase de ascenso, se relaja la pierna libre, lo que permite que se acerque la pierna de batida y comienza la fase de franqueo, de espaldas al listón, que gracias al descenso de los hombros y la elevación de las rodillas por oposición (“arqueo”), permite una aceleración de la rotación alrededor del eje transversal del cuerpo del saltador.

4) Caída: en el salto de altura la caída se debe centrar en contactar con la parte alta de la espalda en la colchoneta. La cabeza ha de acercarse al pecho mediante una flexión del cuello y deben abrirse las piernas para evitar que las rodillas puedan impactar en la cara.

### Figura 22

*Esquema del salto de altura*



Nota. Tomado de *Salto de altura* (p.3), por M. Vélez, 2008, Rendiment Atletisme II. I.N.E.F (Barcelona).

#### II.4.5. Salto de Longitud

El Salto de Longitud es una prueba que se encuentra dentro de la modalidad de los saltos horizontales. Siguiendo el modelo técnico propuesto por Vélez (2008), pueden distinguirse cuatro fases:

## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

1) Carrera de Impulso: el objetivo de esta fase es lograr la máxima velocidad controlable para preparar bien la batida con un buen ajuste a la tabla, por lo que en este salto la velocidad es un factor determinante.

La longitud de dicha carrera dependerá de las capacidades de cada atleta y del momento de la temporada, pero siempre debe enfocarse a la consecución de los objetivos citados. Pueden distinguirse tres fases en la carrera:

- La fase de aceleración comprende de cuatro a seis apoyos de carrera con un tiempo de contacto mayor al resto de la carrera y marcados por una inclinación del tronco hacia delante que irá colocándose a medida que suceden los apoyos. El objetivo es el de impulsar para lograr una aceleración de la carrera.
- La fase central se caracteriza por una colocación del tronco vertical y apoyos de carrera circulares.
- Y fase final, donde se busca entrar a tabla a la máxima velocidad controlada para realizar el salto correctamente.

2) Batida: el objetivo de esta fase, es conseguir la velocidad vertical necesaria, buscando perder la mínima velocidad horizontal posible. Pueden diferenciarse las siguientes subfases:

- Fase de contacto: se busca una batida con toda la planta con acción de arriba hacia abajo evitando al máximo el bloqueo.
- Amortiguación: se realiza con el saltador en la vertical del apoyo y se caracteriza por una pequeña flexión de rodilla de la pierna de batida y porque la pierna libre empieza a sobrepasar a la de batida.

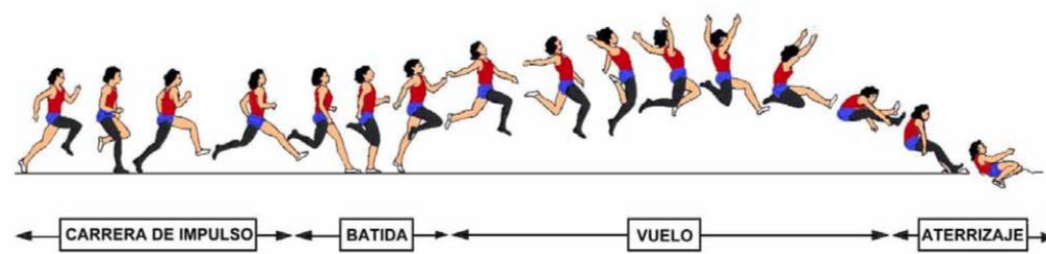
- Y despegue, donde se extienden las articulaciones de la rodilla y el tobillo de la pierna de batida y el muslo de la pierna libre se coloca delante, paralelo al suelo y con el pie bien armado en posición de tándem.

3) Vuelo: el objetivo de esta fase es rentabilizar lo generado anteriormente, ya que la parábola ya ha sido fijada en la salida de la batida. El movimiento de los segmentos libres ayuda a esto, equilibrando el cuerpo y preparando la fase de caída. Dependiendo de cada atleta, existen tres técnicas de vuelo diferentes: Salto natural, en extensión o pasos en el aire. Cada atleta dependiendo de su destreza o edad usa una técnica o otra, siendo actualmente la más habitual y recomendada, los pasos en el aire, donde lo normal sería realizar dos pasos y medio en las mujeres e incluso de tres y medio en los hombres.

4) Caída: debe intentarse sacar el máximo rendimiento a las fases anteriores para poder mejorar los registros. En la técnica convencional se juntan los dos pies, se inclina el tronco hacia adelante y los brazos ayudan de forma coordinada para realizar la recepción en la arena. El objetivo de dicha posición debe ser que la marca que dejan los pies al contactar con el suelo sea más retrasada a la posterior recepción del resto de segmentos.

### Figura 23

*Fases en el salto de Longitud*



Nota. Tomado de *Salto de Longitud* (p.7), por M. Vélez, 2008, Rendiment Atletisme II. I.N.E.F (Barcelona).



#### II.4.6. Triple Salto

El Triple Salto es una prueba que se encuentra dentro de la modalidad de los saltos horizontales. Siguiendo el modelo técnico propuesto por Vélez (2008), pueden distinguirse cuatro fases:

1) Carrera de Impulso: el objetivo de la carrera de impulso es lograr la máxima velocidad controlable para preparar bien la batida del hop, mediante un buen ajuste a la tabla. Por lo que la velocidad también es un factor determinante.

En el caso de la categoría sub 14, se establece por reglamento que la carrera no debe ser superior a 15 metros para evitar velocidades excesivas de entrada a tabla y con ello poner en riesgo la integridad física del sujeto.

Los parámetros técnicos de la carrera de impulso son iguales a los del salto de longitud con la diferencia de que la distancia de carrera será más corta y la aceleración será más progresiva.

2) Primer Salto (Hop): el objetivo debe ser conseguir un enlace activo entre la carrera de impulso. Se busca mantener la máxima velocidad horizontal posible con un vuelo plano y hacia delante. La elección de la pierna de batida es determinante, ya que será la que haga dos saltos seguidos.

La batida debe realizarse con toda la planta del pie de manera rodada y activa, siendo común utilizar la acción de brazos simultánea en la mayoría de los hombres, y la alterna en la mujeres.

3) Segundo Salto (Step): el objetivo de todas las acciones siempre van dirigidas a aprovechar bien todas las fuerzas generadas y perder la mínima velocidad horizontal posible. El equilibrio es determinante en este salto, para lo que hay que buscar salir de la batida con una extensión total de la pierna, colocando la pierna libre paralela al suelo y dirigiendo la rodilla y el pie armado en la dirección

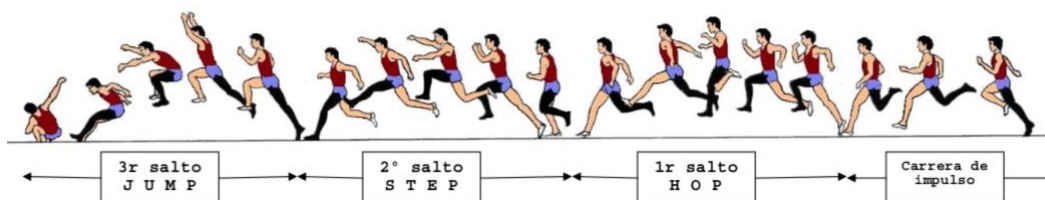
del salto, mientras que en el vuelo, la pierna de batida debe oscilar por detrás del tronco sin superar la altura de las cadera. Realizar una acción de brazos simultánea ayudará activamente al gesto del salto, mientras que una alterna busca seguir y marcar la dirección hacia delante.

4) Tercer Salto (Jump): el objetivo sigue siendo el de perder la mínima velocidad posible. La técnica de realización del jump es muy parecida a la realizada con el salto de longitud, solo que el ángulo de salida será mayor.

El vuelo y la caída se incluyen dentro de esta fase, utilizando en la mayoría de los casos un estilo natural, centrandolo el aterrizaje en aprovechar la parábola creada y minimizar la pérdida de distancia.

### Figura 24

#### *Secuencia del Triple Salto*



Nota. Tomado de *Salto: Triple salto*, por M. Vélez, 2008, Rendiment Atletisme II. I.N.E.F (Barcelona).

#### II.4.7. Lanzamiento de Peso

El Lanzamiento de Peso es una prueba que se encuentra dentro del sector de lanzamientos. Dentro de este lanzamiento existen dos técnicas ampliamente extendidas (Lineal y circular), pero en este trabajo nos centraremos en el desarrollo del tipo lineal ya que resulta más sencillo para enseñarlo en la iniciación. Siguiendo el modelo técnico propuesto por Vélez (2008), pueden distinguirse cuatro fases:

## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

1) Posición inicial: el artefacto debe colocarse entre el cuello y la mandíbula, sujetado por los dedos y la palma de la mano. Se parte desde una posición bípeda para pasar a una posición de “T” mediante una flexión de tronco y elevando la pierna contraria al brazo de lanzamiento, de manera que el tronco queda colocado paralelo al suelo en perpendicular a la pierna de apoyo. Seguidamente la pierna elevada se flexiona acercándose al cuerpo para iniciar la siguiente fase desde una posición agrupada.

2) Desplazamiento: el objetivo es iniciar la aceleración del sistema atleta-artefacto para preparar la descarga posterior. En esta fase se produce una aceleración de las extremidades mediante la impulsión rasante de la pierna de apoyo y extendiendo a la pierna libre hacia el contenedor. Al final de dicho movimiento, la pierna de impulso estará colocada aproximadamente al centro del círculo con la rodilla flexionada. El artefacto sigue retrasado con el brazo libre que permanece enfrente del cuerpo, garantizando así una posición cerrada del tronco y que la línea de los hombros siga detrás de la pelvis y perpendicular a la dirección de lanzamiento.

3) Descarga: el principal objetivo es el de mantener la velocidad del artefacto y posteriormente iniciar su aceleración final. Con ambos pies en contacto con el círculo, se inicia la acción de descarga, donde el cuerpo empieza a rotar, produciendo la liberación de la energía elástica acumulada anteriormente, y a extender los segmentos, para poder acelerar el artefacto correctamente en la línea adecuada.

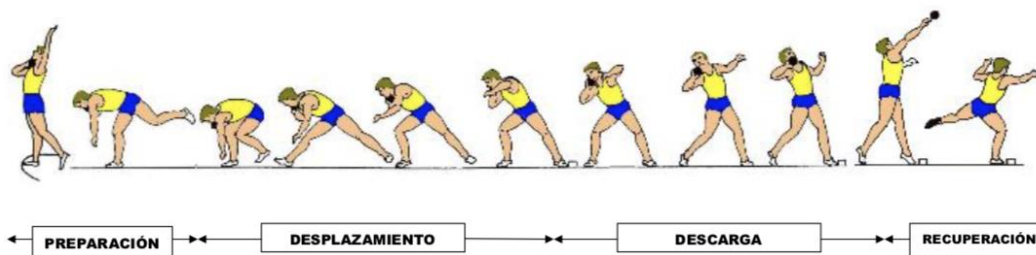
En el momento en el que las caderas y la línea de hombros miran en la dirección del lanzamiento, se produce un bloqueo del brazo libre, provocando una aceleración del lado contrario, donde a través de la extensión del brazo lanzador, se proyecta el peso en el ángulo y posición adecuados.

La secuenciación de transmisión de fuerzas de piernas a tronco y finalmente a brazo y mano de forma coordinada, es la clave de esta fase.

4) Recuperación: el objetivo de esta fase es la estabilización tras el lanzamiento para evitar el lanzamiento nulo, realizando un cambio de los apoyos de una pierna a la otra para no salir fuera del contenedor.

**Figura 25**

*Fases Lanzamiento de peso lineal*



Nota. Tomado de *Lanzamientos: Peso (p.7)*, por M. Vélez, 2008, Rendiment Atletisme III. I.N.E.F (Barcelona).

#### **II.4.8. Lanzamiento de Jabalina**

El Lanzamiento de Jabalina es una prueba que se encuentra dentro del sector de lanzamientos. Siguiendo el modelo técnico propuesto por Vélez (2008), pueden distinguirse cuatro fases.

1) Carrera cíclica: el objetivo de esta parte de la carrera es iniciar la aceleración del sistema atleta-artefacto. Hay mucha variabilidad entre atletas, pero en general se busca una carrera controlada y rítmica entre 8 y 10 pasos, donde la velocidad a alcanzar dependerá de la maestría de cada atleta para llegar con control a la siguiente fase. Para el desplazamiento, la jabalina se transporta por encima del hombro casi paralela al suelo. El agarre de la jabalina se realiza con la mano boca

## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

arriba, indistintamente si el agarre es americano, finlandés o trinchado, buscando sujetar el artefacto de manera firme y cómoda.

2) Carrera acíclica: esta fase tiene como objetivo lograr las condiciones biomecánicas óptimas de colocación tanto de la jabalina como del cuerpo para el lanzamiento final. se realizan de cuatro a siete pasos, donde el lanzador pasará por las siguientes subfases:

- Colocación o retraso de la jabalina: consiste en ubicar correctamente la jabalina para el lanzamiento. El lanzador gira el tronco hacia el lado del brazo de lanzamiento, a la vez que extiende hacia atrás el brazo lanzador, alineándose con los hombros y quedando la punta de la jabalina al nivel de la frente.
- El paso de cruce o de impulso es el penúltimo de los pasos especiales y tiene como objetivo preparar la colocación del cuerpo para la descarga final del artefacto. Se caracteriza por un marcado impulso plano en el penúltimo apoyo izquierdo y un enérgico adelantamiento de la pierna derecha (lanzador diestro), que va al frente flexionada por la rodilla, quedando en una posición de codos y hombros paralelos a la trayectoria del lanzamiento, la punta de la jabalina a la altura de la frente, caderas en dirección al lanzamiento, rodilla y pie de cruce orientado hacia delante, tronco ligeramente hacia atrás y brazo del lanzamiento extendido hacia atrás sujetando con la mano boca arriba la jabalina.

3) Lanzamiento: en el momento que el pie contacta con el suelo empieza **la transición** para transferir la energía de las piernas al tronco. Tronco, codos y hombros quedan orientados a la dirección del lanzamiento con el tronco inclinado

hacia atrás, con la pelvis en retroversión, el brazo de lanzamiento empieza a flexionarse por detrás de la cabeza con el codo alto.

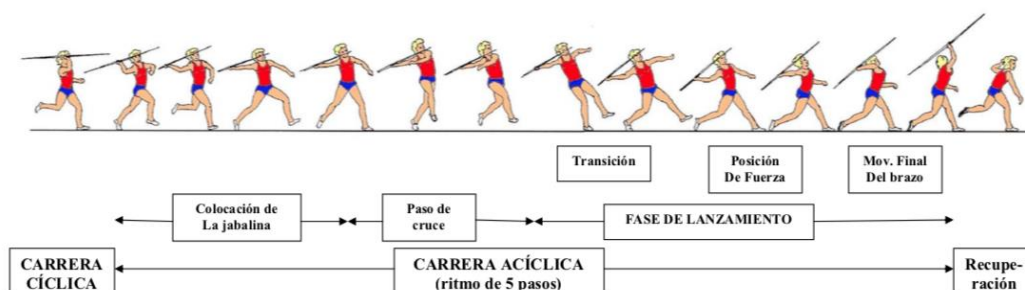
Posteriormente el lanzador se coloca la **posición de fuerza** para transferir la energía del tronco, al hombro y brazo. La rodilla delantera soporta un brusco frenazo, mientras la pierna derecha realiza una acción de rotación, que comienza desde el pie, y de extensión de la pierna para llevar la cadera derecha hacia delante. El brazo de lanzamiento sufre una rotación externa y el cuerpo queda en una posición de arco tenso para la posterior liberación del artefacto.

En el **movimiento final**, se produce un latigazo explosivo, resultante de la contracción reactiva de la fase anterior, para llevar adelante primero el hombro, después el codo (por encima del hombro) y finalmente la mano que lanza la jabalina.

4) Recuperación: el objetivo de esta fase es conseguir estabilizar el cuerpo para evitar un lanzamiento nulo, haciendo un cambio de los apoyos de una pierna a la otra y no traspasar el límite de la línea de lanzamiento.

### Figura 26

*Fases de lanzamiento de Jabalina*



Nota. Tomado de *Lanzamientos: Jabalina (p.6)*, por M. Vélez, 2008, Rendiment Atletisme III. I.N.E.F (Barcelona).

#### II.4.9. Lanzamiento de Disco

El Lanzamiento de Disco es una prueba que se encuentra dentro del sector de lanzamientos. Siguiendo el modelo técnico propuesto por Vélez (2008), pueden distinguirse cuatro fases.

1) Balanceo: el artefacto se debe sujetar con comodidad, sosteniéndolo con las falanges y reposando el dedo pulgar en la parte superior del disco. En esta fase se busca vencer la inercia, preparar el giro y hacer la pretensión muscular de la extremidad superior.

El lanzador se coloca de espaldas al lanzamiento, con las piernas ligeramente flexionadas y separadas a la anchura de los hombros, para realizar entre uno o dos balanceos. Es en el último balanceo donde se retrasa el disco con los hombros abiertos y brazos extendidos, buscando una posición que almacena energía elástica.

2) Giro: en una primera fase se busca acelerar correctamente el sistema atleta-disco. El atleta gira alrededor del eje formado por la parte izquierda del cuerpo (lanzador diestro), pasando la parte derecha por el exterior del círculo, aprovechando al máximo el espacio para ampliar el recorrido del disco con ambos brazos extendidos. En la parte final del giro sobre el pie izquierdo, el atleta, se realiza desplazamiento rasante hacia delante por extensión de la pierna izquierda, mientras que la rodilla de la pierna derecha, en un movimiento envolvente, buscará el centro del círculo. El pie derecho se apoya activamente de metatarso en el suelo y sigue girando hacia el interior. La pierna izquierda pasa junto a la rodilla derecha en su trayecto hacia el final. En ese momento, el brazo derecho se sigue manteniendo alto, con el disco lo más alejado posible el brazo izquierdo se mantiene cruzado por delante del cuerpo. Es importante mantener el artefacto

siempre retrasado y buscando mantener la pretensión muscular para la posterior descarga.

3) Descarga. Pueden distinguirse tres subfases.

- Transición: el pie izquierdo busca el suelo lo más rápidamente posible, contactando primero con la parte anterior y luego de planta en la parte delantera del círculo, ligeramente a la izquierda de la dirección del lanzamiento. Mientras el tronco estará situado encima del apoyo de la pierna derecha, con los hombros y manteniendo estos el retraso adquirido respecto a las piernas.
- Doble apoyo, comienza una vez contacta el pie izquierdo en el suelo, se realiza una ligera flexión de la pierna derecha e inclinación hacia delante del tronco, y se inicia la aceleración del artefacto mediante el aprovechamiento de las palancas, asegurando una trayectoria amplia y circular.
- Y aceleración. Las piernas llevan las caderas hacia delante y hacia arriba pasando el peso del cuerpo de la pierna derecha a la izquierda, a través de unión progresiva de todas las cadenas cinéticas. Finalmente, el brazo que sigue alto, lanza el disco siguiendo una trayectoria lo más amplia y alejada posible del cuerpo, abandonando la mano algo por debajo de la altura de los hombros que se encuentran al final paralelos al suelo.

4) Recuperación: el objetivo de esta fase es estabilizarse para evitar el lanzamiento nulo, mediante la realización de un cambio de los apoyos de una pierna a la otra, vigilando no traspasar el límite delantero del círculo de lanzamiento.



**Figura 27***Fases Lanzamiento de Disco*

Nota. Tomado de *Lanzamientos: Disco* (p.8), por M. Vélez, 2010, Rendimiento Atletismo III. I.N.E.F (Barcelona).

#### II.4.10. Lanzamiento de Martillo

El Lanzamiento de Martillo es una prueba que se encuentra dentro de la modalidad de los lanzamientos. Siguiendo el modelo técnico propuesto por Vélez (2008), pueden distinguirse tres fases, ya que se considera que en este lanzamiento no existe la recuperación, permanece en la posición de descarga al finalizar el lanzamiento.

1) Volteos: se necesita un buen agarre del martillo para resistir la tracción de los giros y asegurar la correcta dirección del lanzamiento. El objetivo del volteo es vencer la inercia, iniciar la aceleración del artefacto y preparar el primer giro.

Los lanzadores diestros sostienen el asa del martillo sobre las segundas falanges (y la última del dedo meñique) de la mano izquierda, normalmente protegida con un guante, mientras que la mano derecha se coloca cubriendo la mano izquierda, dejando los pulgares cruzados o en paralelo.

La posición inicial parte de una postura estática con las piernas algo más separadas que el ancho de los hombros y ligeramente flexionadas.

Con el tronco vertical, se inicia el balanceo con los brazos totalmente extendidos para asegurar el mayor radio posible de giro, llevando el martillo adelante-arriba. El peso del cuerpo irá cambiando alternativamente de una pierna a otra y para contrarrestar la creciente fuerza centrífuga del martillo, el atleta realizará un ligero movimiento circular de caderas, contrario a la posición del martillo. El tronco se encuentra rotado hacia el costado derecho y los brazos flexionados cuando el martillo alcanza el punto alto de su órbita.

2) Giros: el objetivo de esta fase es acelerar el sistema atleta-artefacto. En el primer giro se ha de buscar una buena transición entre los volteos y los giros. Este giro se inicia con el movimiento característico de los pies talón-punta y manteniendo bien alejado el martillo con los brazos extendidos. El pie contrario al brazo dominante inicia el movimiento de talón actuando de eje y el otro acompaña los giros apoyándose de metatarso. Cuando el pie del brazo dominante abandona el suelo, realiza una rotación baja y cercana a la pierna de apoyo, que aumenta la flexión de las rodillas para seguir girando sobre el metatarso del pie de apoyo. La parte inferior del cuerpo adelanta al martillo, desarrollando de nuevo tensión previa por la distorsión entre los ejes de caderas y de hombros y El pie libre se coloca en el suelo muy activamente de metatarso, antes de que el martillo complete su órbita.

Los siguientes giros serán similares, aumentando la velocidad y reduciendo la distancia entre los pies en el apoyo, manteniendo el martillo siempre alejado, con los brazos extendidos, realizando un movimiento elíptico.

3) Descarga: el objetivo es asegurar que el martillo se lanza con la máxima aceleración final y con un ángulo óptimo.

La descarga comienza después que el último apoyo contacte activamente con el suelo. El atleta se encuentra de espaldas a la dirección del lanzamiento, con ambas piernas muy flexionadas y el centro de masas se encuentra en su punto más bajo. Se bloquea el lado izquierdo (diestros), mientras que la pierna derecha continúa girando hacia la izquierda, tras lo que se produce una extensión de las piernas, frenando el movimiento de giro de la pelvis en el instante en que el eje de caderas apunta en la dirección del lanzamiento. Es entonces cuando la energía cinética de las piernas se transfiere entonces al tronco y los brazos, produciéndose un latigazo de los brazos extendidos y liberando el martillo cuando las manos se encuentran a la altura de los hombros.

**Figura 28**

*Fases Lanzamiento de Martillo*



Nota. Tomado de *Lanzamientos: Martillo* (p.8) , por M. Vélez, 2008, Rendiment Atletisme III. I.N.E.F (Barcelona).

#### II.4.11. Jóvenes atletas

Se podría definir el momento óptimo para la práctica deportiva, como aquel en el cual un niño logra la madurez necesaria para aprender y comprender una tarea dada. En el contexto de los deportes, este momento también incluye factores físicos, neurológicos, cognitivos, psicológicos y sociales (Zurlo de Mirotti & Casanovas, 2003).

La variabilidad que existe en los parámetros de crecimiento y desarrollo entre la niñez y la adolescencia hacen de la edad cronológica un criterio no confiable para

determinar si un niño está preparado para participar en los deportes. Esta participación depende, además, del desarrollo del niño, de la disposición de sus padres, del contexto sociocultural y de la demanda específica de un deporte determinado.

Para las definiciones de "niño" y "joven", siguiendo a Rius (2010), es interesante establecer 4 etapas:

1. Niños que van del nacimiento a los 6 años. Etapa pre-escolar.
2. Niños que van de los 6 años hasta los 12. Niñez.
3. Jóvenes de 12 a 14 años. Adolescencia.
4. Jóvenes de 14 a 18 años. Juventud

De los 4 a los 7 años el objetivo será desarrollar la actividad motora (habilidades motoras básicas, coordinación, equilibrio, velocidad), el conocimiento del esquema corporal, la diferenciación segmentaria, afianzar la multilateralidad como base de la orientación espacial.

Entre los 8 y 9 años se podrá comenzar con actividad predeportiva y/o minideportes, lo que les permitirá elegir destrezas que estén de acuerdo con sus aptitudes motrices y funcionales. Sobre todos los deportes, es conveniente la iniciación en las prácticas del atletismo, porque esto les permitirá perfeccionar el salto, el lanzamiento y la carrera, utilizando siempre las competiciones como medio educativo y no como fin.

De los 10 a los 12 años, la adquisición de la habilidad general motora les permitirá manejar su cuerpo en el tiempo y en el espacio. En este momento ya se puede comenzar a desarrollar la habilidad motora específica, estimulando la flexibilidad, la fuerza (sin el empleo de cargas máximas) y la resistencia (más la aeróbica que la anaeróbica).

## CAPÍTULO II – JUSTIFICACIÓN

Además, se trabajará para que el niño logre desarrollar el dominio y uso de su cuerpo en movimientos analíticos, así como la incorporación de técnicas y gestos propios de cada deporte.

La etapa comprendida entre los 12 a los 14/15 años es la de maduración puberal; es la etapa adolescente en la que ya se puede comenzar el deporte con sus reglas y sesiones de entrenamiento, respetando los momentos evolutivos propios de cada niño en particular, debido a la gran variabilidad que los cambios puberales presentan individualmente.

Siempre controlar en los niños tanto el cansancio físico como la tensión psíquica y emotiva que provoca la participación en los deportes. De allí que la actividad física debe estar controlada y dirigida por técnicos preparados y con conocimientos en educación física infantil, dosificando el entrenamiento de acuerdo con la edad biológica y las posibilidades de cada sujeto.

A partir de los 16 años el adolescente ya puede iniciar la práctica del deporte competitivo, ya sea en equipo o individual. En cuanto al levantamiento de pesas y fisicoculturismo, es conveniente esperar hasta el completo desarrollo morfofuncional del adolescente. Quienes están a favor del entrenamiento de la fuerza a edades tempranas insisten en que hay que asegurarse de que se imparta una instrucción adecuada, que se apliquen estrictamente las reglas y el uso del equipo apropiado, como medios de prevenir lesiones.

Todas las personas involucradas en el desarrollo y enseñanza de la actividad física y deportiva de los niños y adolescentes deberán tener conocimientos para actuar con idoneidad y sentido común, orientando los aprendizajes en los distintos niveles por los que va transitando el niño o joven durante su crecimiento.



# **III – OBJETIVOS E HIPÓTESIS DE INVESTIGACIÓN**

•





## CAPÍTULO III – OBJETIVOS

**III - OBJETIVOS E HIPÓTESIS DE ESTUDIO****III.1. OBJETIVOS**

El principal propósito de la presente tesis doctoral fue conocer la influencia de la autoconfianza rasgo y la orientación competitiva en la adherencia de jóvenes atletas, analizando posibles diferencias por categoría de competición, y género. A continuación, se presentan los objetivos de cada uno de los estudios de investigación contemplados en esta investigación.

**III.1.1. Estudio 1: Validación de instrumentos de evaluación y fase exploratoria**

- Objetivo: (a) Adaptar y validar los cuestionarios *Fuentes de Confianza en el Deporte (Sources of Sport Confidence Questionnaire. Vealey et al., 1998)*, el Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego (*Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire* or TEOSQ. Duda y Nicholls, 1992) y el *Inventario de Autoconfianza Deportiva Rasgo (Trait Sport-Confidence Inventory or TSCI. Vealey, 1986)*.
- Objetivo: (b) Conocer las fuentes de confianza deportiva más influyentes en los atletas de categorías sub 14 a sub 18 y como se relacionan con la autoconfianza rasgo en el deporte y la orientación competitiva.
- Objetivo: (c) Identificar las relaciones de la autoconfianza rasgo con la orientación competitiva.
- Objetivo: (d) Examinar si existen diferencias significativas entre género o categoría en las variables de estudio.

- Objetivo: (e) Analizar la relación de las fuentes de confianza deportiva, la autoconfianza rasgo y la orientación competitiva con el abandono deportivo según género y categoría.

### **III.1.2. Estudio 2: *“Desarrollo y realización de entrevistas*”**

- Objetivo: (f) Analizar las percepciones de padres y madres sobre la participación de sus hijos/as en el deporte.

### **III.1.3. Estudio 3: *“Diseño e implementación de la herramienta de feedback técnico”***

- Objetivo: (g) Crear y validar planillas de feedback técnico en las diferentes pruebas del atletismo diferenciando por categorías (sub 14, sub 16 y sub 18), y generar, a través de ella, informes técnicos centrandose así hacia el proceso a entrenadores, padres y atletas.

### **III.1.4. Estudio 4: *“Efectos de la herramienta de feedback técnico en la autoconfianza, orientación competitiva y adherencia deportiva en atletas de categorías sub 14 a sub 18”***

- Objetivo: (h) Analizar la relación entre la autoconfianza rasgo y la orientación competitiva según género y categoría.
- Objetivo: (i) Examinar si existen diferencias significativas entre género o categoría en las variables de estudio.
- Objetivo: (j) Comprobar el efecto de la herramienta de feedback orientado a la tarea en la orientación motivacional, la autoconfianza y la adherencia deportiva en atletas, diferenciando por género y categoría.

### CAPÍTULO III – OBJETIVOS

#### III.2. HIPÓTESIS DE INVESTIGACIÓN.

##### III.2.1. Estudio 1: *Validación de instrumentos de evaluación y fase exploratoria*"

- Hipótesis: (1) Los cuestionarios *Fuentes de Confianza en el Deporte (Sources of Sport Confidence Questionnaire. Vealey et al., 1998)*, el *Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego (Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire or TEOSQ. Duda y Nicholls, 1992)*, y el *Inventario de Autoconfianza Deportiva Rasgo (Trait Sport-Confidence Inventory or TSCI. Vealey, 1986)*, serán válidos y fiables.
- Hipótesis: (2) Las fuentes de confianza deportiva con mayor puntuación serán fuentes de confianza controlables y fuentes sociales.
- Hipótesis: (3) Existe una correlación significativa y positiva de la autoconfianza rasgo y la orientación a la tarea con la fuente de confianza preparación física y mental y con la dimensión de logro.
- Hipótesis: (4) Existe una correlación significativa y positiva entre la orientación al Ego y la fuente de confianza demostración de la habilidad.
- Hipótesis: (5) Existe una correlación significativa y positiva entre la autoconfianza rasgo y las variables de orientación competitiva.
- Hipótesis: (6) Existen diferencias significativas entre género en la puntuación de las fuentes de confianza deportiva demostración de la habilidad, maestría y preparación física y mental.
- Hipótesis: (7) Existen diferencias significativas entre género en la puntuación de la autoconfianza y la orientación competitiva.

- Hipótesis: (8) No se existen diferencias significativas entre categorías en las fuentes de confianza en el deporte.
- Hipótesis: (9) La autoconfianza rasgo descenderá de la categoría sub 14 a la categoría sub 18.
- Hipótesis: (10). No existen diferencias significativas entre categorías, en las variables de orientación competitiva.
- Hipótesis: (11) Los atletas que continúan en el deporte tendrán puntuaciones más altas en la dimensión de logro de las fuentes de confianza, en la orientación a la Tarea y a la autoconfianza en el deporte que los atletas que abandonan.

### **III.2.2. Estudio 2: “Desarrollo y realización de entrevistas”**

- Hipótesis: (1) Los padres/madres que practican deporte tendrán una valoración más positiva y darán mayor valor a la participación deportiva de sus hijos/as.
- Hipótesis: (2) Los padres y madres que valoran positivamente la práctica deportiva de sus hijos/as estarán más implicados en ella.
- Hipótesis: (3) Los padres y madres que valoran positivamente la práctica deportiva de sus hijos/as no verán como negativa la afectación a su vida personal por dicha práctica.
- Hipótesis: (4) Existirá una escasa relación de padres/madres con el/la entrenador/a de sus hijos/as y la información que recibirán sobre el proceso será baja.

### CAPÍTULO III – OBJETIVOS

- Hipótesis: (5) La mayoría de los padres y madres dan consejos o directrices a sus hijos/as sobre su participación deportiva.
- Hipótesis: (6) La mayoría de los padres y madres perciben que sus hijos/as se sienten apoyados/as en su deporte.
- Hipótesis: (7) La mayoría de los padres y madres tienen unas expectativas de rendimiento sobre la participación de sus hijos/as, más bajas que las de los/as propios atletas.
- Hipótesis: (8) La competición será percibida por los padres y madres como causante de presión en sus hijos/as.

#### **III.2.3. Estudio 3: *“Diseño e implementación de la herramienta de feedback técnico”***

- Hipótesis: (1) La planillas de feedback técnico en las diferentes pruebas del atletismo diferenciando por categorías (sub 14, sub 16 y sub 18) serán validas y fiables.

#### **III.2.4. Estudio 4: *“Efectos de la herramienta de feedback técnico en la autoconfianza, orientación competitiva y adherencia deportiva en atletas de categorías sub 14 a sub 18”***

- Hipótesis: (1) Existe una correlación significativa y positiva entre la autoconfianza rasgo y la orientación a la tarea.
- Hipótesis: (2) No existirán diferencias significativas entre géneros en las variables autoconfianza rasgo y orientación al ego.

- Hipótesis: (3) La orientación a la tarea será más alta en el género femenino que en el género masculino.
- Hipótesis: (4) La orientación a la tarea y la orientación al ego aumentarán de la categoría sub 14 a la categoría sub 18.
- Hipótesis: (5) La autoconfianza rasgo descenderá de la categoría sub 14 a la categoría sub 18, en el género femenino.
- Hipótesis: (6) No existirán diferencias significativas entre categorías en las variables orientación a la tarea y orientación al ego.
- Hipótesis: (6) La aplicación de la herramienta de feedback técnico aumentará la autoconfianza rasgo y la orientación a la tarea de manera significativa.
- Hipótesis: (7) El porcentaje de atletas que abandonan el deporte será significativamente más bajo en los/as atletas del grupo experimental.
- Hipótesis: (8) Los atletas que continúan en el deporte tendrán una autoconfianza rasgo y una orientación a la tarea más altas que los atletas que abandonan el deporte.

## **IV - MATERIAL Y MÉTODO**





## IV -MATERIAL Y MÉTODO

### IV.1. PROCEDIMIENTO

En este capítulo se presentan los pasos de actuación que se llevan a cabo durante la tesis para dar respuesta a los objetivos planteados. Se distinguen 4 fases de estudio: (I) Validación de instrumentos de evaluación y fase exploratoria, (II) Desarrollo y realización de entrevistas, (III) Diseño e implementación de la herramienta de feedback técnico y (IV) Efectos de la herramienta.

#### IV.1.1. Validación de instrumentos de evaluación y fase exploratoria

En esta primera fase se procederá a la validación de los cuestionarios del estudio y a través de ellos, conocer la tendencia e influencia de las fuentes de confianza deportiva, clima motivacional y autoconfianza rasgo en la adherencia de jóvenes atletas, por categoría de competición, y género. El diseño del estudio es básico, seccional, descriptivo, microsociológico, de fuentes primarias, cuantitativo, empírico y de campo.

##### IV.1.1.1. *Fuentes de Confianza en el Deporte (Sources of Sport Confidence Questionnaire)*

El instrumento de medida utilizado fue una versión traducida y adaptada al español del Sources of Sport Confidence Questionnaire (Vealey et al., 1998), que fue elaborada teniendo en cuenta recomendaciones de la literatura sobre adaptación de test y escalas (Martínez-Arias 1995), apoyándose además la adaptación en la versión del castellano de dicho instrumento en Arce et al., (2010). El cuestionario está formado por 43 ítems, referidos a nueve fuentes de confianza en el deporte: maestría (5 ítems), demostración de habilidad (6 ítems), preparación

física y mental (6 ítems), autopresentación física (3 ítems), apoyo social (6 ítems), liderazgo del entrenador (5 ítems), experiencia vicaria (5 ítems), comodidad del entorno (4 ítems) y favorecimiento situacional (3 ítems). La escala de respuesta fue tipo Likert con 7 alternativas de respuesta (1-7), siendo 1 nada importante y 7 muy importante.

El instrumento original categoriza las fuentes de confianza en tres dimensiones de orden superior, que son dimensión de logro (variables de maestría y demostración de la habilidad), dimensión de autorregulación (variables de preparación física y mental y autorrepresentación física) y la dimensión de clima social (variables de apoyo social, experiencia vicaria, liderazgo del entrenador, comodidad del entorno y favorecimiento situacional).

La adaptación inicial del cuestionario fue realizada por el equipo investigador. El cuestionario original fue traducido de inglés a castellano, poniendo especial énfasis en conseguir la mayor equivalencia entre los ítems en inglés y su forma en español y a su vez adaptar la redacción de los ítems al contexto del atletismo.

#### IV.1.1.1.1. Procesos de Validez

Se realizó un estudio piloto con 122 sujetos de muestra de dos clubes de Atletismo de Cataluña de las categorías sub 14 a sub 18. Los clubes que participaron en el estudio eran accesibles a la investigadora principal del estudio, de manera que el tipo de muestreo fue no probabilístico por conveniencia. Los criterios de inclusión establecidos dentro de los sujetos participantes eran, disponer de licencia federativa y estar dentro de las categorías de sub 14 a sub 18.

1) En primer lugar, se contactó con los directores técnicos de los clubes para concertar una reunión donde explicar el proyecto.

## CAPÍTULO IV – MATERIAL Y MÉTODO

2) De manera individual y en días diferentes, se presentó el proyecto de investigación en detalles los clubes (base teórica, objetivos de investigación, confidencialidad de los datos y fases de la investigación). recibió el visto bueno y desde los clubes facilitaron el consentimiento informado a los padres/madres de los atletas para aprobar su participación en el estudio.

3) Al inicio de la temporada al aire libre, la investigadora principal acudió dos tardes a cada club, en semanas consecutivas, en horario de entrenamiento de los atletas, para facilitar los cuestionarios y dar las indicaciones adecuadas para su cumplimentación. En este caso el muestreo fue consecutivo, ya que se intentó incluir a todos los individuos de la población accesible dentro de cada club. Para no intervenir negativamente en la sesión de entrenamiento y poder atender las posibles dudas que pudieran surgir, Los atletas realizaron los cuestionarios en la grada de la instalación, se pidió a los atletas sub 18 que acudieran 20 minutos antes del entrenamiento para realizar los cuestionarios. La categoría sub 14 rellenó los cuestionarios antes del calentamiento y la categoría sub 16 una vez finalizado el entrenamiento. El tiempo de realización aproximado fue de unos 10 minutos.

4) Una vez recogidos los datos se registraron los datos manualmente y se realizó un análisis estadístico de los ítems mediante estadísticos descriptivos para detectar los ítems problemáticos por posibles motivos de dificultad al comprender las instrucciones, errores de formato, etc. Con este propósito, se calculó de cada uno de los indicadores la media y la desviación típica (para seleccionar los ítems con elevado poder de discriminación, desviación típica superior a 1, y con una media situada alrededor del punto medio de la escala), de asimetría y curtosis (rango: -1,+1), correlación ítem-dimensión de pertenencia teórica cuyos valores adecuados debían ser mayores o iguales a 0.25-0.30 (Nunnally & Bernstein, 1995) y la correlación ítem-dimensión de no pertenencia teórica, donde se consideran válidos

los ítems que presentaran una diferencia positiva, de al menos dos décimas, a favor de la dimensión correspondiente.

5) Posteriormente en una segunda fase de validación, se aplicó la escala modificada obtenida a una muestra mayor para estudiar la dimensionalidad del instrumento. A través de la validez de constructo se pretende analizar si la adaptación al español y al atletismo del cuestionario de Fuentes de Confianza en el deporte (SSCQ) de Vealey et al., (1998), ha sido correcta y esta escala mide de forma válida y fiable. En definitiva, se pretende comprobar que cada una de las dimensiones presentadas se encuentran dentro del factor planteado y el modelo de medida propuesto es válido y fiable. Para ello, se analizaron los estimadores que aseguraron que la matriz de correlaciones fue apropiada, a través de la prueba de esfericidad de Bartlett, el índice de Kaiser-Meyer-Olkin, (Cortina, 1993) y el análisis de la estructura interna, mediante el análisis factorial exploratorio de componentes principales, para identificar el número y composición de componentes, es decir, las agrupaciones de los ítems según las dimensiones del instrumento. En este sentido, se consideraron adecuados los ítems con valores de saturaciones mayores o iguales a 0.40.

6) Una vez finalizado el análisis factorial exploratorio de manera satisfactoria, se realiza la estimación de fiabilidad a través del coeficiente alpha de Cronbach del cuestionario en general y de las dimensiones en particular.

7) Se procede a depurar todavía más la escala obtenida tras el análisis factorial exploratorio explorando la dimensionalidad global del constructo, para lo que se opta por el procedimiento estadístico denominado Modelo de Ecuaciones Estructurales (Structural Equations Modeling, SEM). Esta metodología permite una

## CAPÍTULO IV – MATERIAL Y MÉTODO

estimación del error y exige una especificación de las relaciones a priori (Byrne, 2006).

“Las relaciones estructurales propuestas pueden ser testadas simultáneamente, permitiendo así determinar en qué medida el modelo teórico es consistente con los datos. Si los índices de medida de ajuste fueran adecuados se acepta la idoneidad del modelo y las relaciones propuestas. Por el contrario, si los índices de ajuste fueran inadecuados se rechaza la plausibilidad del modelo y las respectivas relaciones” (Byrne, 2006).

El modelo de ecuaciones estructurales permite, por un lado, evaluar la calidad de medición de un conjunto de variables utilizadas para medir un constructo latente -lo que se denomina un modelo de medición y por otro lado, evaluar las relaciones entre variables o constructos latentes -lo que se denomina modelo estructural- (Segado, 2009).

Se analizaron los indicadores de ajuste del modelo: 1) índices de ajuste absolutos, razón de chi- cuadrado sobre los grados de libertad ( $\chi^2/g.l.$ ) cuyo valor ha de ser  $<2.$ , el Standardzed Root Mean Square Residual (SRMR), cuyos valores se consideran excelentes por debajo de  $.05$ , aunque Hu y Bentler (1999), señalan como aceptables valores inferiores a  $.08$ , y el Root Mean Square Error Approximation (RMSEA) que ha de tener un valor entre los parámetros establecidos en el análisis,  $<.05$ ; 2) y los índices de ajuste incrementales, Bentler-Bonnet Non-Normed Fit Index (NNFI), índice de Tucker-Lewis (TLI) y el Comparative Fit Index (CFI), donde el adecuado ajuste del modelo vendrá indicado por valores iguales o superiores a  $.90$ . Todos los índices presentados (excepto el índice SRMR - método ML) son obtenidos a través del método Robust (Yuan-Bentler Correction) cuando los valores de curtosis multivarida sugieren que la muestra no tiene una distribución normal.

Con la finalidad de conseguir la mejor adecuación posible, se realiza un proceso de tres etapas:

- 1ª Etapa: comprobar que la saturación de los indicadores sea superior a .40.
- 2ª Etapa: utilizar parámetros significativos consistentes con la teoría (por ejemplo, covarianzas entre los errores de medida), a través del análisis de Lagrange Multiplier test (LM test).
- 3ª Etapa: eliminar parámetros no significativos a través del análisis de Wald test.

8) Finalmente un segundo orden de análisis, se estudiará si tras la escala global propuesta hay uno o varios conceptos latentes con entidad propia.

El cuestionario final utilizado, Fuentes de Confianza en el Deporte (Sources of Sport Confidence Questionnaire. Vealey et al., 1998) (Anexo 1), quedaría compuesto por 8 dimensiones se agrupan ítems relacionados con “demostración de la habilidad” (6 ítems), en el segundo factor se concentran las cuestiones en relación a la “experiencia vicaria” (5 ítems), el tercer factor aglutina ítems en referencia al “liderazgo del entrenador” (5 ítems), el cuarto factor incluye los ítems relacionados con el “Apoyo social” (6 ítems), el quinto factor se compone de las afirmaciones sobre “maestría” (5 ítems), el sexto factor se relaciona con los ítems de la “preparación física y mental” (6 ítems), séptimo factor recoge las cuestiones de “autorrepresentación física” (3 ítems) y el octavo factor y último donde se concentran las afirmaciones sobre la “Comodidad del entorno” (3 ítems).

Las 8 fuentes de confianza categorizan en dos dimensiones de orden superior, que son la dimensión de *clima social* con las variables liderazgo del entrenador, Apoyo social, experiencia vicaria, comodidad del entorno y autorrepresentación

## CAPÍTULO IV – MATERIAL Y MÉTODO

física, la dimensión de logro con las variables demostración de la habilidad, maestría y preparación física y mental.

*IV.1.1.2. Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego (Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire or TEOSQ. Duda y Nicholls, 1992) e Inventario de Autoconfianza Deportiva Rasgo (Trait Sport-Confidence Inventory or TSCI. Vealey, 1986)*

Los instrumentos de medida utilizados fueron versiones traducidas y adaptadas al español del Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego (*Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire* or TEOSQ. Duda y Nicholls, 1992) y de Inventario de Autoconfianza Deportiva Rasgo (*Trait Sport-Confidence Inventory* or TSCI. Vealey, 1986), que realizaron Balaguer et al., (1990).

El Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego (TEOSQ), está formado por 16 ítems que han de continuar la frase “Me siento realmente exitoso en el deporte cuando...”. Están referidos a dos orientaciones competitivas, orientación al Ego (8 ítems) y orientación a la Tarea (8 ítems). La escala de respuesta fue tipo Likert con 5 alternativas de respuesta (1-5), siendo 1 muy en desacuerdo y 5 muy de acuerdo.

El Inventario Autoconfianza Deportiva Rasgo (Vealey et al., 1986), está formado por 13 ítems que han de continuar la frase “Compara la confianza que tienes en ti mismo, con la del deportista que conozcas con mayor confianza en sí mismo, en cuanto a...”. La escala de respuesta fue tipo Likert con 9 alternativas de respuesta (1-9), siendo del 1-3 baja, del 4-6 media y del 7 al 9 alta.

La muestra utilizada fueron 288 sujetos de las categorías sub 14 a sub 18 y en posesión de licencia federativa, pertenecientes a seis clubes de atletismo diferentes, tres de Cataluña y tres de la Región de Murcia. Los clubes que participaron en el estudio eran accesibles a la investigadora principal del estudio, de manera que el tipo de muestreo fue no probabilístico por conveniencia. Se realizó un muestreo

consecutivo para la selección de los participantes dentro de los clubs del estudio, donde los criterios de inclusión establecidos eran, disponer de licencia federativa y estar dentro de las categorías de sub 14 a sub 18.

Para contactar con los clubs, explicar el proceso y facilitar el consentimiento informado, se siguieron los pasos uno y dos anteriormente descritos.

Al final de la temporada al aire libre, se facilitaron los 3 cuestionarios, siguiendo el mismo procedimiento explicado anteriormente, aunque al tratarse de seis clubs y coincidir en algunos casos en días de entrenamiento, el proceso de recogida de datos se alargó tres semanas. El tiempo de realización aproximado de los cuestionarios fue de unos 20 minutos.

Aún estando validados previamente los cuestionarios, se creyó conveniente estudiar y asegurar la validez de constructo de las escalas utilizadas. De manera que siguiendo el procedimiento de análisis anteriormente explicado en los pasos 5º a 8º, se analizaron los estimadores que aseguraron que la matriz de correlaciones fue apropiada, a través de la prueba de esfericidad de Bartlett, el índice de Kaiser-Meyer-Olkin, (Cortina, 1993), el análisis de la estructura interna mediante el análisis factorial exploratorio de componentes principales, la estimación de fiabilidad a través del coeficiente alpha de Cronbach y el análisis factorial exploratorio a través del estadístico denominado Modelo de Ecuaciones Estructurales (Structural Equations Modeling, SEM).

Una vez corroborado la validez de las escalas de medición, los datos recogidos fueron analizados en función de las variables sociodemográficas de estudio: género (masculino, femenino), categoría (sub 14 sub 16 y sub 18), club deportivo (club C1, club C2, club C3, club M4, club M5 y club M6), Región



#### CAPÍTULO IV – MATERIAL Y MÉTODO

Autónoma (Cataluña y Región de Murcia) y su continuidad o abandono en la temporada siguiente.

El análisis de datos realizado ha consistido en, pruebas de normalidad y homeostacidad para conocer el tipo de muestra y las pruebas estadísticas acordes a esta, análisis estadísticos descriptivos, pruebas de correlación, pruebas de análisis de varianza, pruebas para una muestra independiente y tamaño del efecto de los grupos participantes. Todo ello para conocer la relación entre las variables del estudio y comparar los resultados entre grupos.

##### **IV.1.2. Desarrollo y realización de entrevistas.**

Esta fase del estudio pretende analizar cualitativamente las percepciones de padres y madres sobre la participación de sus hijos/as en el deporte. Se basa en un diseño de estudio básico, seccional, descriptivo, microsociológico, de fuentes primarias, cualitativo, empírico de campo.

La muestra del estudio está compuesta por 33 sujetos, 19 madres y 13 padres. La selección de los participantes se realizó mediante un muestreo no probabilístico por cuotas, buscando participación en las tres categorías (sub 14, sub 16 y sub 18). Al contactar con padres y madres para obtener el consentimiento informado de sus hijos/as, se les ofreció participar en el proceso de las entrevistas. Se obtuvieron un total de 50 voluntarios, de los que se entrevistó a 33, al alcanzar el nivel de saturación teórica de los datos (Glaser & Strauss, 1967).

Los datos del estudio se recopilaron mediante entrevistas semiestructuradas de duración comprendida entre 45 y 75 minutos. Las entrevistas fueron guiadas por una única investigadora relacionada con el tema de investigación, de manera que se pudo facilitar la dependencia-estabilidad de los datos (Guba, 1989).

Las entrevistas se realizaron en un despacho en la pista de atletismo, en el horario que los hijos/as estaban entrenando, para facilitar la participación de los padres y madres. Se realizó grabación en video y audio de las entrevistas, previo consentimiento informado de los participantes. Por criterio ético se utilizarán seudónimos para mantener su anonimato.

Se realizó un análisis convencional de los datos siguiendo los pasos de Taylor- Bogdan (1989).

El primer paso de esta estrategia, que se denomina descubrimiento, se realizó previo al trabajo de campo, estableciendo bloques de contenidos basados en la evidencia científica sobre el tema de estudio. La entrevista quedó estructurada con 9 bloques de contenidos (Tabla 1) con un guion previo de preguntas, que podrían ampliarse o reducirse y modificar su orden, según el desarrollo de las entrevistas individuales.

**Tabla 1***Dimensiones de la entrevista para padres y madres de jóvenes atletas*

DIMENSIÓN DE LA ENTREVISTA	
BLOQUES DE PREGUNTAS	NÚMERO DE PREGUNTAS
1. Valor que otorgan padres y madres a la práctica deportiva	5 Preguntas
2. Satisfacción de los padres y madres con la oferta deportiva	3 Preguntas
3. Implicación parental	4 Preguntas
4. Relación con el técnico deportivo	5 Preguntas
5. Apoyo y soporte	7 Preguntas
6. Comportamiento directivo	2 Preguntas
7. Expectativas	3 Preguntas
8. Competición	5 Preguntas
9. Presión Parental	5 Preguntas

Para la realización de las entrevistas se siguieron las siguientes pautas:

- Solicitud de autorización para grabar, explicando que la finalidad de la grabación es para agilizar la toma de datos y que su uso será solo con fin de análisis, recordando la confidencialidad y el anonimato en el uso de la información recabada, ya que no se personalizará ni asociará la información obtenida con el entrevistado que la brindó.
- La entrevista da comienzo con una breve presentación del entrevistador y una explicación sobre el propósito de la misma. Se hace ver al entrevistado la importancia que tiene su cooperación en la realización del estudio y que no hay respuestas correctas ni incorrectas a cada pregunta.
- Actuación según las respuestas del entrevistado. Si el participante da respuestas amplias y abiertas, puede ser que se obtenga toda la información sin necesidad de realizar todas las preguntas de cada una de las dimensiones, teniendo en cuenta la posibilidad de que cada respuesta

pueda llevar a responder la/s pregunta/s subsiguiente/s. Ante esta situación, se deberá chequear antes de finalizar, que se hayan abordado todos los temas de cada punto, aun no habiéndolos preguntado, ya que pudieron haber sido tratados espontáneamente por el entrevistado.

- La entrevista es semiestructurada, por lo tanto, las preguntas no están cerradas. No se dan por obvios los conceptos planteados por el entrevistado. No se presupone el significado o la representación de una idea o concepto, dado que el significado puede variar de una persona a otra. Se reformulará la pregunta si la respuesta no ha sido clara o si resulta tan interesante como para ampliar y comprender a qué refiere el entrevistado con sus expresiones, y después se retomará el orden desarrollado.
- Las interrupciones o distracciones, tanto externas como internas, serán limitadas al máximo para no interferir en la concentración de ambos participantes.
- El entrevistado debe sentir que se le comprende y que no se le está juzgando, ni criticando, para mantener su motivación en el objeto de la entrevista.
- No se debe forzar la respuesta, es deseable y necesario darle un tiempo razonable al entrevistado para que piense su respuesta.
- Al final de la entrevista, debe brindarse al entrevistado la oportunidad de hacer comentarios adicionales sobre los temas tratados, que le permitan agregar alguna otra idea no tratada y concluir su intervención. Y finalmente agradecerle su tiempo y la información aportada.

Tras la realización de las entrevistas, su transcripción se realizó a través del programa NVivo 1. Se procedió a leer en varias ocasiones el contenido para

#### CAPÍTULO IV – MATERIAL Y MÉTODO

establecer los bloques definitivos, codificar los datos y establecer el sistema de categorías, finalizando el proceso con la interpretación de los datos.

En cuanto a la estrategia de validación, se utilizó la 1) triangulación de los datos, utilizando la información recogida con la misma entrevista en otra muestra similar italiana perteneciente al proyecto Europeo AYTOE "Athletics for Young and Teachers All Over Europe- AYTOE", aprobado en la convocatoria del Programa ERASMUS+ SPORT y 2) triangulación del personal de investigación en el proceso de codificación e interpretación de los datos.

La entrevista íntegra puede consultarse en el Anexo 2.

#### **IV.1.3. Diseño e implementación de la herramienta de feedback técnico**

La finalidad de esta fase de estudio es la de crear y validar planillas de feedback técnico para poder dotar de información centrada en el proceso a entrenadores, padres y atletas. Este estudio piloto tiene un diseño básico, seccional, descriptivo, microsociológico, de fuentes primarias, cuantitativo, documental y conceptual.

Para la realización de la herramienta observacional ad Hoc, de feedback técnico en las diferentes pruebas del atletismo, fue necesario establecer una cronología de acciones a desarrollar (Anguera & Blanco-Villaseñor, 2003). Primero se debe delimitar el objeto de observación, en este caso, analizar los requerimientos técnicos a conseguir en cada especialidad del atletismo según la categorías sub 14, sub 16 y sub 18. En segundo lugar, crear un sistema adecuado de observación, para desarrollar el instrumento, se realizó una revisión de la literatura existente relacionada con la temática y se contactó con expertos a nivel nacional en las distintas pruebas del atletismo para obtener recomendaciones técnicas especializadas enfocadas a las categorías de formación a las que va enfocado el

estudio. Se creó una planilla de observación técnica para cada categoría de estudio y cada especialidad, diferenciando las distintas fases y acciones técnicas. En tercer lugar, se establecieron las categorías de evaluación en relación al comportamiento observado (tabla 2). Todas las categorías del formato de campo diseñado son de tipo cerrado, de codificación única y no autorregulables.

Una vez recabada la información, se procedió al análisis de validez de contenido, en la cual se utilizan los juicios con frecuencias consensuados (jueces expertos) para determinar si el contenido de los ítems es apropiado (Latiesa, 2003).

A continuación, se seleccionaron los criterios de inclusión del grupo de 18 expertos, de los que según su especialidad, podrían valorar las herramientas de varias pruebas. Estos expertos fueron 17 hombres y una mujer, con el título de entrenador Nacional, con licencia federativa, dentro del sector de técnicos de la Real Federación Española de Atletismo y/o con atletas internacionales de las pruebas que evalúan. Se les contactó por teléfono y posteriormente se envió la información por e-mail (Anexo 4), que consistía en un documento de presentación formal e institucional del desarrollo del estudio y un segundo documento con las hojas de observación técnicas diseñadas a evaluar, las instrucciones y las planillas de evaluación. en dichas planillas debían realizar una valoración cuantitativa, de cada unidad, empleando una escala tipo Likert del 1 al 4 donde el valor 1 resultaba ser la puntuación más baja y el valor 4 la máxima valoración posible, y otra valoración cualitativa, realizando diferentes observaciones en las categorías que estimasen oportuno. Las valoraciones del instrumento se realizaron en 4 categorías (Tabla 2).

- Grado de coherencia a la dimensión que correspondía el indicador.

CAPÍTULO IV – MATERIAL Y MÉTODO

- Grado de claridad, donde se registra el grado de precisión en la definición y redacción de cada uno de los indicadores.
- Grado de Suficiencia, en cuanto a si los indicadores que componen la dimensión son suficientes para representarla.
- Y grado de relevancia, según la importancia del indicador para su inclusión.

La investigadora principal respondió a las dudas que podían surgir a los expertos por teléfono y por e-mail. Todos los expertos realizaron la revisión de contenidos atendiendo al rigor metodológico (Downing & Haladyna, 2004; Wiersma, 2001).

**Tabla 2***Criterios de Valoración de Expertos sobre las planillas de observación técnica*

<b>Suficiencia:</b> Los ítems que pertenecen a una misma dimensión bastan para obtener la medición de ésta	
<b>Calificación</b>	<b>Indicador</b>
1. No cumple con el criterio	Los ítems no son suficientes para medir la dimensión
2. Bajo nivel	Los ítems miden algún aspecto de la dimensión, pero no corresponden con la dimensión total
3. Moderado nivel	Se deben incrementar algunos ítems para poder evaluar la dimensión completamente
4. Alto nivel	Los ítems son suficientes
<b>Claridad:</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas	
<b>Calificación</b>	<b>Indicador</b>
1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro
2. Bajo nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de las mismas
3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem
4. Alto nivel	El ítem es claro tiene semántica y sintaxis adecuada
<b>Coherencia:</b> El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	
<b>Calificación</b>	<b>Indicador</b>
1. No cumple con el criterio	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión
2. Bajo nivel	El ítem tiene una relación leve con la dimensión
3. Moderado nivel	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que está midiendo
4. Alto nivel	El ítem se encuentra completamente relacionado con la dimensión que está midiendo



<b>Relevancia:</b> El ítem es esencial o importante, es decir, debe ser incluido	
<b>Calificación</b>	<b>Indicador</b>
1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afecta la medición de la dimensión
2. Bajo nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste
3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante
4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido

Seguidamente se procedió a la recolección de toda la información facilitada por los expertos. En una primera tanda de recogida contestaron 10 técnicos, por lo que, para fomentar y facilitar la participación, se creó un vídeo tutorial de tres minutos y se volvió a pedir la participación de los expertos restantes.

Una vez recabada la información, para realizar la validez de contenido se procedió al análisis de los datos mediante la prueba de V de Aiken (Aiken, 1985), coeficiente utilizado para cuantificar la relevancia que presenta un indicador respecto a un grupo de expertos. Su valor oscila entre .00 y 1.00, siendo este último el que señala una perfecta concordancia entre los jueces respecto al contenido evaluado. Se calcularon además los intervalos de confianza, prueba que demuestra una mayor bondad para la creación de instrumentos, mediante el método score (Penfield & Giacobbi, 2004), en los niveles 90% ya que el tamaño de la muestra era pequeño.

Las planillas finales quedan recogidas en los anexos (5-34).

#### **IV.1.4. Efectos de la herramienta de feedback técnico en la autoconfianza, orientación competitiva y adherencia deportiva en atletas de categorías sub 14 a sub 18**

El objetivo de esta fase de estudio es conocer la influencia de la autoconfianza rasgo, estado y clima motivacional en la adherencia de jóvenes atletas,

comprobando el efecto de la herramienta de feedback orientado a la tarea. El diseño de estudio es cuantitativo, experimental de campo, longitudinal prospectivo de panel, aplicado, explicativo, microsociológico y de fuentes primarias.

En esta última fase de estudio se aplicaron los instrumentos previamente validados. La muestra del estudio corresponde a atletas de categorías sub 14, sub 16 y sub 18 de los clubs de atletismo ELCANO y UCAM Cartagena. Los criterios de inclusión para la selección de los clubs fueron 3, pertenecer a la Región de Murcia, ser el club con mayor número de licencias federativas de la región, y/o ser el club de más nivel regional (equipo que participa en las ligas nacionales de mayor nivel y mayor número de atletas en campeonatos de España e internacionales en las diferentes categorías).

1) En primer lugar, a principio de temporada 18/19 se contactó con los presidentes y la directora técnica del club para concertar una reunión donde se presentó el proyecto de investigación en detalles (base teórica, objetivos de investigación, confidencialidad de los datos y fases de la investigación).

2) Recibido el visto bueno, se remitió dicha información, desde el mismo club, a través de los grupos de whatsapp a los padres/madres, y en los días de entrenamiento posteriores se entregó el consentimiento informado para aprobar la participación de los atletas en el estudio.

3) La investigadora principal acudió durante dos semanas consecutivas, de lunes a viernes para recoger la máxima muestra posible (149 sujetos), en horario de entrenamiento de los atletas, para facilitar los cuestionarios, "*Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego*" (TEOSQ) e "*Inventario de Autoconfianza Deportiva Rasgo*" (TSCI), y dar las indicaciones adecuadas para su cumplimentación. Para no intervenir negativamente en la sesión de entrenamiento y poder atender las

## CAPÍTULO IV – MATERIAL Y MÉTODO

posibles dudas que pudieran surgir, Los atletas realizaron los cuestionarios en la grada de la instalación, se pidió a los atletas sub 18 que acudieran 20 minutos antes del entrenamiento para realizar los cuestionarios. Mientras que las categorías sub 14 y sub 16 cumplieron los cuestionarios en los últimos 20 minutos de entrenamiento.

4) Al principio de la temporada de aire libre, se entregan a los/as entrenadores/as las planillas de feedback técnico creadas en las diferentes pruebas del atletismo, para que revisen su contenido y resolver dudas.

5) Durante 3 semanas en la temporada de aire libre los/as entrenadores/as evalúan a través de las planillas a los/las atletas a través de una observación directa e indirecta. Se realizó un muestreo por cuotas de las categorías sub 14, sub 16 y sub 18, obteniendo una muestra de 86 sujetos. Puesto que existen varios entrenadores en las diferentes categorías, se repartieron las pruebas a evaluar en base a su mayor especialización.

6) Una vez finalizada la valoración por parte de los/las entrenadores/as, los resultados fueron registrados en el programa excel, para generar informes gráficos, que fueron entregados a los/las atletas.

7) Al final de temporada se volvieron a pasar los cuestionarios, "*Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego*" (TEOSQ) e "*Inventario de Autoconfianza Deportiva Rasgo*" (TSCI) para comprobar la evolución de la autoconfianza y el clima motivacional.

8) En la temporada siguiente 19/20 se comprobó que atletas continuaron y cuántos abandonaron el deporte (atletismo).

Para comprobar la influencia de los informes técnicos en las variables autoconfianza y orientación competitiva, y su relación con el abandono deportivo, se realizaron varias pruebas estadísticas.

Los datos recogidos fueron analizados en función de las variables sociodemográficas de estudio: género (masculino, femenino), categoría (sub 14 sub 16 y sub 18) y su continuidad o abandono en la temporada siguiente.

El análisis de datos realizado ha consistido en, pruebas de normalidad y homeostadidad para conocer el tipo de muestra y las pruebas estadísticas acordes a esta, análisis estadísticos descriptivos, pruebas de correlación, pruebas de análisis de varianza, pruebas para una muestra independiente y tamaño del efecto de los grupos participantes y pruebas de medidas repetidas.

## IV.2. PARTICIPANTES

### IV.2.1. Participantes del estudio 1: *“Validación de instrumentos de evaluación y fase exploratoria”*

A continuación, se presenta la muestra participante en cada una de las fases del proceso de *validación de instrumentos de evaluación y fase exploratoria*.

En la primera fase de validación de instrumentos se realizó el estudio piloto de validación del cuestionario *Fuentes de Confianza en el Deporte (Sources of Sport Confidence Questionnaire)*, en la que participaron 122 sujetos de dos club de atletismo de Cataluña, 66 sujetos del Club Muntanyenc sant Cugat de los cuales 25 de la categoría sub 14 (17 de género femenino y 8 masculino, 23 de la categoría sub 16 (15 de género femenino y 8 masculino) y de la categoría sub 18 (10 de género femenino y 8 masculino); y 56 sujetos del Club Atletisme Canaletes Sant Martí de los cuales 23 de la categoría sub 14 (14 de género femenino y 9 masculino), 24 de la categoría sub 16 (14 de género femenino y 10 masculino y 9 de la categoría sub 18 (3 de género femenino y 6 masculino).

## CAPÍTULO IV – MATERIAL Y MÉTODO

En la segunda fase de validación de los instrumentos, *Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego (Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire or TEOSQ*. Duda y Nicholls, 1992), *Inventario de Autoconfianza Deportiva Rasgo (Trait Sport-Confidence Inventory or TSCI*. Vealey, 1986) y *Fuentes de Confianza en el Deporte (Sources of Sport Confidence Questionnaire*, participaron 288 sujetos de 6 clubes de atletismo.

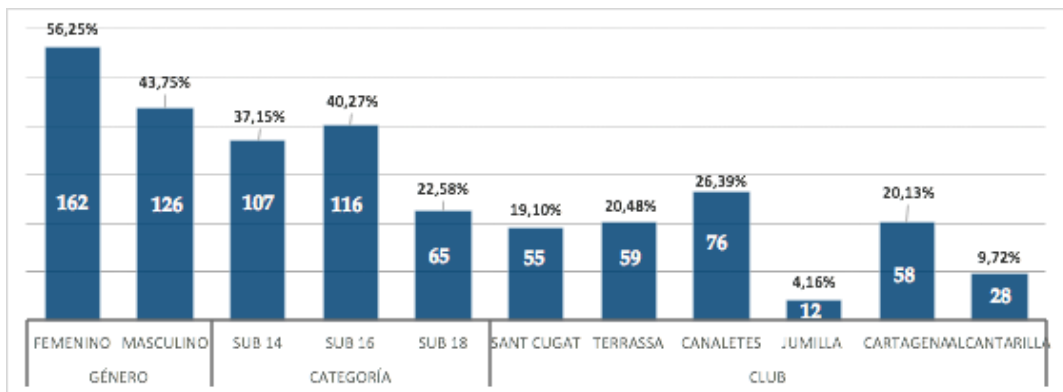
Tres clubes de atletismo de Cataluña, 55 sujetos del Club Muntanyenc Sant Cugat de los cuales 22 de la categoría sub 14 (14 de género femenino y 8 masculino), 14 de la categoría sub 16 (13 de género femenino y 2 masculino) y 18 de la categoría sub 18 (10 de género femenino y 8 masculino), 59 sujetos del club Unió Atletica Terrassa, de los cuales 23 de la categoría sub 14 (16 de género femenino y 7 masculino), 27 de la categoría sub 16 (11 de género femenino y 16 masculino) y 9 de la categoría sub 18 (4 de género femenino y 5 masculino) y 76 sujetos del Club Atletisme Canaletes Sant Martí de los cuales 30 de la categoría sub 14 (17 de género femenino y 13 masculino), 28 de la categoría sub 16 (16 de género femenino y 12 masculino) y de la categoría sub 18 (9 de género femenino y 9 masculino).

Y tres clubes de atletismo de la Región de Murcia, 12 atletas del club Athletic Club Jumilla de los cuales 7 de la categoría sub 14 (3 de género femenino y 4 masculino), 1 sujeto de la categoría sub 16 de género masculino y 4 de la categoría sub 18 (3 de género femenino y 1 masculino), 58 atletas de atletismo de Cartagena (ELCANO y UCAM Atletismo Cartagena) de los cuales 17 de la categoría sub 14 (9 de género femenino y 8 masculino), 33 de la categoría sub 16 (21 de género femenino y 12 masculino) y 8 de la categoría sub 18 (2 de género femenino y 6 masculino), y 28 atletas del Sociedad atlética Alcantarilla de los cuales 8 de la categoría sub 14 (5 de género femenino y 3 masculino), 12 de la categoría sub 16 (6

de género femenino y 6 masculino) y 8 de la categoría sub 18 (3 de género femenino y 5 masculino).

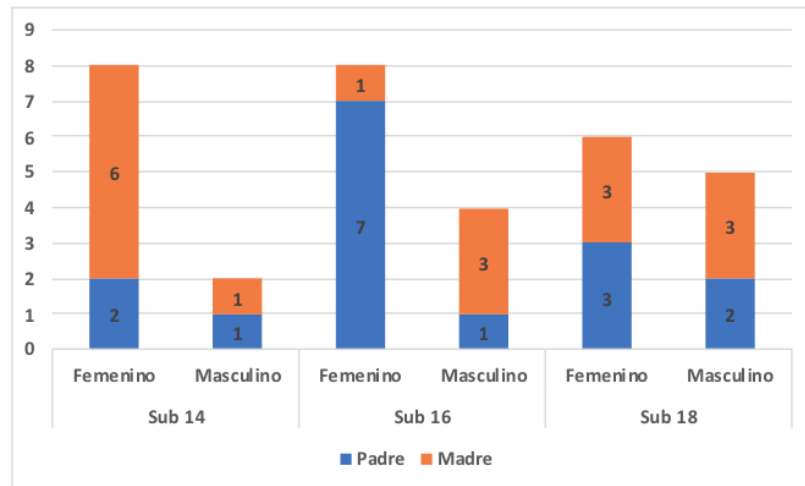
### Figura 29

*Atletas participantes en la fase 2 de Validación de instrumentos de evaluación y fase exploratoria.*



#### IV.2.2. Participantes del estudio 2: “Desarrollo y realización de entrevistas”

Para la realización de las entrevistas se contó con una muestra final de 33 sujetos, 16 hombres (3 en la categoría sub 14, 8 en la categoría sub 16 y 5 en la categoría sub 18) y 17 mujeres (7 en la categoría sub 14, 4 en la categoría sub 16 y 6 en la categoría sub 18).

**Figura 30***Participantes en las entrevistas*

#### IV.2.3. Participantes del estudio 3: *“Diseño e implementación de la herramienta de feedback técnico”*

Para la creación y validación de las planillas de feedback técnico de atletismo se contó con 18 expertos en el ámbito del atletismo y especialistas de un sector o prueba. La muestra estaba compuesta por 17 hombres y una mujer, cuya media de edad es de 58,38 años, con edades comprendidas entre (34-77 años) y una experiencia media de entrenador/a en el deporte de 24,55 años.

Para la validación de las planillas de peso, disco, martillo y jabalina, participaron 3 entrenadores varones expertos en el sector de lanzamientos, para la validación de las planillas de las pruebas salto de longitud y triple salto, participaron 2 entrenadores varones y una mujer entrenadora, todos expertos en saltos horizontales, para la validación de la prueba de salto de altura participaron 3 entrenadores varones expertos en la prueba, para la validación de la planilla de

carreras y salida de tacos participaron 3 entrenadores varones expertos en la prueba, para la validación de la planilla de la técnica de vallas, participaron 3 entrenadores varones expertos en el sector de vallas, y por último, para la validación de la planilla de la técnica de marcha, participaron 3 entrenadores varones expertos en el sector de marcha.

**IV.2.4. Participantes del estudio 4: “Efectos de la herramienta de feedback técnico en la autoconfianza, orientación competitiva y adherencia deportiva en atletas de categorías sub 14 a sub 18”**

La muestra de los sujetos participantes en esta fase de estudio fueron 168 atletas, de los cuales 73 de la categoría sub 14 (23 de género masculino y 50 de género femenino), 71 de la categoría sub 16 (24 de género masculino y 47 de género femenino) y 24 de la categoría sub 18 (11 de género masculino y 13 de género femenino).

Para el análisis de medidas repetidas, debido al abandono de los participantes antes de finalizar la temporada, la muestra quedó compuesta de la siguiente manera, 57 de la categoría sub 14 (28 grupo experimental y 29 del grupo control), 43 de la categoría sub 16 (23 grupo experimental y 20 del grupo control) y 10 de la categoría sub 18 (7 grupo experimental y 3 del grupo control).



## **V – RESULTADOS**



## V - RESULTADOS

En este apartado se detallan los resultados de cada uno de los estudios desarrollados, para dar respuesta a los objetivos específicos planteados.

### V.1. ESTUDIO I: “VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y FASE EXPLORATORIA”

En primer lugar, se muestran los resultados del estudio piloto con 122 sujetos para la validación del cuestionario *Fuentes de Confianza en el Deporte (Sources of Sport Confidence Questionnaire)*.

#### V.1.1. Descriptivos

Los resultados descriptivos de los ítems mostraron una adecuada validez de comprensión por parte de los participantes. No hubo ningún ítem, que incumpliera de manera global, valores de desviación estándar inferiores a uno, valores medios alejados del punto medio de la escala, y coeficientes de asimetría y curtosis fuera del rango (-1, 1).

Los resultados de los índices discriminación de la escala y de correlación del elemento-total corregida de los ítems fueron apropiados al ser superiores a 0.40 (Tabla 3) en todas las dimensiones, excepto en la de Comodidad del entorno (ítem 2) y Favorecimiento Situacional (ítem 6).

**Tabla 3***Análisis del índice de discriminación de la escala*

<b>Dimensiones e Ítem</b>	<b>Media si se elimina el elemento</b>	<b>Varianza si se elimina el elemento</b>	<b>Correlación total de elemento-total corregida</b>	<b>Alfa de Cronbach si se elimina el elemento</b>
<b>Demostración de la habilidad</b>				
Ítem 11	25.25	42.45	.693	.885
Ítem 14	24.33	43.40	.83	.862
Ítem 20	24.20	48.44	.594	.896
Ítem 29	23.99	49.89	.586	.897
Ítem 36	24.63	41.64	.792	.867
Ítem 40	24.65	41.71	.854	.857
<b>Experiencia vicaria</b>				
Ítem 12	17.80	38.51	.687	.878
Ítem 21	17.71	36.39	.756	.862
Ítem 30	17.45	36.75	.781	.856
Ítem 37	17.68	37.30	.794	.853
Ítem 41	17.75	40.58	.654	.884
<b>Liderazgo del entrenador</b>				
Ítem 9	21.86	33.75	.683	.917
Ítem 18	21.74	33.31	.823	.888
Ítem 27	21.79	31.29	.823	.888
Ítem 34	21.70	33.59	.801	.893
Ítem 43	21.96	33.31	.796	.893
<b>Apoyo social</b>				
Ítem 1	28.23	33.26	.561	.884
Ítem 10	27.50	31.26	.77	.852
Ítem 19	28.31	30.41	.664	.87
Ítem 28	27.82	30.75	.71	.861
Ítem 35	27.73	30.05	.778	.849
Ítem 39	27.90	31.44	.702	.862

Dimensiones e Ítem	Media si se elimina el elemento	Varianza si se elimina el elemento	Correlación total de elemento-total corregida	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
<b>Maestría</b>				
Ítem 5	22.31	17.14	.434	.799
Ítem 15	21.75	16.24	.645	.732
Ítem 23	21.67	16.71	.652	.734
Ítem 32	22.46	16.28	.548	.762
Ítem 42	22.01	14.90	.619	.738
<b>Preparación física y mental</b>				
Ítem 3	27.22	26.47	.61	.819
Ítem 4	27.3	25.33	.66	.809
Ítem 13	27.24	26.11	.559	.83
Ítem 22	27.20	25.3	.668	.808
Ítem 31	27.10	26.83	.613	.819
Ítem 38	26.86	26.50	.624	.817
<b>Autorrepresentación física</b>				
Ítem 8	9.66	11.74	.717	.517
Ítem 17	9.91	10.67	.696	.495
Ítem 26	9.45	13.32	.633	.403
<b>Comodidad del entorno</b>				
Ítem 2	16.48	14.15	.085	.834
Ítem 7	14.54	14.15	.495	.484
Ítem 24	15.00	11.63	.636	.352
Ítem 33	15.01	12.15	.545	.418
<b>Favorecimiento Situacional</b>				
Ítem 6	9.98	5.607	.24	.501
Ítem 16	8.90	6.844	.36	.252
Ítem 25	8.41	7.679	.292	.369

Los resultados del índice de correlación ítem-dimensión de pertenencia teórica y la correlación ítem-dimensión de no pertenencia teórica, no tuvo una diferencia de al menos dos décimas a favor de la dimensión correspondiente en ninguna de las dimensiones, excepto en la de Favorecimiento Situacional (ítem 25),

donde los resultados de la correlación del ítem 25 con su escala fue de  $\rho_{(122)}=.624$ ,  $p=.00$ , con la escala maestría de  $\rho_{(122)}=.479$ ,  $p=.00$  y con la escala preparación física y mental de  $\rho_{(122)}=.435$ ,  $p=.00$ .

En base a los resultados anteriores se eliminaron de la escala los ítems 2 de la dimensión Comodidad del entorno y los ítems 6 y 25 de la dimensión Favorecimiento Situacional, y debido a que la dimensión queda representada únicamente por un ítem, se decidió eliminar dicha dimensión.

Tras la reestructuración de la escala se procede a estudiar la dimensionalidad del instrumento en una segunda fase con una mayor muestra (288 participantes). Además, también se realizan las validaciones de los cuestionarios, *Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego (Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire or TEOSQ. Duda y Nicholls, 1992)* e *Inventario de Autoconfianza Deportiva Rasgo (Trait Sport-Confidence Inventory or TSCI. Vealey, 1986)*.

## V.1.2. Validación cuestionarios

### V.1.2.1. *Fuentes de Confianza en el Deporte (Sources of Sport Confidence Questionnaire)*

#### V.1.2.1.1. Análisis factorial exploratorio

Una vez analizado el estudio piloto de la escala con los 43 ítems originales, se pretende analizar si la adaptación al español y al atletismo del cuestionario de Fuentes de Confianza en el deporte (SSCQ) de Vealey et al., (1998), ha sido correcta y esta escala mide de forma válida y fiable. En definitiva, se pretende comprobar que cada una de las dimensiones presentadas se encuentran dentro del factor planteado y el modelo de medida propuesto es válido y fiable.

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

El cuestionario finalmente quedó conformado por 39 ítems, referidos a ocho fuentes de confianza en el deporte: *maestría (5 ítems)*, *demostración de habilidad (6 ítems)*, *preparación física y mental (6 ítems)*, *autopresentación física (3 ítems)*, *apoyo social (6 ítems)*, *liderazgo del entrenador (5 ítems)*, *experiencia vicaria (5 ítems)* y *comodidad del entorno (3 ítems)*. La escala de respuesta fue tipo Likert con 7 alternativas de respuesta (1-7), siendo 1 nada importante y 7 muy importante.

Se realiza un análisis factorial exploratorio (validez de constructo) mediante el método de componentes principales Varimax. Esto se llevó a cabo a través de la prueba de adecuación muestral Kaiser-Meyer-Olkin (KMO=0,917) y la prueba de esfericidad de Barlett ( $X^2= 6795,805$ ; gl. =741;  $p < 0,00$ ). Tras la obtención de estos datos, se corroboró la adecuación de llevar a cabo el análisis factorial exploratorio (Parra et al., 2015; Segado, 2009) (ver tabla 4).

**Tabla 4**

*Pruebas estadísticas – Análisis Factorial Exploratorio 39 ítems*

<b>Test</b>	
Kaiser-Meyer-Olkin	.917
Prueba esférica de Barlett	
Chi-cuadrado	6795.805
gl	741
Significatividad	.000

La distribución de los ítems resultó lógica ya que en el primer factor se agrupan ítems relacionados con “demostración de la habilidad” (6 ítems), en el segundo factor se concentran las cuestiones en relación a la “experiencia vicaria” (5 ítems), el tercer factor aglutina ítems en referencia al “liderazgo del entrenador” (5 ítems), el cuarto factor incluye los ítems relacionados con el “apoyo social” (6 ítems), el quinto factor se compone de las afirmaciones sobre “maestría” (5 ítems), el sexto factor se relaciona con los ítems de la “preparación física y mental” (6 ítems), séptimo factor recoge las cuestiones de “autorrepresentación física” (3

ítems) y el octavo factor y último donde se concentran las afirmaciones sobre la “Comodidad del entorno” (3 ítems).

**Tabla 5***Análisis Factorial Exploratorio*

	Ítem	Carga factorial	$\alpha$ Cronbach escala
Demostración de la habilidad	Demuestro que soy mejor que los otros	.809	.888
	Consigo Ganar	.714	
	Demuestro mi habilidad para ganar y/o clasificarme	.652	
	Sé que puedo superar a mis oponentes	.702	
	Demuestro que soy mejor que mis oponentes	.853	
	Demuestro que soy uno de los mejores	.872	
Experiencia vicaria	Veo el rendimiento exitoso de otros atletas	.739	.909
	Veo a otro atleta hacerlo bien	.792	
	Observo como un compañero de entrenamiento lo hace bien	.797	
	Veo a mis amigos tener un rendimiento exitoso	.784	
	Observo a compañeros de mi nivel tener éxito	.787	
Liderazgo del entrenador	Creo en las habilidades (capacidades) de mi entrenador	.680	.899
	Sé que mi entrenador va a tomar decisiones acertadas	.747	
	Sé que el entrenador es un buen líder	.769	
	Confío en las decisiones de mi entrenador	.776	
	Siento que mi entrenador proporciona un liderazgo efectivo	.728	



	Ítem	Carga factorial	$\alpha$ Cronbach escala
Apoyo social	Veo que mis compañeros me animan	.708	.862
	Se que me apoyan las personas importantes para mi	.718	
	Sé que los demás creen en mí y en mis habilidades (capacidades)	.634	
	Me siento motivado por entrenadores y/o familiares	.614	
	Recibo ánimos de entrenadores y/o de familiares	.724	
	Recibo apoyo y reconocimiento de los demás	.658	
Maestría	Domino nuevas habilidades en mi deporte (prueba)	.463	.798
	Mejoro en alguna acción técnica	.737	
	Mejoro mis habilidades técnicas	.721	
	Incremento el número de acciones técnicas que puedo realizar	.683	
	Desarrollo nuevas habilidades y mejoro gracias a ello	.695	
Preparación física y mental	Mantengo mi concentración en la tarea	.767	.833
	Consigo mentalizarme	.859	
	Se que estoy mentalmente preparado	.575	
	Estoy enfocado en lo que quiero conseguir	.502	
	Me preparo física y mentalmente	.556	
	Creo en mi habilidad para esforzarme al máximo	.416	
Auto-representación física	Me siento bien con mi peso	.819	.854
	Me siento bien con mi aspecto	.790	
	Me siento a gusto con mi cuerpo	.648	

	Ítem	Carga factorial	$\alpha$ Cronbach escala
Comodidad del entorno	Practico mi deporte en un ambiente que me gusta	.608	826
	Me siento cómodo en la pista	.745	
	Me gusta el ambiente en la pista	.747	
Número de ítems			39

En la tabla 5 queda reflejada la multidimensionalidad de las fuentes de confianza en el deporte. Todos los factores presentan cargas factoriales  $>.40$ , por lo que todos los atributos serán mantenidos para su posterior análisis factorial confirmatorio.

El instrumento original categoriza las fuentes de confianza en tres dimensiones de orden superior, que son dimensión de logro (variables de maestría y demostración de la habilidad), dimensión de autorregulación (variables de preparación física y mental y autorrepresentación física) y la dimensión de clima social (variables de apoyo social, experiencia vicaria, liderazgo del entrenador, comodidad del entorno y favorecimiento situacional). En los resultados las variables de la escala saturan en dos factores, el primer factor corresponde a las variables *liderazgo del entrenador, apoyo social, experiencia vicaria, comodidad del entorno y autorrepresentación física*, quitando esta última, el factor se correspondería con la dimensión de clima social; el segundo factor estaría compuesto por las variables *demostración de la habilidad, maestría y Preparación física y mental*, donde las dos primeras corresponden a la dimensión de logro, quedando por tanto el tercer factor de autorregulación sin carga factorial de ninguna variable, ya que las variables *autorrepresentación física y Preparación física y mental*, presentan cargas factoriales en otras dimensiones.

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Se realizó el análisis exploratorio del modelo mediante el método de componentes principales Varimax con la extracción de factores con autovalores mayores a 1. En la solución final se muestran dos factores que explican el 63,71% de la varianza. Las dimensiones presentan cargas factoriales superiores a .50 y comunalidades mayores a .50. Esto se llevó a cabo a través de la prueba de adecuación muestral Kaiser-Meyer-Olkin ( $KMO = 0,869$ ) y la prueba de esfericidad de Barlett ( $X^2 = 852,292$ ; gl. = 28;  $p < 0,00$ ) (ver tabla 6).

**Tabla 6***Análisis Factorial Exploratorio*

	<b>Ítem</b>	<b>Carga factorial</b>
Logro	Demostración de la habilidad	.809
	Maestría	.714
	Preparación física y Mental	.652
Clima social	Apoyo social	.739
	Liderazgo del entrenador	.792
	Experiencia vicaria	.797
	Comodidad del entorno	.784
	Autorrepresentación física	.787

Fuente: Elaboración Propia.

Tras la obtención de estos datos, se corroboró la adecuación de llevar a cabo el análisis factorial (Parra et al., 2015; Segado, 2009).

## V.1.2.1.2. Análisis Fiabilidad

Para el análisis de la fiabilidad de la escala propuesta se calculó el  $\alpha$  de Cronbach. Las correlaciones resultantes fueron superiores a lo recomendado por diferentes autores (Alaminos & Castejón, 2006; Babbie, 2000; Nunnally, 1978; Thomas & Nelson, 2007), alcanzando un valor de 0.942. De esta manera se aseguró la estabilidad y una elevada consistencia interna de la escala (Parra et al, 2015).

Respecto a cada una de las dimensiones establecidas, el factor “demostración de la habilidad” alcanzó un  $\alpha$  de Cronbach de 0.888, el factor “experiencia vicaria” un 0.999 y el factor “liderazgo del entrenador” un 0.899, “el factor “apoyo social” un 0.862, el factor “preparación física y mental” un 0.833, el factor “autorrepresentación física” un 0.854, el factor “comodidad del entorno” un 0.826 y el factor “maestría” un 0.798.

#### V.1.2.1.3. Análisis factorial confirmatorio

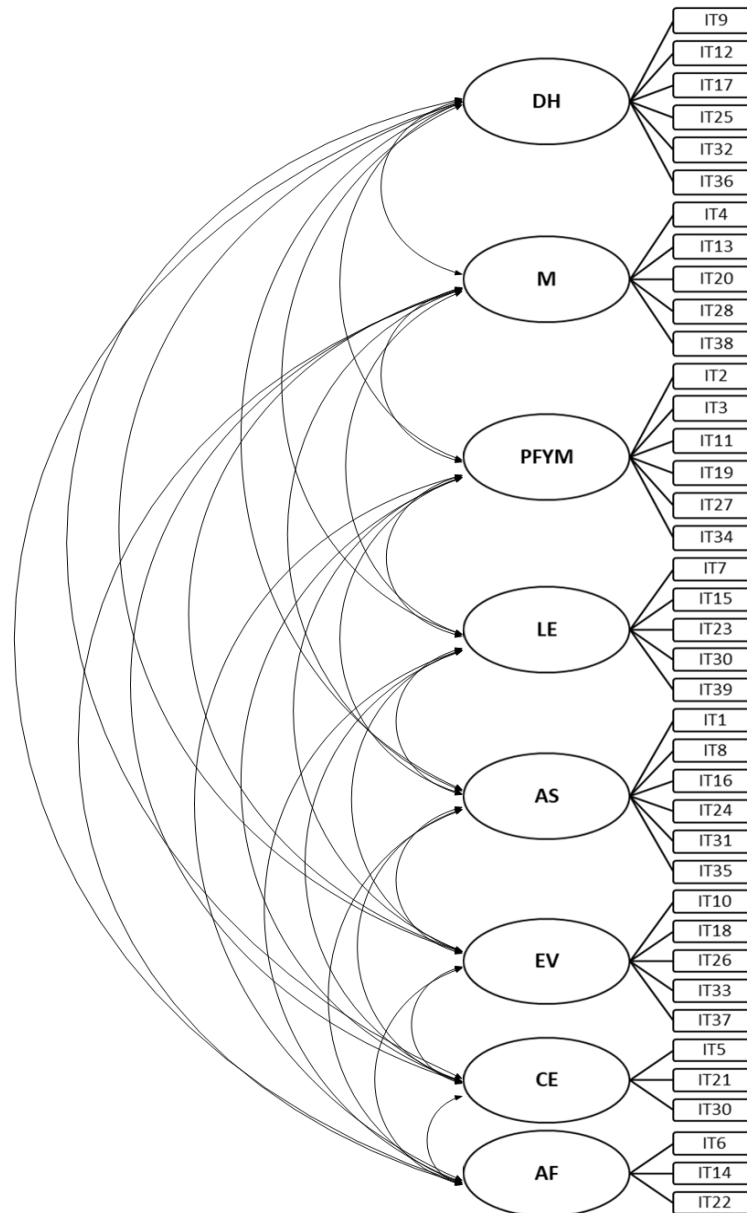
Una vez analizada la dimensionalidad de la escala, se procede a examinar la dimensionalidad global del constructo. Posteriormente en un segundo orden de análisis, se estudiará si tras la escala global propuesta hay uno o varios conceptos latentes con entidad propia.

Para confirmar los datos obtenidos en la primera fase, se opta por el procedimiento estadístico denominado Modelo de Ecuaciones Estructurales (Structural Equations Modeling, SEM), realizado a través del programa estadístico EQS, (Structural Equation Modeling Software, versión 6.1).

Todos los índices presentados (excepto el índice SRMR - método ML) fueron obtenidos a través del método Robust (Yuan-Bentler Correction). Ya que los valores de curtosis multivarida sugieren que la muestra no tiene una distribución normal.

**Figura 31**

*Modelo de medida de las Fuentes de Confianza en el Deporte. Análisis factorial confirmatorio primer orden*



En la tabla 7 se pueden comprobar los pasos realizados para obtener mejores índices de ajuste del modelo de la medición de Fuentes de Confianza en el Deporte. En relación con la chi-cuadrado es posible verificar que el análisis de este indicador a través de la ecuación “chi-cuadrado / grados de libertad” muestra que obtenemos un indicador aceptable para el modelo en cuestión ( $\chi^2/g.l.=1.65$ ) en la etapa 1 del primer orden, dado que las recomendaciones apuntan hacia un valor  $<2$ .

**Tabla 7**

*Análisis Factorial Confirmatorio de las Fuentes de Confianza en el Deporte: Etapas 1. – Primer orden*

Medidas de bondad de ajuste	Valor Óptimo	Etapas 1
<b><i>Medidas de ajuste absoluto</i></b>		
Satorra-Bentler	*p> .05;	1118.7973 ***(674)
$\chi^2$ (g.l.) <sup>1</sup> es > ó <	**p>.01;***p>.001	
SRMR	<.05<.08	.067
RMSEA (90% I.C.) <sup>2</sup>	<.05<.08	.048 (.043- .053)
<b><i>Medidas de ajuste incremental</i></b>		
Bentler – Bonett Non - Normed	>.90	.898
Fit Index <sup>2</sup>	>.90	.907
Bollen (IFI) <sup>2</sup>	Próximo a 1	.908

A continuación, en la tabla 8, se puede observar que los valores relativos a los factores, error residual y varianza explicada de los modelos, nos permiten observar como la totalidad de los indicadores del modelo de medición de las Fuentes de Confianza en el Deporte presentan saturaciones superiores a .40, por lo que no se eliminó ningún ítem.

**Tabla 8**

*Saturación de los indicadores en los factores ( $\lambda$ ), error residual (E) y varianza explicada (R<sup>2</sup>) del modelo de medición de las Fuentes de Confianza en el Deporte: Etapa 1 y 2 – Primer orden*

Factor	$\lambda$	$\lambda$	E	E	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup>
	Etapa 1	Etapa 2	Etapa 1	Etapa 2	Etapa 1	Etapa 2
<b>Demostración de la habilidad</b>						
Ítem 9	.729	.729	.685	.685	.531	.531
Ítem 12	.641	.641	.768	.768	.410	.411
Ítem 17	.689	.690	.724	.723	.475	.477
Ítem 25	.680	.680	.734	.733	.462	.463
Ítem 32	.872	.872	.490	.490	.760	.760
Ítem 36	.915	.914	.403	.405	.837	.836
<b>Experiencia vicaria</b>						
Ítem 10	.784	.784	.621	.621	.614	.614
Ítem 18	.834	.834	.551	.552	.696	.695
Ítem 26	.840	.840	.543	.543	.706	.705
Ítem 33	.859	.860	.511	.511	.738	.739
Ítem 37	.767	.768	.641	.641	.589	.589
<b>Liderazgo del entrenador</b>						
Ítem 7	.681	.681	.732	.732	.464	.464
Ítem 15	.817	.817	.577	.577	.668	.667
Ítem 23	.867	.867	.499	.499	.751	.751
Ítem 30	.850	.850	.526	.526	.723	.723
Ítem 39	.788	.789	.615	.615	.622	.622
<b>Apoyo social</b>						
Ítem 1	.617	.617	.787	.787	.380	.380
Ítem 8	.696	.696	.718	.718	.485	.484
Ítem 16	.725	.725	.689	.689	.526	.526
Ítem 24	.762	.762	.647	.647	.581	.581
Ítem 31	.824	.824	.566	.566	.679	.679
Ítem 35	.676	.677	.736	.736	.458	.458

Factor	$\lambda$	$\lambda$	E	E	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup>
	Etapa 1	Etapa 2	Etapa 1	Etapa 2	Etapa 1	Etapa 2
<b>Maestría</b>						
Ítem 4	.443	.443	.897	.897	.196	.196
Ítem 13	.793	.791	.609	.612	.629	.626
Ítem 20	.739	.738	.673	.675	.547	.545
Ítem 28	.649	.651	.761	.759	.421	.423
Ítem 38	.730	.732	.683	.682	.533	.535
<b>Preparación física y mental</b>						
Ítem 2	.573	.507	.820	.862	.328	.257
Ítem 3	.646	.590	.764	.808	.417	.348
Ítem 11	.672	.666	.740	.746	.452	.443
Ítem 19	.683	.688	.730	.726	.467	.473
Ítem 27	.748	.747	.663	.666	.560	.556
Ítem 34	.701	.718	.713	.696	.492	.516
<b>Autorrepresentación física</b>						
Ítem 6	.815	.815	.579	.579	.665	.665
Ítem 14	.836	.836	.549	.549	.698	.698
Ítem 22	.793	.793	.609	.609	.629	.629
<b>Comodidad del entorno</b>						
Ítem 5	.751	.751	.660	.660	.565	.564
Ítem 21	.830	.831	.558	.556	.689	.691
Ítem 29	.778	.778	.628	.628	.606	.605

Analizando sucintamente los factores, se puede observar que en el factor **demostración de la habilidad**, es el ítem 36 el que presenta una mayor saturación (.915), en el factor “**experiencia vicaria**”, el ítem 33 es el que más satura (.859), en el factor “**liderazgo del entrenador**”, el indicador que mayor saturación ofrece es el ítem 33 con una carga de (.867), en el factor “**apoyo social**”, el indicador que mayor saturación tiene es el ítem 31 con una carga de (.824), en el factor “**maestría**”, el indicador de mayor saturación es el ítem 13 con una carga de (.793), en el factor “**preparación física y mental**”, el indicador que presenta una mayor saturación es



## CAPÍTULO V – RESULTADOS

el ítem 27 con una carga de (.748), en el factor “**autorrepresentación física**”, el indicador que mayor saturación ofrece es el ítem 14 con una carga de (.836) y por último en el factor “**comodidad del entorno**”, el indicador que mayor saturación muestra es el ítem 21 con una carga de (.830).

Puesto que el índice del valor NNFI no es el adecuado y el ajuste del valor SRMR puede mejorarse, se pasará a la etapa 2 (ver tabla 9).

El análisis del LM test y Robust mostró que la introducción de las covarianzas entre los errores de medida conducía a la mejora de los índices de ajuste, por lo que siguiendo las recomendaciones de mejora del análisis se introdujo la primera propuesta de covarianza entre los errores de medida de los ítems 2 y 3 pertenecientes al factor preparación física y mental.

En la tabla 9 se puede comprobar que en esta etapa se producen mejores índices de ajuste del modelo, destacando el NNFI que supera los valores de referencia (>.90) y la ligera disminución del índice SRMR (<.05-.08).

Respecto a chi-cuadrado es posible verificar que el análisis de este indicador a través de la ecuación “chi-cuadrado / grados de libertad” muestra que seguimos obteniendo un indicador aceptable para el modelo en cuestión ( $\chi^2/g.l.=1.59$ ).

**Tabla 9**

*Análisis Factorial Confirmatorio de las Fuentes de Confianza en el Deporte: Etapas 1 y 2*  
– Primer orden

Medidas de bondad de ajuste	Valor Óptimo	Etapa 1	Etapa 2
<i>Medidas de ajuste absoluto</i>			
Satorra-Bentler	*p>.05;	1118.7973	1072.9085
$\chi^2$ (g.l.) <sup>1</sup> es > ó <	**p>.01;***p>.001	***(674)	***(673)
SRMR	<.05<.08	.067	.065
RMSEA (90% I.C.) <sup>2</sup>	<.05<.08	.048 (.043- .053)	.046 (.040 - .050)
<i>Medidas de ajuste incremental</i>			
Bentler – Bonett Non - Normed Fit Index <sup>2</sup>	>.90	.898	.908
CFI <sup>2</sup>	>.90	.907	.917
Bollen (IFI) <sup>2</sup>	Próximo a 1	.908	.918

Analizando de nuevo los factores, se pueden observar cambios mínimos. En el factor **demonstración de la habilidad**, es el ítem 36 el que presenta una mayor saturación (.914), en el factor “**experiencia vicaria**”, el ítem 33 es el que más satura (.860), en el factor “**liderazgo del entrenador**”, el indicador que mayor saturación ofrece es el ítem 33 con una carga de (.867), en el factor “**apoyo social**”, el indicador que mayor saturación tiene es el ítem 31 con una carga de (.824), en el factor “**maestría**”, el indicador de mayor saturación es el ítem 13 con una carga de (.791), en el factor “**preparación física y mental**”, el indicador que presenta una mayor saturaciones el ítem 27 con una carga de (.747), en el factor “**autorrepresentación física**”, el indicador que mayor saturación ofrece es el ítem 14 con una carga de (.836) y por último en el factor “**comodidad del entorno**”, el indicador que mayor saturación muestra es el ítem 21 con una carga de (.831).

En la siguiente tabla se pueden observar las correlaciones entre los factores de las Fuentes de Confianza en el Deporte (ver tabla 10).

**Tabla 10***Correlaciones entre los factores del modelo de Fuentes de confianza en el deporte*

Factores	1	2	3	4	5	6	7
Demostración Habilidad							
Experiencia vicaria	.622*						
Liderazgo del entrenador	.393*	.487*					
Apoyo social	.554*	.536*	.111*				
Maestría	.684*	.618*	.281*	.569*			
Preparación física y mental	.490*	.699*	.463*	.309*	.479*		
Autorrepresentación física	.523*	.491*	.288*	.562*	.521*	.381*	
Comodidad del entorno	.530*	.605*	.178*	.598*	.594*	.506*	.600*

Todas las correlaciones entre las variables resultan significativas, pero sin problemas de multicolinealidad ( $r > .80$ ), (Pedhazur, 1982). Destacan las más bajas correlaciones, aunque significativas, entre la variable *liderazgo del entrenador* con *apoyo social* (.111\*) y *comodidad del entorno* (.178\*) y la más alta de las variables *experiencia vicaria* con *preparación física y mental* (.699\*), *maestría* con *demostración de la habilidad* (.684\*), *experiencia vicaria* con *demostración de la habilidad* (.622\*), con *maestría* (.618\*) y con *Comodidad del entorno* (.605\*), donde podemos comprobar que *experiencia vicaria* es la variable que presenta correlaciones más altas.

Una vez finalizado el análisis factorial confirmatorio de primer orden se pasará al de segundo orden con los datos obtenidos en la etapa anterior. Se busca confirmar la existencia de variables latentes superiores. El modelo de Fuentes de Confianza de Vealey et al (1998), engloba 3 variables latentes, que son: dimensión de **logro** (variables de maestría con 5 ítems y demostración de la habilidad con 6 ítems), dimensión de **autorregulación** (variables de preparación física y mental con 6 ítems y autorrepresentación física con 3 ítems) y la dimensión de **clima social** (variables de apoyo social con 6 ítems, experiencia vicaria con 5 ítems, liderazgo del entrenador con 5 ítems, comodidad del entorno con 4 ítems y favorecimiento situacional con tres ítems).

Se realizó el análisis exploratorio del modelo mediante el método de componentes principales Varimax con la extracción de factores con autovalores mayores a 1. En la solución final se muestran dos factores que explican el 63,71% de la varianza. Las dimensiones presentan cargas factoriales superiores a .50 y comunalidades mayores a .53. Esto se llevó a cabo a través de la prueba de adecuación muestral Kaiser-Meyer-Olkin ( $KMO = 0.869$ ) y la prueba de esfericidad de Barlett ( $\chi^2 = 852,292$ ; gl. = 28;  $p < 0,00$ ). Tras la obtención de estos datos, se corroboró la adecuación de llevar a cabo el análisis factorial (Parra et al., 2015; Segado, 2009) (ver tabla 11).

**Tabla 11**

*Pruebas estadísticas – Análisis Factorial Exploratorio*

<b>Test</b>	
Kaiser-Meyer-Olkin	.8869
Prueba esférica de Barlett	
Chi-cuadrado	852.292
gl	28
Significatividad	.000

Aparecen únicamente dos factores latentes de carácter superior, clima social con las variables apoyo social, experiencia vicaria, comodidad del entorno, liderazgo del entrenador y autopercepción física, y el factor de logro con las variables demostración de la habilidad, maestría y preparación física y mental. Al realizar el análisis, el factor de autorregulación del modelo original de Vealey et al (1998) ha quedado dividido y repartido entre los otros factores, autorrepresentación física para el factor clima social y preparación física y mental para el factor de logro (Ver tabla 12).

**Tabla 12***Análisis Factorial Exploratorio*

<b>Factor latente Superior</b>	<b>Variables</b>	<b>Carga factorial</b>	<b><math>\alpha</math> Cronbach escala</b>
Cima Social	Apoyo social	.616	.822
	Experiencia vicaria	.843	
	Comodidad del entorno	.771	
	Liderazgo del entrenador	.716	
	Autorrepresentación física	.706	
Logro	Demostración de la habilidad	.861	.696
	Maestría	.739	
	Preparación física y mental	.592	

Para el análisis factorial confirmatorio de segundo orden, se vuelve a realizar el proceso de tres etapas, con la finalidad de conseguir la mejor adecuación posible.

De nuevo, todos los índices presentados (excepto el índice SRMR - método ML) fueron obtenidos a través del método Robust (Yuan & Bentler, 2000).

Respecto a la relación con la chi-cuadrado es posible verificar que el análisis de este indicador a través de la ecuación “chi-cuadrado / grados de libertad” muestra que es posible obtener un indicador aceptable para el modelo en cuestión ( $\chi^2/g.l.=1.62$ ), dado que las recomendaciones apuntan hacia un valor  $<2$ .

Se puede comprobar que en esta etapa el índice de ajuste CFI y el NNFI se encuentran por encima de los valores de referencia ( $>.90$ ), el índice de ajuste RMSEA y el índice SRMR se encuentran por debajo de los valores de referencia ( $<.05-.08$ ), lo que indica que el modelo presenta un buen ajuste (ver tabla 13).

**Tabla 13**

*Análisis Factorial Confirmatorio de las Fuentes de Confianza en el Deporte: Etapas 1 – Segundo orden. Modelo 2 factores superiores latentes*

<b>Medidas de bondad de ajuste</b>	<b>Valor Óptimo</b>	<b>Etapas 1</b>
<i>Medidas de ajuste absoluto</i>		
Satorra-Bentler	*p> .05;	1122.7756 ***(692)
$\chi^2$ (g.l.) <sup>1</sup> es > ó <	**p>.01; ***p>.001	
SRMR	<.05<.08	.74
RMSEA (90% I.C.) <sup>2</sup>	<.05<.08	.047 (.042- .052)
<i>Medidas de ajuste incremental</i>		
Bentler – Bonett Non - Normed	>.90	.901
Fit Index <sup>2</sup>	>.90	.908
CFI <sup>2</sup>	>.90	.908
Bollen (IFI) <sup>2</sup>	Próximo a 1	.909

Se muestra en la tabla 13, los valores relativos a los factores, error residual y varianza explicada de los modelos, donde se observa que no se encuentran ítem con cargas factoriales por debajo de .40, de manera que se opta por seguir manteniendo todos los indicadores. Analizando de manera concisa los factores, se puede observar que el factor **demostración de la habilidad** tiene una saturación de .531 en el modelo y es el ítem 36 el que presenta una mayor saturación (.912), el factor **“experiencia vicaria”** tiene una saturación de .731 en el modelo y es el ítem 33 es el que más satura (.863) en él, el factor **“liderazgo del entrenador”** tiene una saturación de .805 en el modelo y el indicador que mayor saturación ofrece es el ítem 23 con una carga de (.866), el factor **“apoyo social”** tiene una saturación de .784 en el modelo y es el ítem 31 el que mayor saturación tiene con una carga de (.832), el factor **“maestría”** tiene una saturación de .751 en el modelo, el indicador de mayor saturación que tiene es el ítem 13 con una carga de (.804), el factor **“preparación física y mental”** tiene una saturación de .945 en el modelo, y presenta el ítem 27 con mayor saturación (.749), el factor **“autorrepresentación**

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

**física** “tiene una saturación de .696 en el modelo y su indicador de mayor saturación es el ítem 14 con una carga de (.840) y por último el factor “**comodidad del entorno**” tiene una saturación de .764 en el modelo y el indicador que mayor saturación tiene es el ítem 21 con una carga de (.824).

**Tabla 14**

*Saturación de los indicadores en los factores ( $\lambda$ ), error <sup>o</sup>residual (E) y varianza explicada (R<sup>2</sup>) del modelo de Fuentes de Confianza en el Deporte: Etapa 1 Segundo orden*

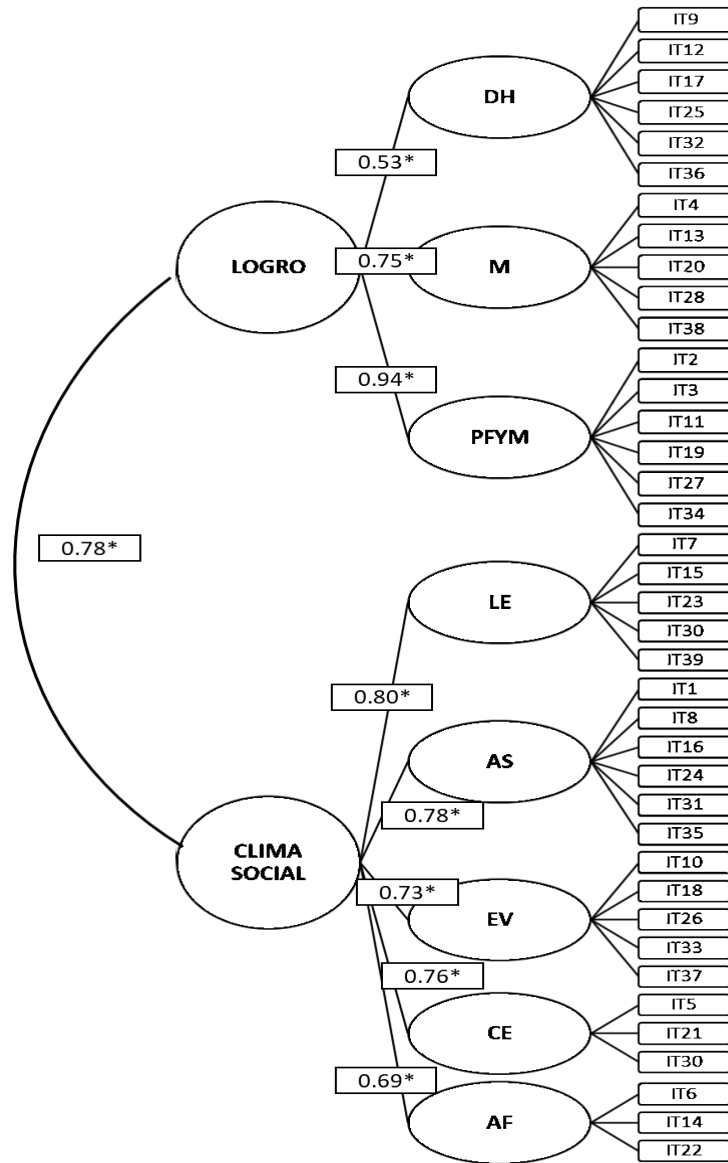
Factor	$\lambda$	E	R <sup>2</sup>
	Etapa 1	Etapa 1	Etapa 1
<b>Demostración de la habilidad</b>			
Ítem 9	.740	.673	.547
Ítem 12	.638	.770	.407
Ítem 17	.705	.710	.497
Ítem 25	.672	.741	.452
Ítem 32	.892	.451	.796
Ítem 36	.912	.410	.832
<b>Experiencia vicaria</b>			
Ítem 10	.778	.629	.605
Ítem 18	.822	.570	.675
Ítem 26	.837	.548	.700
Ítem 33	.863	.505	.745
Ítem 37	.760	.650	.578
<b>Liderazgo del entrenador</b>			
Ítem 7	.673	.740	.453
Ítem 15	.812	.583	.660
Ítem 23	.866	.500	.750
Ítem 30	.855	.519	.731
Ítem 39	.776	.630	.603
<b>Apoyo social</b>			
Ítem 1	.609	.794	.370
Ítem 8	.687	.727	.472
Ítem 16	.710	.704	.504
Ítem 24	.779	.626	.608
Ítem 31	.832	.555	.692
Ítem 35	.667	.745	.445

Factor	$\lambda$	E	R <sup>2</sup>
	Etapa 1	Etapa 1	Etapa 1
<b>Maestría</b>			
Ítem 4	.428	.904	.183
Ítem 13	.804	.595	.646
Ítem 20	.763	.647	.582
Ítem 28	.644	.765	.415
Ítem 38	.730	.684	.533
<b>Preparación física y mental</b>			
Ítem 2	.510	.860	.260
Ítem 3	.609	.794	.370
Ítem 11	.681	.733	.463
Ítem 19	.672	.740	.452
Ítem 27	.749	.663	.561
Ítem 34	.709	.705	.503
<b>Autorrepresentación física</b>			
Ítem 6	.827	.563	.683
Ítem 14	.840	.543	.706
Ítem 22	.791	.612	.625
<b>Comodidad del entorno</b>			
Ítem 5	.747	.665	.558
Ítem 21	.824	.567	.679
Ítem 29	.779	.627	.607



**Figura 32**

*Modelo de medida de Fuentes de Confianza en el Deporte (SSCQ)*



Nota. Demostración de la habilidad (DH), maestría (M), preparación física y mental (PFYM), liderazgo del entrenador (LE), apoyo social (AS), experiencia vicaria (EV), comodidad del entorno (CE) y autorrepresentación física (AF).

Como se puede observar en la figura anterior, los coeficientes  $\beta$  resultantes de la solución estandarizada nos permiten decir que todos los factores tienen un impacto positivo y significativo sobre cada uno de los factores de orden superior al que pertenecen. Dentro del factor superior "logro", es la dimensión de *preparación física y mental* (PFYM) la que presenta un mayor impacto (.945), seguida de *maestría* (M) (.751), siendo la dimensión *demonstración de la habilidad* (DH) la que tiene una menor carga (.531) En el factor superior "clima social" es la dimensión de *liderazgo del entrenador* (LE) la que presenta mayor carga (.805) y la que menor impacto *autopercepción física* (AF) (.696).

**V.1.2.2. Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego (Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire or TEOSQ. Duda y Nicholls, 1992)**

**V.1.2.2.1. Análisis factorial exploratorio**

El instrumento de medida utilizado está formado por 16 ítems que han de continuar la frase "*Me siento realmente exitoso cuando...*". Están referidos a dos orientaciones competitivas, *orientación al ego* (8 ítems) y *orientación a la tarea* (8 ítems). La escala de respuesta fue tipo Likert con 5 alternativas de respuesta (1-5), siendo 1 muy en desacuerdo y 5 muy de acuerdo.

Posteriormente se realiza un análisis factorial exploratorio (validez de constructo) con los 16 ítems mediante el método de componentes principales Varimax. Esto se llevó a cabo a través de la prueba de adecuación muestral Kaiser-Meyer-Olkin (KMO = 0,895) y la prueba de esfericidad de Barlett ( $X^2= 2967,990$ ; gl. = 120;  $p < 0,00$ ). Tras la obtención de estos datos, se corroboró la adecuación de llevar a cabo el análisis factorial exploratorio (Parra et al., 2015; Segado, 2009) (ver tabla 15).

**Tabla 15***Pruebas estadísticas – Análisis Factorial Exploratorio 16 ítems*

<b>Test</b>	
Kaiser-Meyer-Olkin	.895
Prueba esférica de Barlett	
Chi-cuadrado	2967.9902
gl	120
Significatividad	.000

La distribución de los ítems resultó lógica ya que en el primer factor se agrupan ítems relacionados con la “orientación al ego” (8 ítems), en el segundo factor con la “orientación a la tarea” (8 ítems).

En la tabla 16 queda reflejada la multidimensionalidad del Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego. Todos los factores presentan cargas factoriales  $>.40$ , por lo que todos los atributos serán mantenidos para su posterior análisis factorial confirmatorio.

**Tabla 16***Análisis Factorial Exploratorio*

	Ítem	Carga factorial	$\alpha$ Cronbach escala
<b>O. Ego</b>	...soy el único que puede hacer una determinada tarea.	.685	.906
	...puedo hacerlo mejor que mis amigos.	.632	
	... los demás no pueden hacerlo tan bien como yo.	.842	
	...los demás se hacen un lío y yo no.	.727	
	...gano o lo hago mejor que los demás.	.819	
	...soy quien consigue los mejores resultados.	.812	
	...soy el mejor.	.824	
	...soy más hábil que los demás.	.833	
<b>O. Tarea</b>	...soy capaz de seguir esforzándome y de trabajar duro.	.653	.806
	...descubro el "truco" a una nueva tarea.	.567	
	...logro hacer algo que no había podido hacerlo antes.	.645	
	...con esfuerzo y trabajo duro aprendo una habilidad nueva.	.712	
	...trabajo realmente duro.	.701	
	...el hecho de haber aprendido algo nuevo me hace tener más ganas de seguir esforzándome.	.728	
	... algo nuevo que he aprendido me sale muy bien.	.629	
...lo hago lo mejor que puedo.	.572		
Número de ítems.			16

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

## V.1.2.2.2. Análisis de Fiabilidad

Para el análisis de la fiabilidad de la escala propuesta se calculó el  $\alpha$  de Cronbach, alcanzándose un valor de 0.842. De esta manera se aseguró la estabilidad y una elevada consistencia interna de la escala (Parra et al, 2015).

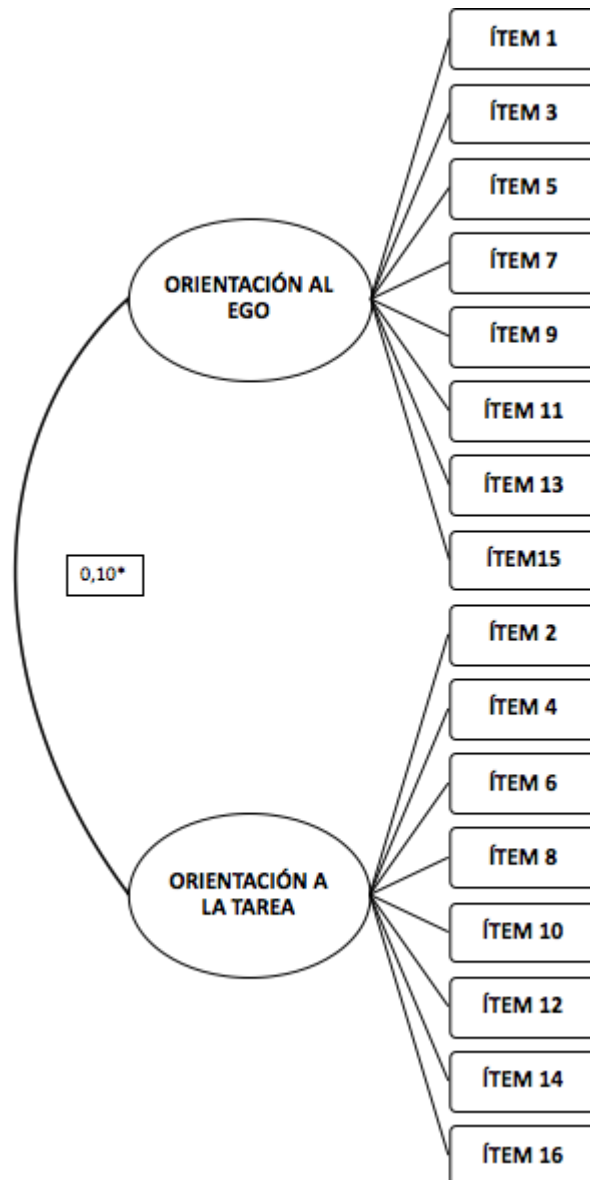
Respecto a cada una de las dimensiones establecidas, el factor “orientación al ego” alcanzó un  $\alpha$  de Cronbach de 0.906 y el factor “orientación a la tarea” un 0.806. En ningún caso la eliminación de ningún ítem mejoraría el valor de fiabilidad de la escala, por lo que se mantiene la escala original para el siguiente paso del análisis factorial confirmatorio.

## V.1.2.2.3. Análisis factorial confirmatorio

Una vez analizada la dimensionalidad de la escala, se procede a examinar la dimensionalidad global del constructo. Posteriormente en un segundo orden de análisis, se estudiará si tras la escala global propuesta hay uno o varios conceptos latentes con entidad propia.

Para confirmar los datos obtenidos en la primera fase, se opta por el procedimiento estadístico denominado Modelo de Ecuaciones Estructurales (Structural Equations Modeling, SEM), el programa estadístico EQS, (Structural Equation Modeling Software, versión 6.1).

Todos los índices presentados (excepto el índice SRMR - método ML) fueron obtenidos a través del método Robust (Yuan-Bentler Correction). Ya que los valores de curtosis multivariada sugieren que la muestra no tiene una distribución normal.

**Figura 33***Modelo de medida de Orientación Competitiva*

En la tabla 17 se pueden comprobar los pasos realizados para obtener mejores índices de ajuste del modelo de la medición del Cuestionario de

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

orientación a la tarea y al Ego. Respecto los índices de ajuste absolutos en chi-cuadrado, es posible verificar que el análisis de este indicador a través de la ecuación “chi-cuadrado / grados de libertad” muestra que no es posible obtener un indicador aceptable para el modelo en cuestión ( $\chi^2/g.l.=3.06$ ), dado que en este caso las recomendaciones apuntan hacia un valor  $<2$ .

Puesto que el índice del valor NNFI, el ajuste del valor SRMR y chi cuadrado de Satorra-Bentler no son los adecuados, se pasará a la etapa 2.

**Tabla 17**

*Análisis Factorial Confirmatorio del Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego:*

*Etapa 1 – Primer orden*

Medidas de bondad de ajuste	Valor Óptimo	Etapa 1
<i>Medidas de ajuste absoluto</i>		
Satorra-Bentler	*p> .05;	316.1998 ***(103)
$\chi^2$ (g.l.) <sup>1</sup> es > ó <	**p>.01; ***p>.001	
SRMR	<.05<.08	.084
RMSEA (90% I.C.) <sup>2</sup>	<.05<.08	.069 (.060- .078)
<i>Medidas de ajuste incremental</i>		
Bentler – Bonett Non - Normed Fit Index <sup>2</sup>	>.90	.889
CFI <sup>2</sup>	>.90	.905
Bollen (IFI) <sup>2</sup>	Próximo a 1	.906

A continuación, en la tabla 18, se puede observar que los valores relativos a los factores, error residual y varianza explicada de los modelos, nos permiten observar como la totalidad de los indicadores del modelo del Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego, presentan saturaciones superiores a .40, por lo que no se eliminó ningún ítem.

**Tabla 18**

*Saturación de los indicadores en los factores ( $\lambda$ ), error residual (E) y varianza explicada ( $R^2$ ) del modelo del Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego: Etapa 1 – Primer orden.*

Factor	$\lambda$ Etapa 1	E Etapa 1	$R^2$ Etapa 1
<b>Orientación al ego</b>			
Ítem 1	.627	.779	.393
Ítem 3	.575	.818	.330
Ítem 5	.800	.601	.639
Ítem 7	.677	.736	.458
Ítem 9	.797	.605	.635
Ítem 11	.797	.604	.635
Ítem 13	.805	.593	.649
Ítem 15	.827	.562	.685
<b>Orientación a la tarea</b>			
Ítem 2	.586	.810	.343
Ítem 4	.517	.856	.267
Ítem 6	.582	.813	.339
Ítem 8	.660	.751	.436
Ítem 10	.634	.773	.402
Ítem 12	.664	.748	.440
Ítem 14	.588	.809	.345
Ítem 16	.472	.881	.223

Analizando con precisión los factores, se puede observar que en el factor “**orientación al ego**”, el ítem 15 es el que presenta una mayor saturación (.827), en el factor “**orientación a la tarea**”, el ítem 12 es el que más satura (.664).

El análisis del LM test y Robust mostró que la introducción de las covarianzas entre los errores de medida conducía a la mejora de los índices de ajuste, por lo que siguiendo las recomendaciones de mejora del análisis se introdujo la covarianza entre los errores de medida siguientes:



## CAPÍTULO V – RESULTADOS

1. De la variable orientación al ego, errores de medida de los ítems 13 y 11, ítems 15 y 11, ítems 15 y 13, ítems 9 y 7 e ítems 5 y 3.
2. De la variable orientación a la tarea, errores de medida de los ítems 14 y 4 e ítems 8 y 4.
3. Y una covarianza entre los errores de medida de indicadores de diferentes factores: de la variable orientación a la tarea el ítem 16 y de la variable orientación al ego ítem 11; de la variable orientación a la tarea el ítem 14 y de la variable orientación al ego ítem 13.

Tras estas acciones, es posible verificar con chi-cuadrado, que el análisis de este indicador a través de la ecuación “chi-cuadrado / grados de libertad” muestra que se obtiene un indicador aceptable para el modelo en cuestión ( $\chi^2/g.l.=1,99$ ).

**Tabla 19**

*Análisis Factorial Confirmatorio del modelo del Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego: Etapas 1 y 2 – Primer orden*

<b>Medidas de bondad de ajuste</b>	<b>Valor Óptimo</b>	<b>Etapas 1</b>	<b>Etapas 2</b>
<b><i>Medidas de ajuste absoluto</i></b>			
Satorra-Bentler	*p> .05;	316.1998	187.4327***(94)
$\chi^2$ (g.l.) <sup>1</sup> es > ó <	**p>.01; ***p>.001	*** (103)	
SRMR	<.05<.08	.084	.080
RMSEA (90% I.C.) <sup>2</sup>	<.05<.08	.069 (.060- .078)	.048 (.038 - .058)
<b><i>Medidas de ajuste incremental</i></b>			
Bentler – Bonett Non - Normed Fit Index <sup>2</sup>	>.90	.889	.947
CFI <sup>2</sup>	>.90	.905	.958
Bollen (IFI) <sup>2</sup>	Próximo a 1	.906	.959

En la tabla anterior se puede comprobar que en esta segunda etapa se producen mejores índices de ajuste del modelo de la medición del Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego, destacando el NNFI que supera los valores de referencia (>.90) y la ligera disminución del índice SRMR quedando en el límite

superior aceptable ( $<.05-.08$ ), además CFI aumenta y RMSEA sigue dentro de los valores de referencia, lo que indica que el modelo presenta una mejor adecuación que en la etapa anterior.

Analizando de nuevo los factores en la tabla 18, se puede observar que en el factor “**orientación al ego**”, son los ítems 5 y 9 los que presentan una mayor saturación (.827), y el ítem 12 el que más satura (.683) en el factor “**orientación a la tarea**”.

En la siguiente tabla se pueden observar las correlaciones entre los dos factores del Cuestionario de orientación a la tarea y al ego (ver tabla 20).

**Tabla 20**

*Correlaciones entre los factores del modelo de Orientación Competitiva*

Factores	1	2
<b>Orientación al ego</b>		.060*
<b>Orientación a la tarea</b>	.126*	

La correlación entre las variables resulta significativa (0.009) pero sin problemas de multicolinealidad ( $r >.80$ ) (Pedhazur, 1982).

**Tabla 21**

*Saturación de los indicadores en los factores ( $\lambda$ ), error residual (E) y varianza explicada ( $R^2$ ) del modelo del Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego: Etapa 1 y 2 – Primer orden*

Factor	$\lambda$	$\lambda$	E	E	$R^2$	$R^2$
	Etapa 1	Etapa 2	Etapa 1	Etapa 2	Etapa 1	Etapa 2
<b>Orientación al ego</b>						
Ítem 1	.627	.633	.779	.774	.393	.401
Ítem 3	.575	.587	.818	.810	.330	.345
Ítem 5	.800	.827	.601	.563	.639	.683
Ítem 7	.677	.726	.736	.688	.458	.527
Ítem 9	.797	.827	.605	.562	.635	.684
Ítem 11	.797	.705	.604	.709	.635	.497
Ítem 13	.805	.727	.593	.687	.649	.528
Ítem 15	.827	.771	.562	.637	.685	.594
<b>Orientación a la tarea</b>						
Ítem 2	.586	.587	.810	.810	.343	.344
Ítem 4	.517	.426	.856	.905	.267	.181
Ítem 6	.582	.579	.813	.815	.339	.335
Ítem 8	.660	.635	.751	.772	.436	.404
Ítem 10	.634	.662	.773	.749	.402	.439
Ítem 12	.664	.681	.748	.732	.440	.464
Ítem 14	.588	.572	.809	.820	.345	.327
Ítem 16	.472	.523	.881	.853	.223	.273

Una vez finalizado el análisis factorial confirmatorio de primer orden, con los datos obtenidos en la etapa anterior, se pasará al de segundo orden donde se busca confirmar la existencia de variables latentes superiores.

Se busca confirmar que las dos dimensiones, “orientación al ego” y “orientación a la tarea”, representan un concepto de orden superior denominado Orientación Competitiva.

Para la obtención del modelo final del Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego (ver Figura 21) en este segundo orden, se vuelve a realizar el proceso de tres etapas, con la finalidad de conseguir la mejor adecuación posible.

De nuevo, todos los índices presentados (excepto el índice SRMR - método ML) fueron obtenidos a través del método Robust (Yuan-Bentler Correction).

Respecto a la relación con la chi-cuadrado es posible verificar que el análisis de este indicador a través de la ecuación “chi-cuadrado / grados de libertad” muestra que es posible obtener un indicador aceptable para el modelo en cuestión ( $\chi^2/g.l.=1,99$ ), dado que en este caso las recomendaciones apuntan hacia un valor  $<2$ .

**Tabla 22**

*Análisis Factorial Confirmatorio de las Fuentes de Confianza en el Deporte: Etapa 1- Segundo orden. Modelo del Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego*

<b>Medidas de bondad de ajuste</b>	<b>Valor Óptimo</b>	<b>Etapas 1-2</b>
<b>Medidas de ajuste absoluto</b>		
Satorra-Bentler $\chi^2$ (g.l.) <sup>1</sup> es > ó <	*p<.05; **p<.01; ***p<.001.	187.4335 ***(94)
SRMR	<.05<.08	.80
RMSEA (90% I.C.) <sup>2</sup>	<.05<.08	.048 (.038 -.057)
<b>Medidas de ajuste incremental</b>		
Bentler – Bonett Non - Normed Fit Index <sup>2</sup>	>.90	.947
CFI <sup>2</sup>	>.90	.958
Bollen (IFI) <sup>2</sup>	Próximo a 1	.959

La tabla 22 muestra los índices de ajuste del AFC de segundo orden. Se puede comprobar que en esta etapa que todos los índices se encuentran en los valores de referencia lo que indica que el modelo presenta un buen ajuste.

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

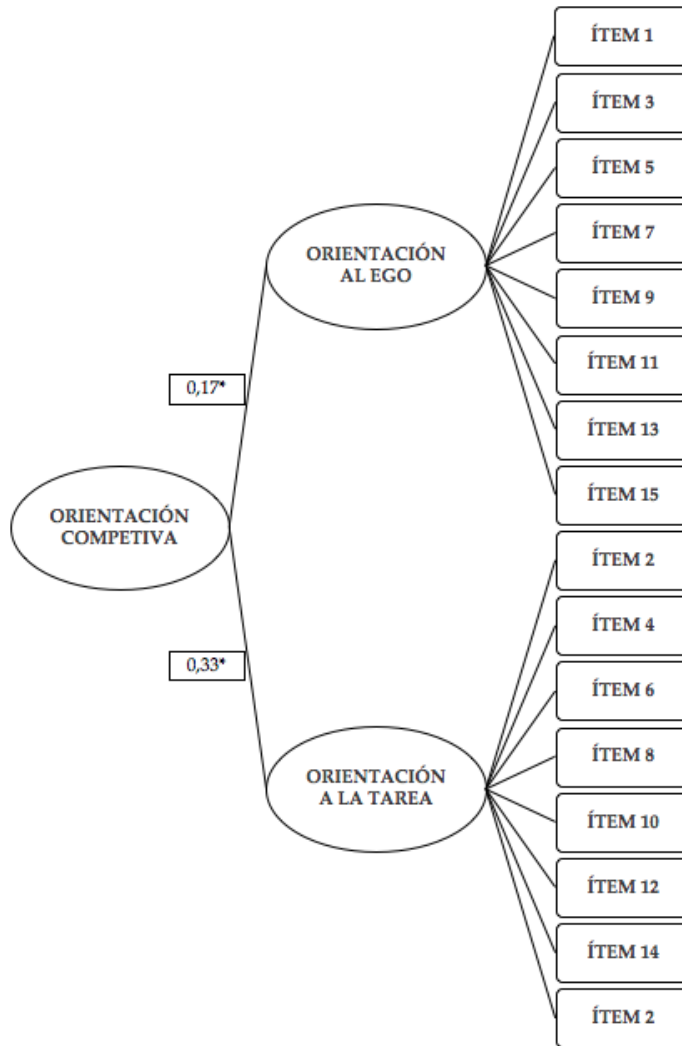
En la siguiente tabla se muestran los valores relativos a los factores, error residual y varianza explicada de los modelos, donde se observa que no se encuentran ítem con cargas factoriales por debajo de .40.

**Tabla 23**

*Saturación de los indicadores en los factores ( $\lambda$ ), error residual (E) y varianza explicada ( $R^2$ ) del modelo del Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego: Etapa 1 – Primer orden*

<b>Factor</b>	<b><math>\lambda</math></b> Etapa 1	<b>E</b> Etapa 1	<b><math>R^2</math></b> Etapa 1
<b>Orientación al ego</b>			
Ítem 1	.633	.774	.401
Ítem 3	.587	.810	.345
Ítem 5	.827	.563	.683
Ítem 7	.726	.688	.527
Ítem 9	.827	.562	.684
Ítem 11	.705	.709	.497
Ítem 13	.726	.687	.527
Ítem 15	.771	.637	.594
<b>Orientación a la tarea</b>			
Ítem 2	.587	.810	.344
Ítem 4	.426	.905	.181
Ítem 6	.579	.815	.335
Ítem 8	.636	.772	.404
Ítem 10	.662	.749	.439
Ítem 12	.681	.732	.464
Ítem 14	.573	.820	.328
Ítem 16	.523	.853	.273

El análisis factorial de segundo orden nos confirma el modelo estructural propuesto para el Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego (ver Figura 34).

**Figura 34***Modelo Final de Orientación Competitiva*

Como se puede observar en la figura anterior, los coeficientes  $\beta$  resultantes de la solución estandarizada nos permiten decir que todos los factores tienen un impacto positivo y significativo sobre la Orientación Competitiva. Observamos como el factor de "orientación a la tarea" es el que presenta un mayor impacto

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

( $\beta=.334$ ) sobre la orientación competitiva, mientras que la “orientación al ego” presenta un impacto menor ( $\beta= .179$ ), aunque igualmente significativo y positivo.

V.1.2.3. *Inventario de Autoconfianza Deportiva Rasgo (Trait Sport-Confidence Inventory or TSCI. Vealey, 1986)*

V.1.2.3.1. Análisis factorial exploratorio.

El instrumento de medida utilizado fue una versión traducida y adaptada al español del Inventario Autoconfianza Deportiva Rasgo (Vealey et al., 1986), que realizaron Balaguer et al., (1990). El cuestionario está formado por 13 ítems que han de continuar la frase “Compara la confianza que tienes en ti mismo, con la del deportista que conozcas con mayor confianza en sí mismo, en cuanto a...”. La escala de respuesta fue tipo Likert con 9 alternativas de respuesta (1-9), siendo del 1-3 baja, del 4-6 media y del 7 al 9 alta.

**Tabla 24**

*Pruebas estadísticas – Análisis Factorial Exploratorio TSCI 13 ítems*

Test	
Kaiser-Meyer-Olkin	.952
Prueba esférica de Barlett	
Chi-cuadrado	2967.794
gl	78
Significancia	.000

Se realiza un análisis factorial exploratorio (validez de constructo) con los 13 ítems mediante el método de componentes principales Varimax. Esto se llevó a cabo a través de la prueba de adecuación muestral Kaiser-Meyer-Olkin (KMO = 0,952) y la prueba de esfericidad de Barlett ( $X^2= 2967,794$ ; gl. = 78;  $p < 0,00$ ). Tras la obtención de estos datos, se corroboró la adecuación de llevar a cabo el análisis factorial confirmatorio (Parra et al., 2015).

**Tabla 25***Análisis Factorial Exploratorio*

<b>Dimensión</b>	<b>Ítems</b>	<b>Carga factorial</b>	<b><math>\alpha</math> Cronbach escala</b>
<b>Autoconfianza rasgo</b>	...tu habilidad para ejecutar las destrezas necesarias para tener éxito.	.709	.919
	...tu habilidad para tomar decisiones críticas durante la competición.	.658	
	... tu habilidad para actuar bajo presión.	.678	
	...tu habilidad para ejecutar las estrategias necesarias para tener éxito.	.671	
	...tu habilidad para concentrarte lo suficientemente bien para tener éxito.	.689	
	...tu habilidad para adaptarte a las diferentes situaciones competitivas y aun así tener éxito.	.740	
	...tu habilidad para alcanzar tus objetivos competitivos.	.778	
	...tu habilidad para tener éxito.	.766	
	...tu capacidad para ser lo suficientemente constante y persistente para tener éxito.	.677	
	... la seguridad que tienes en tu habilidad para pensar y responder con éxito durante la competición.	.717	
	... tu habilidad para enfrentarte al reto de la competición.	.733	
	...tu capacidad para conseguir éxito aun cuando las probabilidades están en tu contra.	.732	
	...tu habilidad para rehacerte de una ejecución floja y tener éxito.	.724	
Número de ítems			13



## CAPÍTULO V – RESULTADOS

La distribución de los ítems resultó lógica ya que todos los ítems cargan en un solo factor, dejando reflejada la unidimensionalidad del Inventario de Autoconfianza Deportiva Rasgo. Todos los factores presentan cargas factoriales  $>.40$ , por lo que todos los atributos serán mantenidos para su posterior análisis factorial confirmatorio.

### V.1.2.3.2. Análisis Fiabilidad

Para el análisis de la fiabilidad de la escala propuesta se calculó el  $\alpha$  de Cronbach. El índice resultante fue superior a lo recomendado por diferentes autores (Alaminos & Castejón, 2006; Babbie, 2000; Nunnally, 1978; Thomas & Nelson, 2007), alcanzando un valor de 0.919. De esta manera se aseguró la estabilidad y una elevada consistencia interna de la escala (Parra et al, 2015).

En ningún caso la eliminación de ningún ítem mejoraría el valor de fiabilidad de la escala, por lo que se mantiene la escala original para el siguiente paso del análisis factorial confirmatorio.

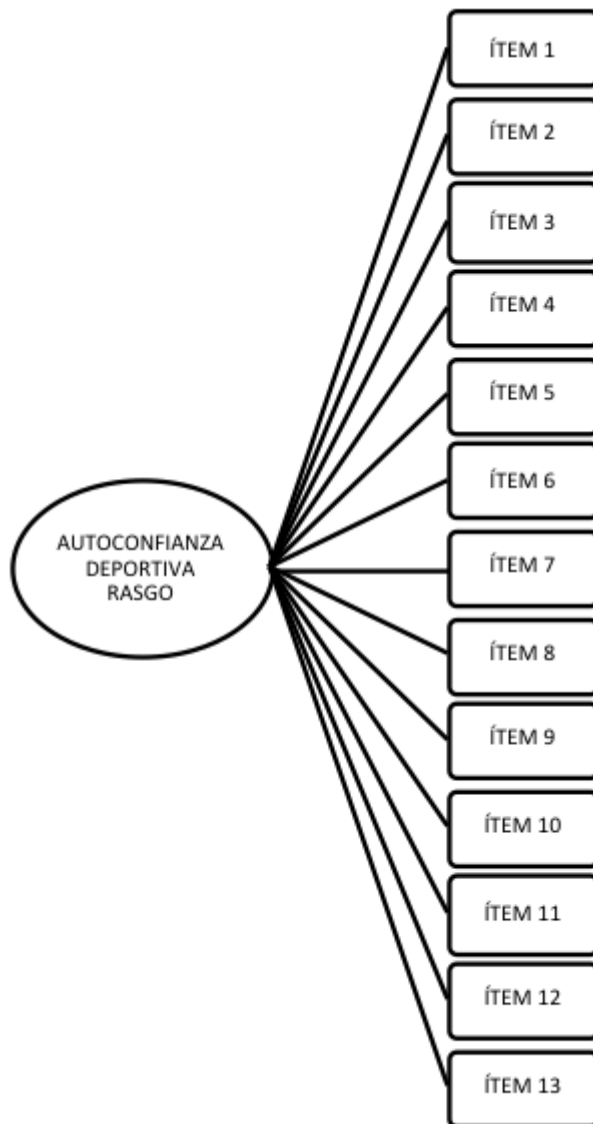
### V.1.2.3.3. Análisis factorial confirmatorio

Para confirmar los datos obtenidos en la primera fase, se opta por el procedimiento estadístico denominado Modelo de Ecuaciones Estructurales (Structural Equations Modeling, SEM), realizando el análisis a través del programa estadístico EQS, (Structural Equation Modeling Software, versión 6.1).

Todos los índices presentados fueron obtenidos a través del método Maximum Likelihood Solution (ML).

**Figura 35**

*Modelo definitivo de medida del Inventario de Autoconfianza Deportiva Rasgo*



## CAPÍTULO V – RESULTADOS

En la tabla 26 se pueden comprobar índices de ajuste obtenidos del modelo de la medición del Inventario de Autoconfianza Deportiva Rasgo. Los índices de ajuste CFI y NNFI superan los valores de referencia (>.90) y los índices SRMR y RMSEA por debajo de los valores establecidos (<.05-.08).

Respecto a la relación con la chi-cuadrado es posible verificar que el análisis de este indicador a través de la ecuación “chi-cuadrado / grados de libertad” muestra que no es posible obtener un indicador aceptable para el modelo en cuestión ( $\chi^2/g.l.=2,67$ ), dado que en este caso las recomendaciones apuntan hacia un valor <2.

**Tabla 26**

*Análisis Factorial Confirmatorio del modelo Autoconfianza Deportiva Rasgo. Etapas 1 – Primer orden*

<b>Medidas de bondad de ajuste</b>	<b>Valor Óptimo</b>	<b>Etapas 1</b>
<i>Medidas de ajuste absoluto</i>		
$\chi^2$ (g.l.) <sup>1</sup> es > ó <	*p<.05; **p<.01; ***p<.001.	173.992***(65)
SRMR	<.05<.08	.035
RMSEA (90% I.C.) <sup>2</sup>	<.05<.08	.043 (.030- .055)
<i>Medidas de ajuste incremental</i>		
Bentler – Bonett Non - Normed	>.90	.950
Fit Index <sup>2</sup>	>.90	.958
CFI <sup>2</sup>	>.90	.958
Bollen (IFI) <sup>2</sup>	Próximo a 1	.958

El análisis del LM test, mostró que la introducción de las covarianzas entre los errores de medida conducía a la mejora de los índices de ajuste, por lo que siguiendo las recomendaciones de mejora del análisis se introdujo la covarianza entre los errores de medida de los ítems 13 y 12, ítems 8 y 7 e ítems 8 y 1.

Tras estas acciones, es posible verificar con chi-cuadrado, que el análisis de este indicador a través de la ecuación “chi-cuadrado / grados de libertad” muestra

que se obtiene un indicador aceptable para el modelo en cuestión ( $\chi^2/g.l.=1,96$ ) (Tabla 27).

**Tabla 27**

*Análisis Factorial Confirmatorio del modelo Autoconfianza Deportiva Rasgo. Etapas 2 – Primer orden*

<b>Medidas de bondad de ajuste</b>	<b>Valor Óptimo</b>	<b>Etapas 1</b>	<b>Etapas 2</b>
<i>Medidas de ajuste absoluto</i>			
$\chi^2$ (g.l.) <sup>1</sup> es > ó <	*p<.05; **p<.01; ***p<.001.	173.992***(65)	121.725***(62)
SRMR	<.05<.08	.035	.031
RMSEA (90% I.C.) <sup>2</sup>	<.05<.08	.043 (.030 - .055)	.047 (.035 - .059)
<i>Medidas de ajuste incremental</i>			
Bentler – Bonett Non - Normed Fit Index <sup>2</sup>	>.90	.950	.971
CFI <sup>2</sup>	>.90	.958	.977
Bollen (IFI) <sup>2</sup>	Próximo a 1	.958	.977

A continuación, en la tabla 28, se puede observar que los valores relativos a los factores, error residual y varianza explicada de los modelos, nos permiten observar como la totalidad de los indicadores del modelo Autoconfianza Deportiva Rasgo, presentan saturaciones superiores a .40, por lo que se mantuvieron todos los ítems.

**Tabla 28**

*Saturación de los indicadores en los factores ( $\lambda$ ), error residual (E) y varianza explicada ( $R^2$ ) del modelo del Autoconfianza Deportiva Rasgo: Etapa 1– Primer orden*

Factor	$\lambda$	$\lambda$	E	E	$R^2$	$R^2$
	Etapa 1	Etapa 2	Etapa 1	Etapa 2	Etapa 1	Etapa 2
<b>Autoconfianza rasgo</b>						
Ítem 1	.680	.668	.733	.744	.463	.446
Ítem 2	.619	.628	.785	.778	.383	.394
Ítem 3	.640	.646	.769	.763	.409	.418
Ítem 4	.635	.637	.772	.771	.403	.405
Ítem 5	.652	.664	.758	.748	.425	.440
Ítem 6	.711	.716	.703	.698	.506	.513
Ítem 7	.762	.748	.648	.663	.580	.560
Ítem 8	.749	.720	.663	.694	.561	.518
Ítem 9	.645	.649	.764	.761	.416	.421
Ítem 10	.688	.691	.726	.723	.473	.478
Ítem 11	.708	.710	.707	.704	.501	.505
Ítem 12	.706	.692	.708	.722	.498	.479
Ítem 13	.697	.686	.717	.728	.486	.470

Analizando con precisión los factores, se puede observar que el ítem 7 es el que presenta una mayor saturación (.762).

### V.1.3. Pruebas de Normalidad y Homocedasticidad

Para conocer la normalidad de la distribución de la muestra de estudio se procede a realizar las pruebas estadísticas de normalidad y homogeneidad de varianza.

En la tabla 29 se muestra la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov ya que la muestra es > 50 participantes.

**Tabla 29***Pruebas de Normalidad*

<b>Kolmogorov-Smirnov</b>					
	Media	Asimetría	Curtosis	Estadístico	Sig.
Autoconfianza rasgo	5.85	-0.13	-0.34	0.04	.20*
Orientación ego	3.25	-0.29	-0.56	0.07	0.00
Orientación tarea	4.29	-1.12	2.03	0.12	0.00
Demostración de la habilidad	4.96	-0.48	-0.22	0.08	0.00
Experiencia vicaria	4.79	-0.50	-0.44	0.08	0.00
Liderazgo del entrenador	5.69	-1.29	1.44	0,15	0.00
Apoyo social	5.68	-0.92	0.50	0.13	0.00
Maestría	5.52	-0.82	0.95	0.11	0.00
Preparación física y mental	5.43	-0.81	0.80	0.09	0.00
Autorrepresentación física	4.95	-0.68	-0.48	0.13	0.00
Comodidad del entorno	5.77	-1.11	0.97	0.15	0.00

\*Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

Para comprobar la homogeneidad de los grupos antes de la intervención, se realizó un análisis de varianza, considerando como variables dependientes la autoconfianza rasgo, orientación al ego, orientación a la tarea, demostración de la habilidad, experiencia vicaria, liderazgo del entrenador, apoyo social, maestría, preparación física y mental, autorrepresentación física y comodidad del entorno y como factor fijo el género, la categoría y la continuidad de los atletas. Encontrando los siguientes resultados:

En el factor de categoría:

Para la variable de autoconfianza rasgo, las varianzas fueron similares entre las categorías sub 14, sub 16 y sub 18,  $F(2,285) = 0.013$ ,  $p = .987$ .

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Para la variable de orientación al ego, las varianzas fueron similares entre las categorías sub 14, sub 16 y sub 18,  $F(2.285)= 1.882$ ,  $p=.154$ .

Para la variable de orientación a la tarea, las varianzas fueron similares entre las categorías sub 14, sub 16 y sub 18,  $F(2.285)= 0.515$ ,  $p=.598$ .

Para la variable de demostración de la habilidad, las varianzas fueron similares entre las categorías sub 14, sub 16 y sub 18,  $F(2.285)= 1.693$ ,  $p=.186$ .

Para la variable de experiencia vicaria, las varianzas fueron similares entre las categorías sub 14, sub 16 y sub 18,  $F(2.285)= 0.865$ ,  $p=.422$ .

Para la variable de liderazgo del entrenador, las varianzas no fueron similares entre las categorías sub 14, sub 16 y sub 18,  $F(2.285)= 4.219$ ,  $p=.016$ .

Para la variable de apoyo social, las varianzas fueron similares entre las categorías sub 14, sub 16 y sub 18,  $F(2.285)= 1.741$ ,  $p=.177$ .

Para la variable de maestría, las varianzas no fueron similares entre las categorías sub 14, sub 16 y sub 18,  $F(2.285)= 3.673$ ,  $p=.027$ .

Para la variable de preparación física y mental, las varianzas fueron similares entre las categorías sub 14, sub 16 y sub 18,  $F(2.285)= 2.988$ ,  $p=.052$ .

Para la variable de Autorrepresentación, las varianzas no fueron similares entre las categorías sub 14, sub 16 y sub 18,  $F(2.285)= 5.309$ ,  $p=.005$ .

Para la variable de Comodidad del entorno, las varianzas no fueron similares entre las categorías sub 14, sub 16 y sub 18,  $F(2.285)= 10.244$ ,  $p=.000$ .

En el factor de género:

Para la variable de autoconfianza rasgo, las varianzas fueron similares entre el género masculino y femenino,  $F(1.286)=1.035$ ,  $p=.31$ .

Para la variable de orientación a la tarea, las varianzas fueron similares entre el género masculino y femenino,  $F(1.286)= 3.578$ ,  $p=.06$ .

Para la variable de orientación al ego, las varianzas fueron similares entre el género masculino y femenino,  $F(1.286)= 0.889$ ,  $p=.347$ .

Para la variable de demostración de la habilidad, las varianzas fueron similares entre el género masculino y femenino,  $F(1.286)= 0.092$ ,  $p=.762$ .

Para la variable de experiencia vicaria, las varianzas fueron similares entre el género masculino y femenino,  $F(1.286)= 0.172$ ,  $p=.678$ .

Para la variable de liderazgo del entrenador, las varianzas fueron similares entre el género masculino y femenino,  $F(1.286)= 0.067$ ,  $p=.796$

Para la variable de apoyo social, las varianzas fueron similares entre el género masculino y femenino,  $F(1.286)= 0.064$ ,  $p=.801$ .

Para la variable de maestría, las varianzas fueron similares entre el género masculino y femenino,  $F(1.286)= 0.715$ ,  $p=.395$ .

Para la variable de preparación física y mental, las varianzas fueron similares entre el género masculino y femenino,  $F(1.286)= 0.024$ ,  $p=.877$ .

Para la variable de Autorrepresentación, las varianzas fueron similares entre el género masculino y femenino,  $F(1.286)= 0.38$ ,  $p=.538$ .

Para la variable de comodidad del entorno, las varianzas fueron similares entre el género masculino y femenino,  $F(1.286)= 0.521$ ,  $p=.471$ .

En el factor de continuidad:

Para la variable de autoconfianza rasgo, las varianzas fueron similares entre los atletas que continúan y los que abandonan,  $F(1.286)= 0.036$ ,  $p=.85$ .

Para la variable de orientación a la tarea, las varianzas fueron similares entre los atletas que continúan y los que abandonan,  $F(1.286)= 0.093$ ,  $p=.76$ .



#### CAPÍTULO V – RESULTADOS

Para la variable de orientación al ego, las varianzas fueron similares entre los atletas que continúan y los que abandonan,  $F(1.286) = 2.191$ ,  $p = .14$ .

Para la variable de demostración de la habilidad, las varianzas fueron similares entre los atletas que continúan y los que abandonan,  $F(1.286) = 0.206$ ,  $p = .65$ .

Para la variable de experiencia vicaria, las varianzas fueron similares entre los atletas que continúan y los que abandonan,  $F(1.286) = 0.041$ ,  $p = .84$ .

Para la variable de liderazgo del entrenador, las varianzas fueron similares entre los atletas que continúan y los que abandonan,  $F(1.286) = 2.55$ ,  $p = .111$ .

Para la variable de apoyo social, las varianzas fueron similares entre los atletas que continúan y los que abandonan,  $F(1.286) = 0.381$ ,  $p = .537$ .

Para la variable de maestría, las varianzas fueron similares entre los atletas que continúan y los que abandonan,  $F(1.286) = 0.154$ ,  $p = .695$ .

Para la variable de preparación física y mental, las varianzas fueron similares entre los atletas que continúan y los que abandonan,  $F(1.286) = 2.604$ ,  $p = .108$ .

Para la variable de Autorrepresentación, las varianzas fueron similares entre los atletas que continúan y los que abandonan,  $F(1.286) = 0.207$ ,  $p = .65$ .

Para la variable de Comodidad del entorno, las varianzas fueron similares entre los atletas que continúan y los que abandonan,  $F(1.286) = 0.055$ ,  $p = .815$ .

En función de los resultados obtenidos (tabla 29), podemos concluir que en la variable autoconfianza rasgo se pueden realizar análisis con pruebas estadísticas paramétricas y en las demás variables de estudio no paramétricas.

#### V.1.4. Descriptivos.

En la Tabla 30 se aprecian los valores descriptivos de las variables del estudio.

**Tabla 30**

*Puntuación en las variables de autoconfianza rasgo, Orientación Competitiva y Fuentes de Confianza en el Deporte. Estadísticos descriptivos. Frecuencias*

	Media	Mediana	Moda	Desviación Estándar
Autoconfianza rasgo	5.85	5.92	6.07	1.17
Orientación ego	3.25	3.31	3.12a	0.90
Orientación tarea	4.29	4.37	4.62	0.54
Demostración				
Habilidad	4.96	5	5.5	1.27
Experiencia vicaria	4.79	5	5.20a	1.47
Liderazgo del				
entrenador	5.69	6	7	1.21
Apoyo social	5.68	5.83	5.83	0.98
Maestría	5.52	5.60	5.40	0.94
Preparación física y				
mental	5.43	5.66	6.33	0.99
Autorrepresentación				
física	4.95	5.33	7	1.67
Comodidad del				
entorno	5.77	6	7	1.19

a Existen múltiples modos. Se muestra el valor más pequeño.

En la Tabla 31 se observan los valores descriptivos de las variables de estudio en función de la categoría y el género. En la variable de autoconfianza rasgo son los chicos sub 16 los que puntúan más alto, en el caso de las chicas se observa un descenso progresivo de la categoría sub 14 a sub 18. En el clima motivacional, los chicos de la categoría sub 16 puntúan más alto en orientación al ego, mientras que en el género femenino la puntuación va en aumento según avanza de categoría. En cuanto a la orientación a la tarea, las chicas puntúan por encima de los chicos en todas las categorías, encontrando la puntuación más alta en la categoría sub 16. Dentro de las Fuentes de Confianza Deportiva, la variable apoyo social obtiene su mayor puntuación en las chicas de la categoría sub 16, en la variable preparación

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

física y mental puntúan más alto los chicos de la categoría sub 18, creciendo progresivamente las puntuaciones desde la categoría sub 14 a la sub 18, en la variable demostración de la habilidad la puntuación más alta se alcanza con independencia del género, en la categoría sub 16, siendo más alta la puntuación en chicos (5.37), en la variable Autorrepresentación física también se obtiene la puntuación más alta, con independencia del género, en la categoría sub 16, resultando la misma puntuación (5.10) tanto en chicos como chicas, en la variable maestría, la puntuación más alta se encuentra en el género masculino en la categoría sub 18 (5.78), en la variable experiencia vicaria la puntuación más alta se encuentra en el género masculino en la categoría sub 16 (5.02), en la variable comodidad del entorno la puntuación más alta se alcanza con independencia del género, en la categoría sub 16, siendo más alta la puntuación en chicas (6.06), y finalmente en la variable liderazgo del entrenador puntúan más alto los chicos de la categoría sub 18 (6.13), creciendo progresivamente las puntuaciones desde la categoría sub 14 a la sub 18.

Dentro de las Fuentes de Confianza Deportiva, en la categoría sub 14 es la variable Apoyo social la que obtiene una mayor puntuación sobre las demás, tanto en la categoría femenina, como masculina, en la categoría sub 16 es la variable Comodidad del entorno y en la categoría sub 18 sería la variable liderazgo del entrenador el género masculino (6.13) y la variable comodidad del entorno en el género femenino (5.88).

**Tabla 31**

*Puntuación en las variables de autoconfianza rasgo, Orientación Competitiva y Fuentes de Confianza en el Deporte en función de la categoría y el género*

		Sub 14		Sub 16		Sub 18	
		M	F	M	F	M	F
Autoconfianza rasgo	Media	5.76	6.04	6.10	5.70	5.91	5.51
	±DE	±1.11	±1.18	±1.17	±1.21	±0.97	±1.31
Orientación ego	Media	3.20	3.04	3.51	3.28	3.27	3.29
	±DE	±0.9	±0.98	±0.76	±0.85	±0.93	±0.93
Orientación tarea	Media	4.13	4.25	4.20	4.49	4.18	4.48
	±DE	±0.62	±0.52	±0.52	±0.44	±0.68	±0.41
Demostración Habilidad	Media	4.81	4.81	5.37	4.88	5.37	4.63
	±DE	±1.38	±1.42	±1.15	±1.19	±1.14	±1.30
Experiencia vicaria	Media	4.70	4.89	5.02	4.89	4.59	4.45
	±DE	±1.52	±1.58	±1.33	±1.42	±1.6	±1.34
Liderazgo del entrenador	Media	5.44	5.42	5.60	5.93	6.13	5.75
	±DE	±1.42	±1.29	±1.13	±1.06	±0.79	±1.35
Apoyo social	Media	5.66	5.62	5.72	5.87	5.44	5.68
	±DE	±1.05	±1.11	±0.87	±0.95	±0.97	±0.86
Maestría	Media	5.28	5.43	5.54	5.64	5.78	5.50
	±DE	±1.21	±1.03	±0.8	±0.79	±0.94	±0.81
Preparación física y mental	Media	5.35	5.30	5.46	5.60	5.62	5.28
	±DE	±1.2	±1.1	±0.94	±0.86	±0.79	±1
Autorrepresentación física	Media	5.07	4.67	5.10	5.10	4.75	5.05
	±DE	±1.7	±2.05	±1.52	±1.48	±1.71	±1.29
Comodidad del entorno	Media	5.41	5.54	5.94	6.06	5.80	5.88
	±DE	±1.5	±1.35	±1.1	±1.09	±0.84	±0.86

Nota. DE: desviación estándar, M: masculino, F: femenino.

### V.1.5. Correlaciones

A continuación, se muestran las correlaciones halladas entre las variables de estudio (Tabla 32).

**Tabla 32**

*Correlación entre las variables autoconfianza rasgo, Orientación Competitiva y Fuentes de Confianza en el deporte*

V	AR	OT	OE	DH	PFYM	M	EV	LE	AS	AF	CE	CS
OT	.322 ***	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
OE	.136 *	.166 **	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
DH	.285 ***	.171 **	.587 ***	-	-	-	-	-	-	-	-	-
PFYM	.456 ***	.429 ***	.116 *	.380 ***	-	-	-	-	-	-	-	-
M	.258 ***	.500 ***	.183 **	.405 ***	.542 ***	-	-	-	-	-	-	-
EV	.201 **	.204 ***	-.112	.086	.460 ***	.262 ***	-	-	-	-	-	-
LE	.177 **	.338 ***	.023	.202 **	.475 ***	.339 ***	.508 ***	-	-	-	-	-
AS	.283 ***	.422 ***	.111	.342 ***	.534 ***	.440 ***	.459 ***	.523 ***	-	-	-	-
AF	.175 **	.191 **	.130 *	.247 ***	.369 ***	.306 ***	.515 ***	.449 ***	.491 ***	-	-	-
CE	.200 **	.275 ***	-.031	.115	.441 ***	.382 ***	.537 ***	.461 ***	.467 ***	.501 ***	-	-
CS	.263 ***	.343 ***	.023	.244 ***	.571 ***	.435 ***	.814 ***	.721 ***	.710 ***	.804 ***	.748 ***	-
L	.419 ***	.436 ***	.394 ***	.773 ***	.793 ***	.778 ***	.348 ***	.424 ***	.538 ***	.396 ***	.392 ***	.527 ***

Nota. V: Variables, AR: autoconfianza rasgo, OT: orientación a la tarea, OE: orientación al ego, DH: demostración de la habilidad, PFYM: preparación física y mental, M: maestría, EV: experiencia vicaria, LE: liderazgo del entrenador, AS: apoyo social AF: autorrepresentación física, CE: comodidad del entorno, CS: clima social, L: logro. Nivel significancia  $p < .05^*$ ,  $p < .01^{**}$ ,  $p < .001^{***}$ .

Los resultados de la correlación de la Autoconfianza rasgo fueron bajas con la orientación a la tarea, con un valor  $\rho_{(288)} = .322$ ,  $p < .001^{***}$  y muy bajas con la orientación al ego con un valor  $\rho_{(288)} = .136$ ,  $p < .001^{***}$ , solo presentó correlaciones moderadas con la variable preparación física y mental con un valor  $\rho_{(288)} = .456$ ,  $p < .001^{***}$ , y con la dimensión de logro con un valor  $\rho_{(288)} = .419$ ,  $p < .001^{***}$ .

La orientación a la tarea presentó correlaciones de bajas a muy bajas con todas las variables, excepto con Preparación física y Mental ( $\rho_{(288)} = .429$ ,  $p < .001^{***}$ ), maestría ( $\rho_{(288)} = .500$ ,  $p < .001^{***}$ ), Apoyo social ( $\rho_{(288)} = .422$ ,  $p < .001^{***}$ ) y la dimensión de logro ( $\rho_{(288)} = .436$ ,  $p < .001^{***}$ ) que fueron moderadas.

La orientación al ego mostró una correlación moderada con la variable demostración de la habilidad con un valor  $\rho_{(288)} = .587$ ,  $p < .001^{***}$ , con el resto de las variables las correlaciones fueron de bajas a muy bajas, incluso llegando a ser negativas con la experiencia vicaria con un valor  $\rho_{(288)} = -.112$ , y comodidad del entorno con un valor  $\rho_{(288)} = -.031$ . Las correlaciones con las variables pertenecientes a la dimensión clima social no resultaron significativas, incluyendo la correlación con dicha dimensión.

En cuanto a las correlaciones entre las variables de las fuentes de confianza deportiva, excepto la correlación entre la variable demostración de la habilidad y la variable Preparación física y Mental que fue baja con un valor  $\rho_{(288)} = .380$ ,  $p < .001^{***}$ , resultaron moderadas y positivas las correlaciones entre las variables que pertenecen a una misma dimensión, y altas las correlaciones entre dichas variables y la dimensión a la que pertenecen, destacando las correlaciones de las variables experiencia vicaria ( $\rho_{(288)} = .814$ ,  $p < .001^{***}$ ) y Autopercepción Física ( $\rho_{(288)} = .804$ ,  $p < .001^{***}$ ) que fueron muy altas con la dimensión de clima social.

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

En cuanto a las dimensiones, la dimensión de logro tuvo correlaciones moderadas con las variables liderazgo del entrenador ( $\rho_{(288)} = .283, p < .001^{***}$ ) y apoyo social ( $\rho_{(288)} = .283, p < .001^{***}$ ), pertenecientes a la dimensión clima social, y por su parte la dimensión clima social tuvo correlaciones moderadas con las variables preparación física y mental ( $\rho_{(288)} = .283, p < .001^{***}$ ) y maestría ( $\rho_{(288)} = .283, p < .001^{***}$ ), pertenecientes a la dimensión de logro.

Las fuentes de confianza con mayor correlación con el resto de las variables fueron:

- Preparación física y mental, que tuvo correlaciones de moderadas con el resto de variables, excepto con Autorrepresentación física con un valor  $\rho_{(288)} = .369, p < .001^{***}$  y con orientación al ego demostración de la habilidad anteriormente mencionadas, y la variable.
- Y apoyo social que presentó correlaciones moderadas con todas las variables, excepto con autoconfianza rasgo ( $\rho_{(288)} = .283, p < .001^{***}$ ), orientación al ego ( $\rho_{(288)} = .111$ ) y demostración de la habilidad ( $\rho_{(288)} = .342, p < .001^{***}$ ).

La fuente de confianza con menor correlaciones fue la variable demostración de la habilidad.

Para determinar la magnitud de la correlación se sigue el siguiente baremo: Correlación perfecta  $r=1$ ; Correlación muy alta  $0.8 < r < 1$ ; Correlación alta  $0.6 < r < 0.8$ ; Correlación Moderada  $0.4 < r < 0.6$ ; Correlación Baja  $0.2 < r < 0.4$ ; Correlación muy baja  $0 < r < 0.2$ ; y Correlación nula  $r=0$ .

#### V.1.6. Análisis de Varianzas

Con el fin de estudiar la influencia que puedan tener las Fuentes de Confianza deportiva, la orientación competitiva y la autoconfianza rasgo en la

continuidad del deporte, se realiza el análisis de varianzas de muestras independientes.

**Tabla 33**

*Comparación por categoría entre las Fuentes de Confianza del Deporte y la Orientación Competitiva diferenciando género y adherencia*

		Continúa					
		Masculino			Femenino		
		n= 92	H	p	n=122	H	p
		Mdn (Rango)			Mdn (Rango)		
OE	Sub 14	3.31 (3.50)			3.06 (3.63)		
	Sub 16	3.50 (3.00)	2.05	.35	3.25 (3.63)	0.94	.62
	Sub 18	3.37 (3.75)			3.31 (3.75)		
OT	Sub 14	4.25 (2.50)			4.37 (2.13)		
	Sub 16	4.25 (1.88)	0.01	.99	4.62 (2.13)	9.48	<.01**
	Sub 18	4.37 (2.00)			4.69 (1.25)		
DH	Sub 14	4.92 (4.66)			5.00 (5.50)		
	Sub 16	5.50 (5.50)	3.61	.16	5.00 (5.00)	1.40	.49
	Sub 18	5.16 (3.66)			4.67 (4.67)		
EV	Sub 14	4.80 (6.00)			5.20 (4.80)		
	Sub 16	5.20 (5.00)	1.51	.47	4.90 (5.60)	1.16	.55
	Sub 18	4.80 (5.20)			4.50 (5.60)		
LE	Sub 14	6.20 (4.60)			5.60 (5.20)		
	Sub 16	5.80 (5.40)	2.20	.33	6.20 (5.20)	6.15	.05
	Sub 18	6.20 (2.80)			6.40 (5.60)		
AS	Sub 14	6.00 (3.00)			5.83 (4.50)		
	Sub 16	5.83 (3.17)	4.81	.09	6.00 (4.17)	1.21	.54
	Sub 18	5.83 (3.83)			5.83 (3.00)		
M	Sub 14	5.40 (4.40)			5.60 (4.60)		
	Sub 16	5.60 (3.80)	3.98	.13	5.80 (2.60)	1.94	.37
	Sub 18	6.00 (3.00)			5.70 (3.00)		
PFYM	Sub 14	5.67 (3.33)			5.50 (4.33)		
	Sub 16	5.67 (3.33)	0.08	.95	5.83 (4.00)	2.43	.29
	Sub 18	5.83 (2.66)			5.42 (3.67)		



		Continúa					
		Masculino			Femenino		
		n=92	H	p	n=122	H	p
		Mdn (Rango)			Mdn (Rango)		
	Sub 14	5.67 (5.00)			5.17 (6.00)		
AF	Sub 16	5.67 (6.00)	2.41	.29	5.00 (6.00)	0.04	.97
	Sub 18	5.00 (6.00)			5.33 (4.33)		
	Sub 14	6.00 (4.33)			6.17 (5.00)		
CE	Sub 16	6.33 (5.00)	2.59	.27	6.50 (4.33)	2.83	.24
	Sub 18	5.66 (2.33)			6.00 (2.67)		
	Sub 14	5.84 (3.32)			5.62 (4.31)		
CS	Sub 16	5.85 (4.23)	1.35	.50	5.81 (4.35)	0.65	.72
	Sub 18	5.15 (3.54)			5.49 (3.72)		
	Sub 14	5.28 (3.22)			5.31 (4.36)		
L	Sub 16	5.56 (3.41)	3.3	.19	5.50 (3.00)	2.43	.29
	Sub 18	5.68 (1.94)			5.26 (3.44)		

Nota. *Mdn*: mediana, OE: orientación al ego, OT: orientación a la tarea, DH: demostración de la habilidad, EV: experiencia vicaria, LE: liderazgo del entrenador, AS: apoyo social, M: maestría, PFYM: preparación física y mental, AF: autorrepresentación física, CE: comodidad del entorno, CS: clima social, L: logro. Nivel significancia  $p < .05^*$ ,  $p < .01^{**}$ ,  $p < .001^{***}$ .

En el análisis de varianzas de muestras independientes, según la categoría, para las variables del estudio, los resultados de la prueba de Kruskal Wallis identificaron efecto sobre la variable *orientación a la tarea* en el género femenino de las atletas que continúan,  $H(2)=9.48$ ,  $p=.009$ . El análisis pos hoc llevado a cabo con la prueba de Games Howell mostró que las atletas que continúan la categoría sub 16 ( $Mdn=4.62$ ) obtuvieron una mayor puntuación que las atletas que continúan de la categoría sub 14, en la variable *orientación a la tarea*, ( $Mdn=4.37$ ,  $p=.02$ ), IC 95% (0.02, 0.51).

**Tabla 34**

*Comparación por categoría entre las Fuentes de Confianza del Deporte y la Orientación Competitiva diferenciando género y adherencia*

		Abandona					
		Masculino			Femenino		
		n= 34	H	p	n= 40	H	p
		Mdn (Rango)			Mdn (Rango)		
OE	Sub 14	3.13 (2.38)			3.06 (3.38)		
	Sub 16	3.63 (2.50)	0.50	.77	3.50 (2.50)	2.60	.27
	Sub 18	3.62 (2.87)			3.75 (3.00)		
OT	Sub 14	4.00 (1.63)			4.31 (1.63)		
	Sub 16	4.00 (1.75)	1.19	.54	4.38 (1.38)	0.55	.75
	Sub 18	4.37 (3.25)			4.38 (1.13)		
DH	Sub 14	5.50 (4.50)			4.50 (5.17)		
	Sub 16	5.25 (2.67)	1.56	.45	4.83 (4.17)	0.11	.94
	Sub 18	5.66 (4.00)			4.59 (2.83)		
EV	Sub 14	5.00 (5.40)			4.70 (5.60)		
	Sub 16	4.60 (3.80)	0.16	.92	5.40 (4.40)	4.67	.09
	Sub 18	5.20 (5.40)			3.80 (3.20)		
LE	Sub 14	5.40 (4.80)			5.60 (3.40)		
	Sub 16	5.80 (3.80)	7.15	.02*	6.40 (3.60)	2.7	.25
	Sub 18	6.40 (2.40)			5.40 (4.80)		
AS	Sub 14	5.17 (4.33)			6.00 (3.83)		
	Sub 16	6.00 (2.67)	1.82	.40	5.83 (2.83)	1.05	.59
	Sub 18	5.83 (2.00)			5.67 (2.67)		
M	Sub 14	5.40 (4.60)			5.50 (4.00)		
	Sub 16	5.20 (2.20)	0,55	.75	5.40 (2.40)	0.37	.82
	Sub 18	5.80 (3.60)			5.40 (1.60)		
PFYM	Sub 14	5.00 (5.00)			5.08 (3.83)		
	Sub 16	4.83 (2.83)	0.65	.71	5.33 (3.50)	1.27	.52
	Sub 18	5.83 (3.16)			5.00 (3.17)		

		Abandona					
		Masculino			Femenino		
		n= 34	H	p	n= 40	H	p
		Mdn (Rango)			Mdn (Rango)		
	Sub 14	5.33 (5.67)			4.33 (5.67)		
AF	Sub 16	6.00 (4.00)	1.44	.48	5.67 (4.33)	1.57	.45
	Sub 18	5.00 (3.60)			5.33 (4.00)		
	Sub 14	5.33 (5.67)			5.67 (4.33)		
CE	Sub 16	5.50 (3.00)	2.53	.28	6.67 (3.33)	3.98	.13
	Sub 18	6.00 (4.00)			5.33 (2.67)		
	Sub 14	5.67 (3.77)			5.09 (3.69)		
CS	Sub 16	5.44 (2.67)	2.68	.26	6.09 (3.15)	2.78	.24
	Sub 18	5.62 (2.36)			5.17 (2.27)		
	Sub 14	5.11 (4.53)			5.15 (3.63)		
L	Sub 16	4.96 (2.11)	1.49	.47	5.00 (2.72)	0.39	.82
	Sub 18	5.38 (2.62)			5.02 (0.92)		

Nota. *Mdn*: mediana, OE: orientación al ego, OT: orientación a la tarea, DH: demostración de la habilidad, EV: experiencia vicaria, LE: liderazgo del entrenador, AS: apoyo social, M: maestría, PFYM: preparación física y mental, AF: autorrepresentación física, CE: comodidad del entorno, CS: clima social, L: logro. Nivel significancia  $p < .05^*$ ,  $p < .01^{**}$ ,  $p < .001^{***}$ .

Se identificaron diferencias estadísticamente significativas sobre la variable *liderazgo del entrenador* en el género masculino de los atletas que abandonan,  $H(2)=7.15$ ,  $p = .02$ . El análisis pos hoc llevado a cabo con la prueba de Games Howell mostró que las atletas que abandonan, de la categoría sub 18 ( $Mdn=6.4$ ) obtuvieron una mayor puntuación que los atletas que abandonan de la categoría sub 14, en la variable *liderazgo del entrenador*, ( $Mdn=5.4$ ,  $p=.01$ ), IC 95% (0.27, 2.86).

No se obtienen diferencias significativas entre las categorías en la variable de autoconfianza rasgo, para los atletas que continúan con el deporte, así como tampoco para los que abandonan la actividad deportiva (Tabla 35).

**Tabla 35**

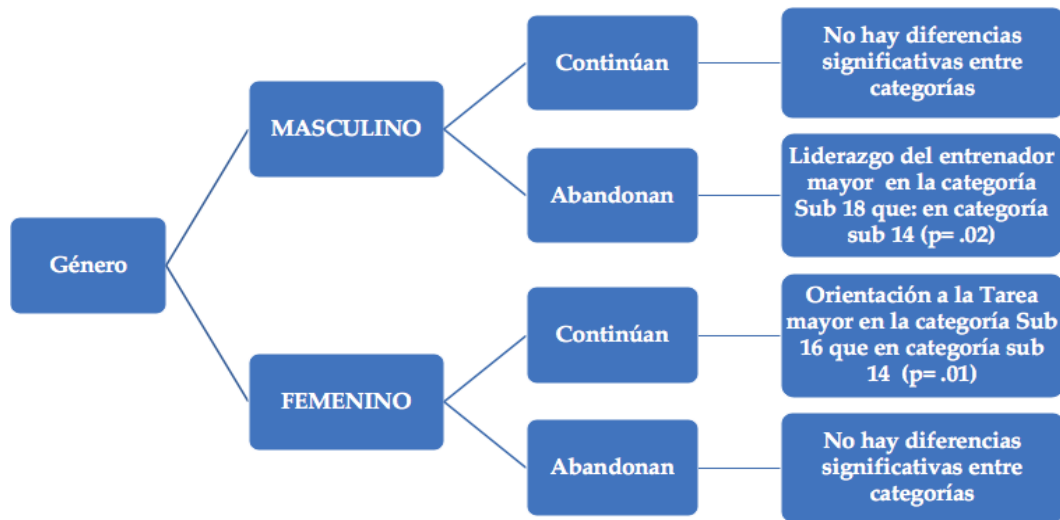
*Comparación de medidas de autoconfianza rasgo entre categorías según género y continuidad o abandono deportivo*

		Autoconfianza rasgo					
		Masculino			Femenino		
		M (DE)	F	p	M (DE)	F	p
Continúa	Sub14	5.93 (1.01)			6.00 (1.24)		
	Sub 16	6.20 (1.08)	0.66	.51	5.78 (1.25)	1.41	.24
	Sub 18	6.16 (0.80)			5.46 (1.34)		
Abandona	Sub14	5.36 (1.26)			6.16 (1.03)		
	Sub 16	5.72 (1.45)	0.24	.78	5.42 (1.07)	1.77	.18
	Sub 18	5.41 (1.11)			5.63 (1.33)		

Nivel significancia  $p < .05^*$ ,  $p < .01^{**}$ ,  $p < .001^{***}$ .

**Figura 36**

*Resultados de la comparación de medidas de las variables de estudio entre categorías, según género y continuidad o abandono deportivo*



En el análisis de varianzas de muestras independientes para las variables del estudio, en cuanto al género, podemos observar que:

No se encuentran diferencias estadísticamente significativas en las variables de estudio según género y continuidad o abandono deportivo en la categoría sub 14 (Tabla 36).

**Tabla 36**

*Comparación por género entre las Fuentes de Confianza del Deporte y la Orientación Competitiva diferenciando categoría y adherencia*

		Sub 14					
		Continúa			Abandona		
		n= 78	U	p	n= 29	U	p
		Mdn (Rango)			Mdn (Rango)		
OE	Masculino	3.31 (3.50)	652	.48	3.13 (2.38)	91.5	.58
	Femenino	3.06 (3.63)			3.06 (3.38)		
OT	Masculino	4.25 (2.50)	685	.71	4.00 (1.63)	82	.33
	Femenino	4.38 (2.13)			4.31 (1.63)		
DH	Masculino	4,92 (4.66)	718.5	.98	5.50 (4.50)	101	.89
	Femenino	5.00 (5.50)			4.50 (5.17)		
EV	Masculino	4.80 (6.00)	669.5	.60	5.00 (5.40)	96.5	.74
	Femenino	5.20 (4.80)			4.70 (5.60)		
LE	Masculino	6.20 (4.60)	630	.35	5.40 (4.80)	79.5	.28
	Femenino	5.60 (3.40)			5.60 (3.40)		
AS	Masculino	6.00 (3.00)	654.5	.5	5.17 (4.33)	90.5	.55
	Femenino	5.83 (4.50)			6.00 (3.83)		
M	Masculino	5.40 (4.60)	674	.63	5.40 (4.60)	103	.96
	Femenino	5.60 (4.60)			5.50 (4.00)		
PFYM	Masculino	5.67 (3.33)	672	.62	5.00 (5.00)	98	.79
	Femenino	5.50 (4.33)			5.08 (3.83)		
AF	Masculino	5.67 (5.00)	630.5	.35	5.33 (5.67)	102	.93
	Femenino	5.17 (6.00)			4.33 (5.67)		
CE	Masculino	6.00 (4.33)	709	.90	5.33(5.67)	93.5	.64
	Femenino	6.17 (5.00)			5.67 (4.33)		
CS	Masculino	5.84 (3.32)	685	.71	5.67 (3.77)	90	.53
	Femenino	5.62 (4.31)			5.09 (3.69)		
L	Masculino	5.28 (3.22)	700	.83	5.11 (4.53)	103	.96
	Femenino	5.31 (4.36)			5.15 (3.63)		

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Nota. *Mdn*: mediana, OE: orientación al ego, OT: orientación a la tarea, DH: demostración de la habilidad, EV: experiencia vicaria, LE: liderazgo del entrenador, AS: apoyo social, M: maestría, PFYM: preparación física y mental, AF: autorrepresentación física, CE: comodidad del entorno, CS: clima social, L: logro. Nivel significancia  $p < .05^*$ ,  $p < .01^{**}$ ,  $p < .001^{***}$ .

Dentro de los atletas que continúan de la categoría sub 16 (Tabla 37), encontramos diferencias de género estadísticamente significativas en la variable orientación a la tarea, donde la puntuación del género femenino ( $Mdn=4.63$ ; Rango=2.12) fue mayor que la del género masculino ( $Mdn=4.25$ ; Rango=1.88)  $U = 660.5$ ,  $p = .009$ ,  $g$  Hedges= 0.565.

Dentro de los atletas que continúan, de la categoría sub 16 (Tabla 37), encontramos diferencias de género estadísticamente significativas en la variable demostración de la habilidad, donde la puntuación del género masculino ( $Mdn=5.47$ ; Rango=5.5) fue mayor que la del género femenino ( $Mdn=5$ ; Rango=5)  $U = 757.5$   $p = .03$ ,  $g$  Hedges= 0.401.

**Tabla 37**

*Comparación por género entre las Fuentes de Confianza del Deporte y la Orientación Competitiva diferenciando categoría y adherencia*

		Sub 16					
		Continúa			Abandona		
		n= 91	U	p	n= 25	U	p
		Mdn (Rango)			Mdn (Rango)		
OE	Masculino	3.50 (3.00)	868	.24	3.63 (2.50)	69.5	.75
	Femenino	3.25 (3.63)			3.50 (2.50)		
OT	Masculino	4.25 (1.88)	660.5	<.01*	4.00 (1.75)	47.5	.12
	Femenino	4.63 (2.13)			4.38 (1.38)		
DH	Masculino	5.47 (5.50)	757.5	.03*	5.25 (2.67)	57	.31
	Femenino	5.00 (5.00)			4.83 (4.17)		
EV	Masculino	5.20 (5.00)	881	.28	4.60 (3.80)	56.5	.30
	Femenino	4.90 (5.60)			5.40 (4.40)		
LE	Masculino	5.80 (5.40)	776	.05	5.80 (3.80)	64	.54
	Femenino	6.20 (5.20)			5.80 (3.80)		
AS	Masculino	5.83 (5.40)	889.5	.31	6.00 (2.67)	68	.69
	Femenino	6.00 (4.17)			5.83 (2.83)		
M	Masculino	5.60 (3.80)	884.5	.29	5.20 (2.20)	66	.61
	Femenino	5.80 (2.60)			5.40 (2.40)		
PFYM	Masculino	5.67 (3.33)	915.5	.42	4.83 (2.83)	69.5	.76
	Femenino	5.83 (4.00)			5.33 (5.30)		
AF	Masculino	5.67 (6.00)	1009	.96	6.00 (4.00)	71.5	.84
	Femenino	5.00 (6.00)			5.67 (4.33)		
CE	Masculino	6.33 (5.00)	94.5	.55	5.50 (3.00)	66	.61
	Femenino	6.50 (4.33)			6.67 (3.33)		
CS	Masculino	5.85 (4.23)	1013	.99	5.44 (2.67)	64	.54
	Femenino	5.81 (4.35)			6.09 (3.15)		
L	Masculino	5.56 (3.41)	955.5	.63	4.96 (2.11)	69	.73
	Femenino	5.50 (3.00)			5.00 (2.72)		



## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Nota. *Mdn*: mediana, OE: orientación al ego, OT: orientación a la tarea, DH: demostración de la habilidad, EV: experiencia vicaria, LE: liderazgo del entrenador, AS: apoyo social, M: maestría, PFYM: preparación física y mental, AF: autorrepresentación física, CE: comodidad del entorno, CS: clima social, L: logro. Nivel significancia  $p < .05^*$ ,  $p < .01^{**}$ ,  $p < .001^{***}$ .

Dentro de los atletas que continúan, de la categoría sub 18 (tabla 38), encontramos diferencias de género estadísticamente significativas en la variable orientación a la tarea, donde la puntuación del género femenino ( $Mdn=4.69$ ; Rango=1.25) fue mayor que la del género masculino ( $Mdn=4.37$ ; Rango=2)  $U = 166$   $p = .04$ ,  $g$  Hedges= 0.56.

Dentro de los atletas que abandonan, de la categoría sub 18 (tabla 38), encontramos diferencias de género estadísticamente significativas en la variable liderazgo del entrenador, donde la puntuación del género masculino ( $Mdn=6.4$ ; Rango=2.4) fue mayor que la del género femenino ( $Mdn=5.4$ ; Rango=4.8)  $U = 18.5$ ,  $p = .01$ ,  $g$  Hedges= 1.082.

**Tabla 38**

*Comparación por género entre las Fuentes de Confianza del Deporte y la Orientación Competitiva diferenciando categoría y adherencia*

		Sub 18					
		Continúa			Abandona		
		n= 45	U	p	n= 20	U	p
		Mdn (Rango)			Mdn (Rango)		
OE	Masculino	3.37 (3.75)	250	.94	3.62 (2.87)	46.5	.81
	Femenino	3.31 (3.75)			3.75 (3.00)		
OT	Masculino	4.37 (2.00)	166	.04*	4.37 (3.25)	45.5	.75
	Femenino	4.69 (1.25)			4.38 (1.13)		
DH	Masculino	5.16 (3.66)	169	.05	5.66 (4.00)	29.5	.12
	Femenino	4.67 (4.67)			4.59 (2.83)		
EV	Masculino	4.80 (5.20)	249.5	.93	5.20 (5.40)	29.5	.12
	Femenino	4.50 (5.60)			3.80 (3.20)		
LE	Masculino	6.20 (2.80)	227	.50	6.40 (2.40)	18.5	.01*
	Femenino	6.50 (5.60)			5.40 (4.80)		
AS	Masculino	5.83 (3.83)	199	.21	5.83 (2.00)	44	.67
	Femenino	5.83 (3.00)			5.67 (2.67)		
M	Masculino	6.00 (3.00)	200	.22	5.80 (3.60)	39.5	.44
	Femenino	5.70 (3.00)			5.40 (1.60)		
PFYM	Masculino	5.83 (2.66)	225	.52	5.83 (3.16)	28.5	.10
	Femenino	5.42 (3.67)			5.00 (3.17)		
AF	Masculino	5.00 (6.00)	220	.45	5.00 (3.60)	46	.79
	Femenino	5.33 (4.33)			5.33 (4.00)		
CE	Masculino	5.66 (2.33)	196.5	.19	6.00 (4.00)	25.5	.06
	Femenino	6.00 (2.67)			5.33 (2.67)		
CS	Masculino	5.15 (3.54)	209	.31	5.62 (2.36)	32	.18
	Femenino	5.49 (3.72)			5.17 (2.27)		

		Sub 18					
		Continúa			Abandona		
		n=45	U	P	n=20	U	p
		Mdn (Rango)			Mdn (Rango)		
L	Masculino	5.68 (1.94)	166	.04*	5.38 (2.62)	27	.08
	Femenino	5.26 (3.44)			5.02 (0.92)		

Nota. *Mdn*: mediana, OE: orientación al ego, OT: orientación a la tarea, DH: demostración de la habilidad, EV: experiencia vicaria, LE: liderazgo del entrenador, AS: apoyo social, M: maestría, PFYM: preparación física y mental, AF: autorrepresentación física, CE: comodidad del entorno, CS: clima social, L: logro. Nivel significancia  $p < .05^*$ ,  $p < .01^{**}$ ,  $p < .001^{***}$ .

Dentro de los atletas que continúan, de la categoría sub 18 (tabla 38), en cuanto al género, encontramos diferencias estadísticamente significativas en la variable *Autoconfianza*, donde la puntuación del género masculino ( $M=6.15$ ;  $DE=0.80$ ) fue mayor que la del género femenino ( $M=5.46$ ;  $DE=1.34$ )  $t(g1)=2.11$ ,  $p=.04$ ,  $d=0.632$ .

### Tabla 39

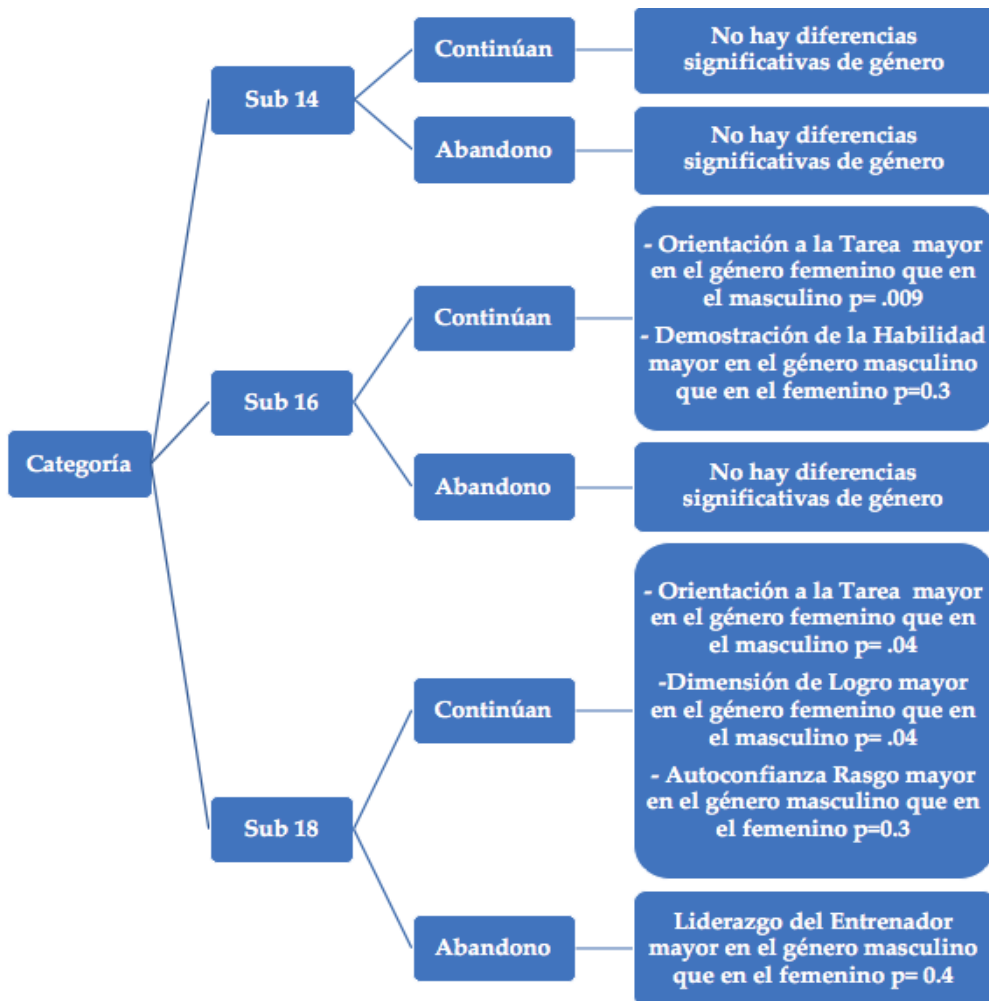
*Comparación de medidas de autoconfianza rasgo entre género según la categoría y continuidad o abandono deportivo*

		Autoconfianza rasgo			
		Masculino	Femenino	t	p
		M(DE)	M(DE)		
Sub 14	Continúa	5.93 (1.01)	6.00 (1.23)	-0.28	.77
	Abandona	5.36 (1.26)	6.15 (1.03)	-1.83	.07
Sub 16	Continúa	6.20 (1.08)	5.70 (1.25)	1.67	.09
	Abandona	5.70 (1.45)	5.40 (1.07)	0.55	.58
Sub 18	Continúa	6.15 (0.80)	5.46 (1.34)	2.09	.04*
	Abandona	5.40 (1.11)	5.63 (1.33)	-0.41	.68

Nivel significancia  $p < .05^*$ ,  $p < .01^{**}$ ,  $p < .001^{***}$ .

**Figura 37**

Resultados de la comparación de medidas de las variables de estudio entre género, según la categoría y continuidad o abandono deportivo



En el análisis de varianzas de muestras independientes para las variables del estudio, en cuanto a la continuidad o abandono deportivo, diferenciando por grupos de categoría y género, podemos observar que, no se encuentran diferencias estadísticamente significativas en las variables de estudio según género y continuidad o abandono deportivo en la categoría sub 14 (Tabla 40).

**Tabla 40**

*Comparación entre las Fuentes de Confianza del Deporte y la Orientación Competitiva por categoría, género y adherencia*

		Sub 14					
		Masculino			Femenino		
		n= 43	U	p	n= 64	U	p
		Mdn (Rango)			Mdn (Rango)		
OE	Continúan	3.31 (3.50)	187	.83	3.06 (3.63)	369.5	.82
	Abandonan	3.13 (2.38)			3.06 (3.38)		
OT	Continúan	4.25 (2.50)	160.5	.36	4.38 (2.13)	381.5	.96
	Abandonan	4.00 (1.63)			4.31 (1.63)		
DH	Continúan	4.92 (4.66)	177.5	.64	5.00 (5.50)	338	.47
	Abandonan	5.50 (4.50)			4.50 (5.17)		
EV	Continúan	4.80 (6.00)	174.5	.58	5.20 (4.80)	334	.43
	Abandonan	5.00 (5.40)			4.70 (5.60)		
LE	Continúan	6.20 (4.60)	121.5	.05	5.60 (5.20)	352.5	.62
	Abandonan	5.40 (4.80)			5.60 (3.40)		
AS	Continúan	6.00 (3.00)	132.5	.09	5.83 (4.50)	353.5	.63
	Abandonan	5.17 (4.33)			6.00 (3.83)		
M	Continúan	5.40 (4.40)	179.5	.68	5.60 (4.60)	341	.50
	Abandonan	5.40 (4.60)			5.50 (4.00)		
PFYM	Continúan	5.67 (3.33)	153	.26	5.50 (4.33)	295	.16
	Abandonan	5.00 (5.00)			5.08 (3.83)		
AF	Continúan	5.67 (5.00)	132.5	.09	5.17 (6.00)	326.5	.37
	Abandonan	5.33 (5.67)			4.33 (5.67)		
CE	Continúan	6.00 (4.33)	150	.23	6.17 (5.00)	303	.20
	Abandonan	5.33 (5.67)			5.67 (4.33)		
CS	Continúan	5.84 (3.32)	125	.06	5.62 (4.31)	330.5	.40
	Abandonan	5.67 (3.77)			5.09 (3.69)		
L	Continúan	5.28 (3.22)	171.5	.53	5.31 (4.36)	319.5	.31
	Abandonan	5.11 (4.53)			5.15 (3.63)		

Nota. *Mdn*: mediana, OE: orientación al ego, OT: orientación a la tarea, DH: demostración de la habilidad, EV: experiencia vicaria, LE: liderazgo del entrenador, AS: apoyo social, M: maestría, PFYM: preparación física y mental, AF: autorrepresentación física, CE: comodidad del entorno, CS: clima social, L: logro. Nivel significancia  $p < .05^*$ ,  $p < .01^{**}$ ,  $p < .001^{***}$ .

Dentro de la categoría sub 16 género femenino, en la variable continuidad, encontramos diferencias estadísticamente significativas en la variable *maestría*, donde la puntuación de los atletas que continúan ( $Mdn=5.80$ ; Rango=2.60) fue mayor que los que abandonan ( $Mdn=5.40$ ; Rango=2.40)  $U=218.5$ ,  $p=.01$ ,  $g$  Hedges=.861, en la variable *preparación física y mental*, donde la puntuación de los atletas que continúan ( $Mdn=5.83$ ; Rango= 4) fue mayor que los que abandonan ( $Mdn=5.33$ ; Rango= 3.5)  $U = 235$ ,  $p=.01$ ,  $g$  Hedges=.588, y en la dimensión de *logro* , donde la puntuación de los atletas que continúan ( $Mdn=5.51$ ; Rango=3) fue mayor que los que abandonan ( $Mdn=5$ ; Rango= 2.72)  $U =228$ ,  $p= .01$ ,  $g$  Hedges=.767 (Tabla 41).

**Tabla 41**

*Comparación entre las Fuentes de Confianza del Deporte y la Orientación Competitiva por categoría, género y adherencia*

		Sub 16					
		Masculino			Femenino		
		n= 49	U	p	n= 67	U	p
		Mdn (Rango)			Mdn (Rango)		
OE	Continúan	3.50 (3.00)	180.5	.71	3.25 (3.63)	342.5	.47
	Abandonan	3.63 (2.50)			3.50 (2.50)		
OT	Continúan	4.25 (1.88)	158	.35	4.63 (2.13)	311.5	.23
	Abandonan	4.00 (1.75)			4.38 (1.38)		
DH	Continúan	5.50 (5.50)	135.5	.13	5.00 (5.00)	295	.15
	Abandonan	5.25 (2.67)			4.83 (4.17)		
EV	Continúan	5.20 (5.00)	160	.38	4.90 (5.60)	309	.22
	Abandonan	4.60 (3.80)			5.40 (4.40)		
LE	Continúan	5.80 (5.40)	184	.78	6.20 (5.20)	374.5	.81
	Abandonan	5.80 (3.80)			6.40 (3.60)		
AS	Continúan	5.83 (3.17)	186	.82	6.00 (4.17)	383	.91
	Abandonan	6.00 (2.67)			5.83 (2.83)		
M	Continúan	5.60 (3.80)	151	.27	5.80 (2.60)	218.5	.01*
	Abandonan	5.20 (2.20)			5.40 (2.40)		
PFYM	Continúan	5.67 (3.33)	152	.28	5.83 (4.00)	235	.01*
	Abandonan	4.83 (2.83)			5.33 (3.50)		
AF	Continúan	5.67 (6.00)	171.5	.55	5.00 (6.00)	378.5	.86
	Abandonan	6.00 (4.00)			5.67 (4.33)		
CE	Continúan	6.33 (5.00)	157	.33	6.50 (4.33)	372.5	.78
	Abandonan	5.50 (3.00)			6.67 (3.33)		
CS	Continúan	5.85 (4.23)	181	.72	5.81 (4.35)	347	.51
	Abandonan	5.44 (2.67)			6.09 (3.15)		
L	Continúan	5.56 (3.41)	138.5	.16	5.51 (3.00)	228	.01*
	Abandonan	4.96 (2.11)			5.00 (2.72)		

Nota. *Mdn*: mediana,  $p < 0.05$ , OE: orientación al ego, OT: orientación a la tarea, DH: demostración de la habilidad, EV: experiencia vicaria, LE: liderazgo del entrenador, AS: apoyo social, M: maestría, PFYM: preparación física y mental, AF: autorrepresentación física, CE: comodidad del entorno, CS: clima social, L: logro. Nivel significancia  $p < .05^*$ ,  $p < .01^{**}$ ,  $p < .001^{***}$ .

Dentro de la categoría sub 18 género femenino, en la variable continuidad, encontramos diferencias estadísticamente significativas en la variable *comodidad del entorno*, donde la puntuación de los atletas que continúan ( $Mdn=6$ ; Rango=2.67) fue mayor que los que abandonan ( $Mdn=5.33$ ; Rango=2.67)  $U=52.5$ ,  $p=.04$ ,  $g$  Hedges= 0.794 (Tabla 42).



**Tabla 42**

*Comparación entre las Fuentes de Confianza del Deporte y la Orientación Competitiva por categoría, género y adherencia*

		Sub 18					
		Masculino			Femenino		
		n= 34	U	p	n= 31	U	p
		Mdn (Rango)			Mdn (Rango)		
OE	Continúan	3.37 (3.75)	10.5	.46	3.31 (3.75)	81	.43
	Abandonan	3.62 (2.87)			3.75 (3.00)		
OT	Continúan	4.37 (2.00)	120	.81	4.69 (1.25)	71	.21
	Abandonan	4.37 (3.25)			4.38 (1.13)		
DH	Continúan	5.16 (3.66)	117.5	.74	4.67 (4.67)	98	.96
	Abandonan	5.66 (4.00)			4.59 (2.83)		
EV	Continúan	4.80 (5.20)	124.5	.94	4.50 (5.60)	69.5	.19
	Abandonan	5.20 (5.40)			3.80 (3.20)		
LE	Continúan	6.20 (2.80)	100.5	.33	6.50 (5.60)	55	.05
	Abandonan	6.40 (2.40)			5.40 (4.80)		
AS	Continúan	5.83 (3.83)	98	.29	5.83 (3.00)	88	.63
	Abandonan	5.83 (2.00)			5.67 (2.67)		
M	Continúan	6.00 (3.00)	104.5	.41	5.70 (3.00)	72.5	.24
	Abandonan	5.80 (3.60)			5.40 (1.60)		
PFYM	Continúan	5.83 (2.66)	120	.81	5.42 (3.67)	62	.10
	Abandonan	5.83 (3.16)			5.00 (3.17)		
AF	Continúan	5.00 (6.00)	107	.47	5.33 (4.33)	98.5	.98
	Abandonan	5.00 (3.60)			5.33 (4.00)		
CE	Continúan	5.66 (2.33)	106.5	.45	6.00 (2.67)	52.5	.04*
	Abandonan	6.00 (4.00)			5.33 (2.67)		
CS	Continúan	5.15 (3.54)	105.5	.43	5.49 (3.72)	57	.06
	Abandonan	5.62 (2.36)			5.17 (2.27)		
L	Continúan	5.68 (1.94)	110	.54	5.26 (3.44)	64	.12
	Abandonan	5.38 (2.62)			5.02 (0.92)		

Nota. Mdn: mediana, \*:  $p < 0.05$ , OE: orientación al ego, OT: orientación a la tarea, DH: demostración de la habilidad, EV: experiencia vicaria, LE: liderazgo del entrenador, AS: apoyo social, M: maestría, PFYM: preparación física y mental, AF: autorrepresentación física, CE: comodidad del entorno, CS: clima social, L: logro. Nivel significancia  $p < .05^*$ ,  $p < .01^{**}$ ,  $p < .001^{***}$ .

**Tabla 43**

*Comparación de medidas de autoconfianza rasgo entre continuidad o abandono deportivo, según género y categoría*

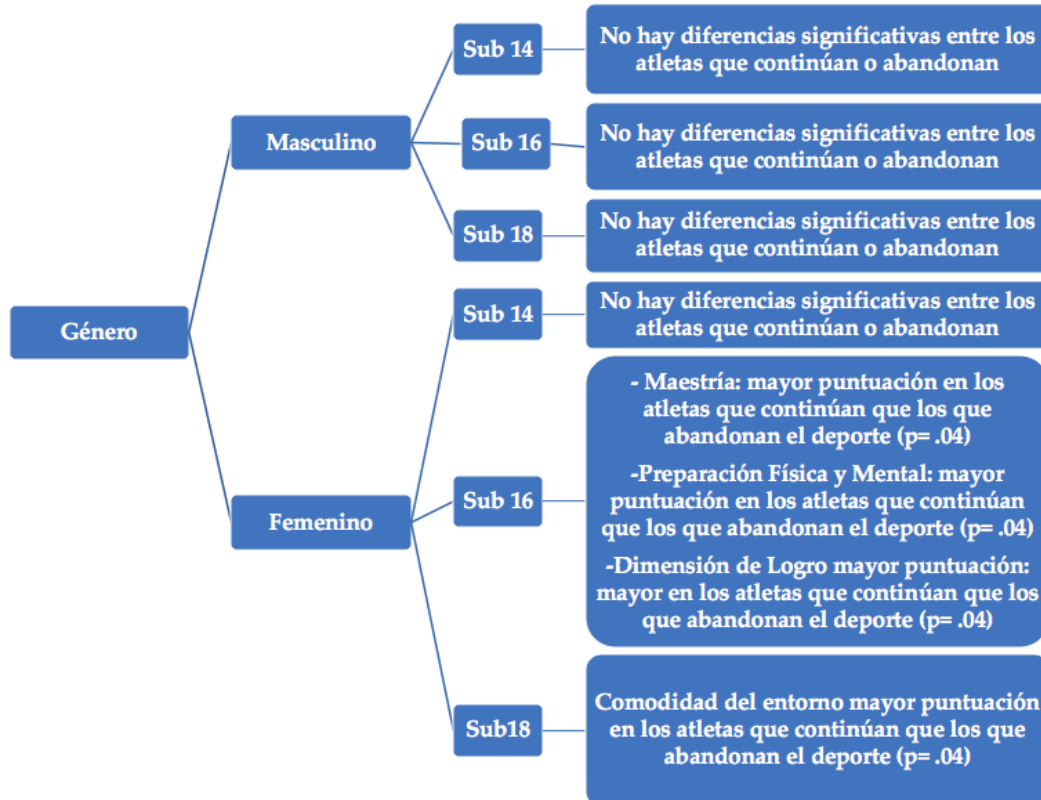
		<b>Autoconfianza rasgo</b>		t	p
		Continúa	Abandona		
		M (DE)	M (DE)		
Sub 14	Masculino	5.90 (1.01)	5.36 (1.26)	1.43	.16
	Femenino	6.00 (1.23)	6.15 (1.03)	-0.49	.62
Sub 16	Masculino	6.20 (1.08)	5.71 (1.45)	0.98	.34
	Femenino	5.41 (1.07)	5.41 (1.07)	1.13	.26
Sub 18	Masculino	6.15 (0.80)	5.40 (1.11)	1.99	.06
	Femenino	5.46 (1.34)	5.63 (1.33)	-0.32	.74

Nota. Nivel significancia  $p < .05^*$ ,  $p < .01^{**}$ ,  $p < .001^{***}$ .

En cuanto a la continuidad o abandono deportivo, no se obtienen diferencias significativas según categoría y género, en la variable *autoconfianza rasgo* (Tabla 43).

**Figura 38**

*Resultados de la comparación de medidas de las variables de estudio entre continuidad o abandono deportivo, según género y categoría*



## V.2. ESTUDIO II: “DESARROLLO Y REALIZACIÓN DE ENTREVISTAS”

### V.2.1. Análisis cualitativo

En un primer momento se crearon 9 bloques para estructurar las preguntas, pero tras analizar las transcripciones de las entrevistas se eliminó el bloque “Competición” y las respuestas quedaron englobadas en los bloques “Comportamiento directivo”, “Apoyo y comprensión y Presión parental”. Por lo que finalmente se analizaron 8 bloques de contenidos. Se exponen a continuación

los resultados obtenidos por bloques tras el análisis de las entrevistas, exponiendo con ello fragmentos textuales de las entrevistas.

### **1. Valor que los padres y madres otorgan a la práctica deportiva**

Este primer bloque nos da información sobre la relación que padres y madres tienen con el deporte y el valor que le dan a la actividad deportiva de sus hijos/as.

#### **1.1. Ejemplo Deportivo**

La mayoría de los/las sujetos entrevistados/as practican o han practicado deporte durante su vida. Algunos de los/as entrevistados/as aprovechan el tiempo de entrenamiento de sus hijos/as para realizar práctica deportiva, incluso practican junto con otros/as padres y madres de los compañeros/as de entrenamiento de sus hijos/as.

MIF4: “Yo entre comillas siempre he hecho deporte hasta que me fui a la universidad, ahí ya hice un parón y ya enganché con el trabajo y otro parón y después de tener a mi hija dije, yo necesito hacer deporte y empecé a correr. Sino estoy corriendo, ando o trote. Mínimo salgo 3 días a correr, tengo épocas de ir a correr con gente, y los que voy son amigos, algunos sí tienen aquí a los críos en el atletismo”.

PCF13:” Yo llevo muy poco tiempo con el deporte, yo de pequeño practicaba como todos y estuve una temporada jugando fútbol, no llegué a federarme, pero sí llegué a jugar con el Cartagena con el segundo equipo, estoy hablando de la época de alevín claro, pero lo dejé muy pronto, lo dejé con 13 años, por lo menos de practicarlo de forma medianamente seria. Luego ya baloncesto en el instituto, la universidad...yo empecé a fumar muy joven con 13 años y he estado hasta los 39 (...) cuando me dejé el tabaco con 39 años que empecé otra vez, primero hacer senderismo y luego pues correr con otros padres (...) también populares me

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

encantan, me encanta este ese rollo, el ambiente, últimamente corro menos, porque mi hija este verano lo ha dejado y ha dicho que ya no va a hacer, pero yo venía haciendo diez carreras al año ahora menos, la de las fortalezas la hago todos los años, medias maratones(...) Normalmente entreno tres o 4 pero intento que por lo menos sean 3”.

## 1.2. Evaluación de la práctica deportiva

A todos los padres y madres entrevistados/as les complace que sus hijos/as practiquen deporte, principalmente porque es saludable y fomenta las relaciones sociales, pero también en gran parte porque mantiene a sus hijos/as alejados/as de ambientes negativos y de malos hábitos.

PJF29: “Se me cae la baba, te lo digo sinceramente, yo nunca me imaginé que una hija mía fuera a competir al nivel que está compitiendo, nunca lo pensé, pues igual que mi hijo, harían deporte y que siempre se les pegaría de vernos, tanto a su madre como a mí, ella también es muy deportista, se les pegaría ese cariño, esas ganas de hacer deporte ,de cuidarse, de llevar vida sana, pero eso es una cosa y otra cosa lo que hace mi hija, que además es buena y ha aprendido a tomar interés por el entrenamiento, ha aprendido el sacrificio, ha aprendido la satisfacción que te da cuando cuando te sacrificas por entrenar y luego compites y lo haces bien, y que con independencia de que sea primera, segunda, tercera o décima, pero para un padre, bueno para mí es el mayor orgullo que yo pueda tener o sea sentir, orgulloso de mi hija, porque además aparte que te ves un poco reflejado, (...) son cosas que todos los padres nos gustaría tener y es muy difícil que un hijo te salga como tú sueñas o hubieras soñado que fuera, que luego pues bueno no sabemos lo que pasará en el futuro pero por el momento contentísimo”.

PIF9: “Me parece genial, ella empezó con el baloncesto y se le dio bastante bien (...) pero empezó el colegio a poner problemas de financiación para seguir,

(...) me gusta que haga un deporte, que se relacione con la gente y al final es en equipo. Antes de venir aquí era muy tímida, (...) es muy competitiva y a veces pecamos, pero es algo que ella misma siente y se quiere poner las metas, pero hay que tirar despacio, porque hay niñas que llevan corriendo más tiempo que ella. Yo cuando puedo me la llevo a entrenar a la pista del Arsenal y alguna vez puede hacer conmigo algunas cosillas para romper así un poco, que se aburre, pues me la llevo a la pista y cuando termina y son vacaciones algún día el otro me la llevé yo a la pista, pero no es lo mismo, a ella le gusta estar con sus amigas”.

### 1.3. Valores del deporte

Todos los/as entrevistados/a coinciden en que el deporte enseña y trabaja valores que son necesarios y transferibles a otros ámbitos de la vida, tales como el esfuerzo, compañerismo, responsabilidad, gestionar la derrota y llevar una vida sana.

PIF7: “El esfuerzo, la cultura del esfuerzo, (...) ella sabe que el esfuerzo generalmente tiene sus premios, hombre luego otras cosas como un ambiente sano, conocer gente sana, los adolescentes cuando van al instituto ya sabes lo que hay, tema drogas. Esto le va a ayudar a alejarse de ese tipo de cosas. Además, el atletismo yo creo que un deporte muy justo, porque ella siempre lo dice, esta ha ganado porque es la mejor, y es verdad no hay trampa ni cartón, ella admira a rivales tuyas, que no son rivales son amigas, de Alhama de Murcia cuando le dan ganan porque han sido mejores es verdad, lo hace por el respeto.”

MIF3: “Pues mira creo que hay superación personal, creo que bueno hay una parte de equipo o sea considero que al participar con otros compañeros o al entrenar con otra gente pues trabaja un poco los valores en las relaciones interpersonales, creo también que te genera un orden, como que para estructurar

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

bien, pues sé que tengo que hacer esto, encontrar tiempo para todo y incluirlo y organizarte, también se genera una satisfacción porque ves que cuando te superas, ves que el esfuerzo al final tiene una recompensa. Todo es positivo lo que te aporta la disciplina deportiva.”

## 1.4. Gestión del tiempo. Estudios y deporte

Si bien la opinión general es que el deporte es muy importante, a la hora de compaginarlo con los estudios, aparecen diversidad de opiniones. Casi todos coinciden en que lo principal han de ser los estudios, en algunos casos hablan del 60% de importancia de los estudios frente al 40% de la práctica deportiva, aunque ese porcentaje es también compartido con otras actividades extraescolares. Observamos que muchos/as atletas de la categoría sub 18 acuden por las tardes, antes o después del entrenamiento, a clases de refuerzo en academias. A la hora de decidir faltar a los entrenamientos por motivos de estudio, son los/as propios/as deportistas los/las que toman la decisión. Mientras que en la categoría sub 14 es decisión de los padres/madres; en la categoría sub 16 nos encontramos con una mezcla de ambas. En menor medida encontramos padres o madres que creen que es igual de importante el deporte que los estudios. La mayoría de los encuestados/as afirman que la actividad deportiva sirve a sus hijos/as para organizarse mejor.

PCF11: *“El deporte es lo segundo más importante que hace, el colegio es lo más importante, por lo menos un 75-25. Ella va bien en el colegio, se organiza, claro como los días que entrena tiene menos tiempo, incluso se levanta temprano si tiene algún examen y tal, y se organiza bien, porque sabe que tiene que ir bien en el colegio, si no no puede venir aquí a entrenar, eso está claro si no aprueba no puede seguir entrenando, eso ella lo sabe muy bien”.*

MIF2: “Después de los estudios, el atletismo yo creo que es lo primero, ella va a técnicas de estudio (...) el miércoles y los viernes tienen también actividades depende del año y del trimestre tiene voleibol y entonces de aquí a las 6:30 los viernes se va (...). En estudios va bien en el cole, pero de comportamiento fatal (...), Lo que yo creo es que le va bien tocar tantas actividades, le viene bien para la mente porque yo creo que en cada cosa trabaja lo suyo”.

MIF4: “... mi hijos no van a estudiar a actividades extraescolares de estudio, sí estudio en casa y si necesitan ayuda, la ayuda se la doy yo, entonces o sea no han dejado de venir porque tuvieran que estudiar porque yo pienso que el tiempo ya saben gestionarlo, o sea por ejemplo ahora mismo con mi hija tengo ahí un tira y afloja porque en clase es muy nerviosa, entonces pues el último examen ha suspendido y yo no le he castigado con no venir a entrenar, no si no lo empieza a mejorar la castigo con no competir vale, pero no han dejado entrenar, porque yo pienso que necesitan hacer deporte”.

MIF1: “Ha tenido otras actividades, ha hecho natación, baile moderno pintura, ha tocado hasta el contrabajo, pero este curso no, este curso decidimos que este año el entrenamiento iban a ser tres días, así que únicamente está con el atletismo(...) ella ahora va muy bien, así que no me preocupa que tengamos que salir el fin de semana y dedicar las mañanas enteras del sábado y del domingo, de momento, pues podemos compaginar las dos cosas”.

En la tabla 44 se muestran las codificaciones de este bloque.



**Tabla 44**

*Codificación de la información del bloque “Valor que los padres y madres otorgan a la práctica deportiva”*

<b>Bloques de Contenidos</b>	<b>Categorías</b>	<b>Subcategorías</b>	<b>Códigos</b>
Valor que otorgan padres y madres a la práctica deportiva	Ejemplo Deportivo	No practica deporte	No practica deporte
		Practica deporte	Deporte relacionado con la práctica de su hijo/a Practica deporte no relacionado con la práctica de su hijo/a
	Evaluación de la práctica deportiva	Positiva	
		Negativa	
		Indiferente	
	Valores del deporte	Instrumentales	Esfuerzo, constancia, responsabilidad, autoconfianza, autoestima, organización, ambición, competitividad, seguridad, disciplina, compromiso, autorregulación, salud, perseverancia y fuerza de voluntad
		Éticos o finales	Respeto, sacrificio, compañerismo, admiración y humildad
	Gestión del tiempo	Compagina estudios y atletismo	Los estudios son más importantes Son igual de importantes estudios y deporte
		Compagina estudios, atletismo y otras actividades	Estudios lo más importante y después el atletismo Estudios lo más importante y después el resto de actividades (atletismo inclusive)

## **2. Satisfacción de los padres y madres con la oferta deportiva**

La información obtenida en este segundo bloque es importante porque la satisfacción de los padres y madres puede influir en la decisión de mantener o no a sus hijos/as en el deporte.

### **2.1. Oferta deportiva local**

Hay diversidad de opiniones en cuanto si la cantidad o variedad de oferta deportiva es suficiente. Algunos/as de los padres y madres afirman desconocerla, pero la mayoría de los entrevistados/as detectan que hay una deficiencia en la calidad y mantenimiento de las instalaciones en general y una clara preferencia por destinar los recursos al fútbol.

PCF12: “Voy a ser crítico, hay buena oferta, pero las instalaciones no están en muy buen estado, yo creo que como pasa en todos los sitios, no se emplea el dinero como se debería emplear, considero que se prima muchas veces más el deporte mayoritario, campos de fútbol, (...) Las instalaciones de la pista de atletismo son las mismas, desde que tengo uso de razón está igual, osea no se ha invertido nada, ni vestuario, ni hay un buen mantenimiento, (...) no se utilizan los recursos como se deberían utilizar, porque pagando lo que paga el Ayuntamiento esto debería estar mucho mejor o exigirlo por lo menos”.

### **2.2. Satisfacción con las escuelas deportivas**

Existe una insatisfacción generalizada en cuanto a la oferta gratuita. Aunque la oferta deportiva es variada, echan en falta un deporte extraescolar gratuito, ya que eso fomentaría una mayor participación y adherencia de los menores al deporte.

MIF6:” Pienso, que tienen calidad lo que pasa es que cuando hay tanta cantidad de niños, que la calidad no se ve reflejada igual que si vienen menos, claro

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

calidad hay, pero cuando abarca demasiado usuario pues al final algo queda en detrimento. En el caso del cole de mi hija sí hay actividades extraescolares y si se pagan”.

## 2.3. Satisfacción con la escuela de atletismo

Todos/as los entrevistados/as se mostraban satisfechos con la organización del club de atletismo, les parecían correctas las cuotas y que no era una actividad cara. El simple hecho de que hubiera lista de espera es un buen indicador y recomiendan el club a sus familiares y amigos. Aunque desconocían la formación de los técnicos, pensaban que estaban bien formados porque tenían buen trato con los atletas, se veían serios y realizaban una buena preparación técnica. Les parecía correcta la filosofía del club de realizar una multiformación hasta categoría sub 16 y después especializar, aunque algunos de ellos/as preferían que dejaran especializarse antes a sus hijos/as si tenían claro qué les gustaba o qué se les daba bien. Se quejaban de que el estado de la instalación era inadecuado y que el ayuntamiento no daba valor a un club que está en primera división (¿división de honor?).

PIF8: “Yo creo que sí cuando, no sé el volumen de niños, hay muchísimos 300 me parece que dijeron en la reunión, y digo qué buena organización, yo creo que faltaría quizá algunos materiales, pero eso no lo veo achacable al club, sino a la Concejalía de Deportes (...). Creo que las cuotas parecen correctas, cualquier actividad extraescolar son más caras, aunque sean dentro del colegio. La mayoría de los entrenadores son deportistas, no sé qué tipo de formación tendrán, pues titulación universitaria, pero simplemente con la experiencia personal que tienen y el trato con los niños yo creo que es suficiente, no considero que haga falta más, ya me imagino que cuando el atleta se especialice”.

PCF16: “Pues cada día pienso que se hacen mejor las cosas ,porque al principio incluso que es lo que le pasa a mucha gente, que vea a lo mejor que no se especializan los críos, que van a las competiciones y no se le ha preparado específicamente para las pruebas que van a hacer, y a la larga es eso lo mejor, ir dejando a los críos que vayan creciendo, que vayan probando cosas, que tal, y después ya llegará su momento en que pueda centrarlo en una cosa determinada, pero de la otra manera al final yo creo que lo que hace es aburrirlo. Es lo que veo un poco que le ha pasado a mi hija que lo bueno que como en una edad temprana no se ha obsesionado tanto, no se ha centrado tanto pues no ha llegado a los 14 años quemada y ahora viene con la ilusión a tope. A veces nos obsesionamos ahí y empezamos a llevarlos a competiciones y llega un momento que a lo mejor eso hace que pierdan la ilusión ellos”.

En la tabla 45 se muestran las codificaciones de este bloque.

**Tabla 45**

*Codificación de la información del bloque “Satisfacción de los padres y madres con la oferta deportiva”*

<b>Bloques de Contenidos</b>	<b>Categorías</b>	<b>Subcategorías</b>	<b>Códigos</b>	
Satisfacción de los padres y madres con la oferta deportiva	Oferta deportiva local	Suficiente	Suficiente en cantidad y calidad	
			Suficiente en cantidad e insuficiente en calidad	
		Insuficiente	Suficiente en calidad e insuficiente en cantidad*	
	Satisfacción con las escuelas deportivas	Satisfacción con la escuela de atletismo	Desconocida	Insuficiente en cantidad y calidad
				Satisfacción
				Insatisfacción
			Satisfacción en general	
			Insatisfacción parcial	
			Insatisfacción general*	

Nota. \*Niveles de respuestas adyacentes a los realizados por la muestra.

### **3. Implicación parental**

Este tercer bloque otorga información sobre aspectos de implicación parental en el deporte de sus hijos/as, de cómo afecta a su vida y cómo éstos/as pueden interpretarlo.

#### **3.1. Implicación en la actividad deportiva**

Muchos de los sujetos afirman tener una total implicación en la actividad deportiva de sus hijos/as, adaptando sus horarios, vida personal y deportiva para poder cumplir con la logística en entrenamientos y competiciones, siempre que pueden. Además, algunos van a entrenar con sus hijos/as fuera del horario de la escuela o aprovechan el tiempo de entrenamiento de la escuela para hacer ellos/as deporte. Son una minoría los padres y madres que no se sienten implicados en ese sentido por temas laborales, o que lo perciben como una pérdida de su tiempo.

MIF1: “Yo al 100%, a veces pienso que más. Si, porque nosotros estamos divorciados y tenemos custodia compartida, a veces creo que soy la única, me creo lo que dice ella, entonces le doy tanta importancia que me involucro al 100%, entonces cuando su padre no la lleva, cuando no viene porque su familia no ha podido, pues a mí me molesta bastante, porque yo priorizo y si tengo una actividad el sábado y la tengo que hacer el domingo pues la hago, pues me fastidia, entonces veo que ahí me tengo que relajar un poco”.

PCF13: “A mí me encanta que ella haga deporte, que tengo que llevarla a Caravaca, la llevo a Caravaca, si tengo que llevarla a Yecla, la llevo a Yecla, en verdad siempre la llevo, corrí el cross de artillería que ya no se los años que llevaba sin correrlo dije, a ella le gusta y quiere hacerlo. Es una cría que responsable de verdad, que te saca buenas notas, una cría que se porta muy bien en casa, con todos, con sus amigos, con la familia, con mi madre, con la suegra, Y yo digo si ese es su hobby y yo también me lo paso bien, porque voy para allá, no si es verdad, la traigo a entrenar y si no puedo la trae su madre, pero siempre la trae alguien la verdad, ella nunca falta a un entrenamiento porque no podamos traerla y oye necesita la equipación, necesita las zapatillas, bueno zapatillas de ciento y pico euros no, nos dijo el entrenador pues estas Adidas, lo que podemos, le damos toda las facilidades que podemos, porque sí, porque le gusta, porque es su hobby y porque creemos que le viene bien”.

### 3.2. Relaciones sociales

En este punto encontramos varios casos: el primero y más abundante, padres y madres que se relacionan tanto dentro como fuera del ámbito deportivo, pero que normalmente se conocían con anterioridad; otros que comparten actividad deportiva en el horario de sus hijos/as; algunos solo se relacionan en las competiciones; y, por último, de manera minoritaria, quienes no se relacionan ni

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

dentro ni fuera debido, a que no pueden acompañar a sus hijos/as a la actividad deportiva por motivos laborales.

PCF11: “Ninguna, conozco a algún padre de alguna compañera que tenía en el colegio, pero es que antes tenía más compañeras y ahora tiene menos, porque muchas se han salido, y alguna vez que se ha ido con alguien a la competición ha ido con el propio entrenador. (...) entonces no conozco a ningún padre para decir mañana la llevas tú y otro día yo, como sí hacía antes en el fútbol”.

### 3.3. Implicación en la escuela deportiva

En la mayor parte de los casos estarían dispuestos/as a colaborar con el club, pero el club no lo solicita. Muchos de ellos/as, cuando compiten sus hijos/as, colaboran llevando en su vehículo a más atletas a la competición. En algún caso aislado, colaboran en la cantina, como fotógrafo en las competiciones o pertenecen a la junta directiva del club, incluso se movilizaron ante el ayuntamiento para visibilizar el mal estado de la instalación.

PJF29: “Hemos formado el grupo de padres que estuvimos presionando para que saliera en la prensa lo del arreglo de la pista y lo conseguimos. (...) Siempre he colaborado con lo que el club me lo haya pedido o no. Cuando hay competición si hay que llevar a niños pues he llevado a niños, cuando ha habido competiciones fuera de aquí, si he podido, he ido y les he echado fotografías que luego es muy importante (...) es algo que se me da bien y que los niños valoran mucho, el año pasado creo fotografié todas las competiciones que hubo en Cartagena, todas, esté mi hija o no esté, (...) y luego pues cuando he podido echarles una mano en reparar algún tipo de material dañado, como la jabalina o las vallas también, como allí en el campo tengo sitio donde hacerlo (...) básicamente lo que me haya pedido el club y está en mi mano”.

#### 3.4. Afectación en la vida personal

Todos/as los entrevistados/as coinciden en que les repercute principalmente en su tiempo; pero, en la mayoría de los casos, lo ven como algo positivo y satisfactorio, ya que lo importante es ver disfrutar a sus hijos/as. Así que organizan su vida social y familiar en torno al deporte; en las competiciones aprovechan para hacer turismo o deporte en la zona. Además, supone una vida saludable para sus hijos/as y les aparta de otras actividades menos aconsejables. De manera más aislada, encontramos casos donde lo ven como algo negativo porque al atletismo se suman otras actividades de varios hijos; otros lo consideran un esfuerzo que reduce su tiempo personal, que se ha de ver compensado con la seriedad en que su hijo/a viva el deporte; y en un caso, la implicación es nula y por lo tanto no le afecta en su tiempo.

PCF13: “ Lo que afecta es para bien, pues me encanta, yo que sé, es verdad, me encanta traerla, me encanta llevarla (...) Si ella deja hacer atletismo probablemente yo haría menos deporte seguro, además yo el deporte que hago fundamentalmente es porque ella lo hace y ya el hecho de traerla, también porque es que salir a correr por el mismo recorrido es aburrido, o salir solo, ya sabes, ya tendría que quedar con alguien, aquí todos llegamos a la misma hora y parece que pues al final la verdad es el tiempo disponible que tenemos (...) Yo hay un día que salgo a correr sábado o domingo, depende del día que ella tenga competición, si ella no hiciera deporte pues tendría más libertad de elección. Nosotros los fines de semana siempre hacemos cosas, en verano ella no compite y siempre vamos a la playa, vemos a la familia, pero siempre tenemos tiempo, si ella compite sábado, pues quedamos con la familia o con los amigos el domingo” .

MJM26:” Pues sobre todo en traerlo y llevarlo, nosotros vivimos en el pueblo y son viajes todos los días para llevarlos a entrenar, y más el domingo si hay



## CAPÍTULO V – RESULTADOS

competición, que últimamente está yendo solo el padre, porque cuando íbamos los dos y se venía el pequeño se desesperaba 3 horas allí tirado en la pista. (...) no hay muchas competiciones, pero se suman los scouts, aunque mi hijo prefiere atletismo”.

MJM26: “Bajamos todos los días del pueblo menos los domingos sino hay competición y se nos van tres horas de tiempo, nos tenemos que organizar para traerlos y no hay muchas competiciones, pero se nos junta con los scout, aunque mi hijo prefiere el atletismo claro. El hermano pequeño se desesperaba en la pista, así que suele ir solo su padre (..). Cuando no hay competiciones intentamos hacer algún plan en familia. Relación con el técnico deportivo”.

En la tabla 46 se muestran las codificaciones de este bloque.

**Tabla 46**

*Codificación de la información del bloque “Implicación parental”*

<b>Bloques de Contenidos</b>	<b>Categorías</b>	<b>Subcategorías</b>	<b>Códigos</b>
Implicación parental	Implicación en la actividad deportiva		Total
			Parcial
	Relaciones sociales	Relación	Dentro de la actividad deportiva
			Dentro y fuera de la actividad deportiva
		No relación	Ningún tipo de relación
	Implicación en la escuela deportiva		Implicados
			No implicados
	Afectación en la vida personal	Afectación	Económica
		Tiempo personal Social y Familiar	
	No afectación	No afecta	

#### **4. Relación con el técnico deportivo**

En el cuarto bloque la información obtenida se centra en la relación y comunicación entre la familia y el/la entrenador/a, su satisfacción con el trabajo del técnico y el clima motivacional generado.

##### **4.1. Relación y comunicación con el técnico deportivo**

Existe una escasa relación entre padres y madres y entrenadores/as. Aunque los consideran accesibles, en la mayoría de los casos, solo tienen comunicación en persona en las competiciones. Aparte de la información general que se recibe por whatsapp, pueden acercarse a hablar con los entrenadores/as, si suceden situaciones especiales, como lesiones o falta de motivación en sus hijos/as. En algún caso aislado, un padre hablaba con la entrenadora cada dos semanas, en contraposición de otro que apenas sabía quién era el entrenador/a porque en un año solo habían hablado una vez.

PCF11: “Poca, los conozco de vista, el año pasado conocía a una entrenadora de vista porque la lleve a una competición, no ninguna, pero poca”, siempre en las competiciones se entabla más conversación hay tiempo de sobre para hablar, te tomas un café, yo que se, echas ahí la mañana o lo que sea” pero aquí en los entrenamientos ella viene sola y antes cuando era pequeña la traía, pero ahora ya viene sola, pues entonces no tengo relación”.

##### **4.2. Opinión personal**

No se percibe confianza de los padres/madres con los entrenadores/as para compartir sus opiniones, por lo que algunos casos expresan lo que piensan directamente a sus hijos/as. Algunos lo justifican con que son los propios atletas los que se han de comunicar con ellos, porque bastante liados van ya los entrenadores. Solo algunos solicitaron a los técnicos/as que valoraran la

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

posibilidad de dejar a sus hijos/as especializarse antes de tiempo. En general todos/as están de acuerdo en que la opinión del entrenador/a es la que prevalece y han de confiar en ellos/as, ya sean porque los padres/ madres consideran que no saben del tema o porque consideran que es lo apropiado.

PJM23: “No, además con independencia de que tenga preparación o no, yo soy de la opinión de que los padres no deben hablar con los entrenadores de cómo deben entrenar sus hijos, ni en este deporte ni en ninguno. Tú le confías la responsabilidad de tu hijo a una persona que está preparada y formada en eso y si no confías en él, lo mejor es que no le lleves. Y para ser entrenador no basta con tener psicología o tener metodología, es que hay que tener preparación y la preparación se consigue estudiando, formándote, mirando y teniendo experiencia, en el atletismo a lo mejor pasa menos, pero en otros deportes todos son entrenadores, sobre todo en el fútbol”.

MIM10: “No hemos hecho ningún comentario, porque yo tampoco tengo ni técnica, ni formación al respecto ni nada, lo único pues si tiene algún problema médico, que no haga esfuerzos y tal y entonces ya la entrenadora pues sabe que la pértiga no(...), vamos yo intento molestar y tal, no ponerme en medio del entrenamiento ni nada, si quiero decirles algo pues busco el momento y si pueden atenderme, que normalmente es que si, pues les comento cosas así, sobre todo de salud claro y si lo veo un poco desmotivado pues también, puede no ser importante, pero es para tener un poco de relajación y para directamente que desde su ángulo pues digan, y si no pasa nada, pues no pasa nada y si ellos ven que hay algo más de fondo para que estén un poco en sobreaviso”.

#### 4.3. Información del proceso

Todos/as coinciden que no reciben ningún tipo de información técnica sobre el proceso y evolución de sus hijos/as, algunos/as lo consideran necesario y otros no, pero todos/as agradecerían esa información al menos una vez al trimestre.

MIF5: “De manera formal, no, no estaría mal tenerla, una especie de notas en cuanto al esfuerzo que realiza, si puede dar más, si nos quedamos como estamos (risas)”, “No conozco la formación de los técnicos, por lo que veo algunos están estudiando CAFD, otros ya la tienen, no creo que haya gente de otro palo aquí”, “Creo que su entrenador de pértiga es una eminencia en el deporte”.

MCM18: “Yo *no tengo información de eso y si estaría bien*”.

MJM27: “Si, si nos cruzamos y eso si, a mi marido no sé si le hablarán más de técnica y eso. Pues se acercan y me dicen, oye mira veo a Teresa, por ejemplo, que es la más chiquitilla, pues va bien y además tiene siempre ganas de hacer y hace lo que se le dice y tal, información pues una vez al trimestre si es suficiente. De pequeños cuando Alfredo les hacía las orlas, hubo un par de años que por detrás escribían qué tal habían trabajado y eso fue muy bonito, una pequeña reflexión sobre ese crío, sobre el atleta y eso estaba gracioso”.

#### 4.4. Opinión sobre la dirección formativa

Ninguno de los padres o madres entrevistados conocían la formación de los técnicos/as de sus hijos/as. En general pensaban que estaban bien formados porque sus hijos/as están contentos/as, progresan y mejoran marcas. Consideran que se ha mejorado a nivel organizativo y que los entrenadores/as son motivadores/as, disciplinados/as, objetivos/as, se han ganado a los/as atletas y que cada uno tiene su forma de hacer, pero han de confiar en ellos/as.

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

PJM24: “Desde que tiene este entrenador, yo aspectos técnicos no he comentado con él ninguno, porque todo lo que le he visto que la cría hacía ,desde mi punto de vista era lo correcto, si hubiera visto algo raro pues se lo hubiera comentado, (...) todo lo que hemos hablado han sido siempre cosas positivas, de cómo está entrenando, de cómo trabaja y de los resultados obtenidos(...), en este tema cada maestrillo tiene su librillo y al final la forma correcta es aquella en la que tú consigues que el atleta o el deportista que está bajo tu mando crea en ti y crea en lo que tú le dices, hay quien lo consigue a base de látigo, hay quién lo consigue a base de diálogo y hay quien lo consigue sin decir casi nada, pero tienes que conseguir que tus atletas o tus deportistas crean que lo que tú les estás diciendo lo que es lo mejor para ellos y eso yo creo que el entrenador, que no lo conocían, se lo ha ganado en un mes y se lo ha ganado en cuanto los niños han competido y han visto que todos han mejorado (...), todos han mejorado, todos creen en él”.

En la tabla 47 se muestran las codificaciones de este bloque.

**Tabla 47***Codificación de la información del bloque "Relación con el técnico deportivo"*

<b>Bloques de Contenidos</b>	<b>Categorías</b>	<b>Subcategorías</b>	<b>Códigos</b>
	Relación y comunicación con el técnico deportivo	Comunicación frecuente	Vía electrónica y personal
		Comunicación esporádica	Vía electrónica Personal
		No existe comunicación	No existe relación
Relación con el técnico deportivo	Opinión personal		Comunica sus opiniones No comunica sus opiniones
		Opinión sobre la dirección formativa	Satisfechos Insatisfechos*
	Información del proceso	Recibe	Suficiente Insuficiente
No recibe		No lo ve necesario Necesidad de una mayor información	

Nota. \*Niveles de respuestas adyacentes a los realizados por la muestra.

## 5. Apoyo y soporte

Este quinto bloque permite conocer la sensación de padres y madres sobre el apoyo que brindan a sus hijos/as, cómo los incentivan y se comunican con ellos/as sobre su experiencia deportiva.

### 5.1. Comunicación con los hijos/as

La comunicación entre padres y madres y sus hijos/as es diaria, acentuándose antes y después de las competiciones. En general hablan en los trayectos de coche o durante la cena de cómo ha ido el día, sensaciones, molestias, que han aprendido o qué marcas han hecho ellos/as y sus compañeros/as. En algunos casos, los padres y madres también explican sus propios entrenamientos.

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

En época competitiva, algunos sujetos hablan de estrategia competitiva, alimentación y descanso, y si ha ido mal la competición, intentan centrar a los hijos/as más en la mejora personal que en la comparación con los demás.

PJF30: “Yo le pregunto todos los días, yo lo que más me preocupa es si le ha dolido algo, le pregunto si se lo ha pasado bien, siempre le pregunto cómo le ha ido el entrenamiento (...), ella me cuenta todos los días el entrenamiento (...) Si y luego las competiciones siempre la veo, es decir no hace falta que me digas si le ha ido bien o mal, porque lo sé, yo intento animarla porque sé cuándo le ha ido regular, pero siempre me cuenta lo que ha entrenado y cuando le tocan las competiciones y que va a hacer, y lo que ha aprendido y todo”.

PCF13: “Muy bien, mantenemos muy a diario sobre todo cuando hay muchas competiciones, y si es un tema en casa habitual, en la comida me duele aquí, en los días previos, pues ya sabes que tienes que descansar, come bien, aunque ellos ya lo saben le controlas un poco la alimentación, (...) y estrategia deportiva (...) pues mira a nivel regional estás así, estás a no sé cuántas décimas de esto, (...), miramos el ranking y entonces se dan cuenta de cómo están posicionados y eso también les sirve de estímulo para decir , bueno venga voy muy bien”.

## 5.2. Satisfacción del atleta con la práctica deportiva

Solo existe un caso en el que la hija, a pesar de gustarle el atletismo, lo pasa mal por su timidez y complejos físicos. En el resto de los casos, el mensaje es que los niños/as son felices, están satisfechos/as, contentos/as, motivados/as y orgullosos/as de ellos mismos/as, aunque cuando los resultados no acompañan pueden derrumbarse momentáneamente.

PJF31: “Yo creo que le gusta y quizás también porque se encuentra a gusto, tiene aquí amigas y ya son varias temporadas”.

### 5.3. Razones de participación deportiva

La mayoría de los/las entrevistados creen que sus hijos/as hacen atletismo para divertirse, estar con amigos y superarse a sí mismo y a los demás. El componente competitivo sale a la luz en varias ocasiones, hasta el punto de que piensan que si no tuvieran buenos resultados podrían abandonar el deporte. También aparece el motivo de hacer una actividad saludable y sentirse bien. Los más ambiciosos quieren ser atletas de alto rendimiento, conseguir beca de estudios, continuar con el deporte universitario y, en algún caso, llegar a participar en los Juegos Olímpicos.

MJM27: “A veces sienten nervios, a veces también se derrumban, hay que saber gestionar la derrota, pero de venir aquí y tal muy bien, muy contentos muy motivados. Yo veo muy contentos a mis hijos, aquí no vienen ni obligados, ni sin ganas, ni con pereza, pereza nunca, aunque vayan muertos y si llueve también vienen, que los pobres monitores a mí me dan un apuro”.

### 5.4. Relación del atleta con el entrenador

En las categorías sub 14 y sub 16 la mayoría de tienen una buena relación con sus entrenadores/as, ya que les hablan bien de ellos/as a sus padres y madres; en algunos casos, incluso con admiración. La confianza va aumentando según suben de categoría, siendo en sub 18 donde la relación con el entrenador/a es más cercana y de confianza. Solo en un caso un padre desconoce cómo es la relación de su hija con el entrenador.

PJM25: “Hay muy buena, hay mucha complicidad, lo veo en el grupo de entrenamiento, que trabajan con ellos una relación de confianza y mucha complicidad, muy de creer en el entrenador, es uno de los secretos del éxito que



## CAPÍTULO V – RESULTADOS

están teniendo, porque hay otros entrenadores del club con los que los críos no quieren entrenar”.

PCF12: “Muy buena, se nota cuando habla de ellos que los admira, que se lo pasa bien con ellos, que tienen buena relación, Cada entrenador es como es, hay alguno que parece más seco o más seca, más distante, otro más cercano, y mi hija no es que sea tímida, y veo que es una relación cercana pero no voy a decir de amistad pero que es muy cercana, (...) en la que en la que acepta lo que le dicen y ella si tiene que expresar algo no hay problema, si tiene confianza en ellos”.

MIF6: *“No sé si tiene confianza para hablar con ellos, para decirles, no sé, con la entrenadora si tiene más confianza, además que conoce a su hija del instituto”.*

## 5.5. Relación del atleta con sus compañeros/as

En general mantienen buena relación, sobre todo con los compañeros/as con los que han coincidido en el colegio, algunos los consideran sus mejores amigos. Al menos la mitad quedan fuera de la actividad deportiva para hacer otros planes; la otra mitad, simplemente se comunican por redes sociales o tienen buena relación como compañeros/as dentro del entrenamiento. La competitividad dentro del grupo de entrenamiento puede entorpecer la amistad para algunos/as; en cambio, otros/as hacen amigos con rivales de otros clubs. En algún caso, los padres y madres observan que conforme van pasando de categoría se vuelve más reducido el grupo de amigos y hacen más actividades fuera.

PCF21: “Muy bien, los críos es lo que tienen, que conforme cumplen años su círculo es más cerrado, críos y crías que se llevaba bien cuando era más pequeña ahora no se lleva bien. Ella ahora mismo ya de verdad, el circulo se va cerrando cada vez más, pero bien yo creo que con los que no son íntimos no se lleva mal. Yo la veo que habla con todos cuando tiene que hablar. Y además se lo digo, es que te

pueden caer mejor o peor, pero por eso no, los tienes que tratar que son tus compañeros”.

MJM27: “Muy buena, me hace gracia, porque en competiciones también se hacen amigos de otros clubes, eso ha sido un descubrimiento, ahora porque estamos acostumbrados y no lo vemos, pero a nivel relacional eso ha sido una riqueza para ellos súper importante”.

PCF15: “Ha ido por fases, ahora tiene 3 o 4 en los que se apoya más y por la demás indiferencia. Este año el ambiente se ha vuelto más competitivo, incluso en los entrenamientos, y puede haber tiranteces con algunos, Ha sido una cría que se ha desarrollado muy rápido y estaba acostumbrado a ganar a sus compañeras, y ahora claro, ve que la empiezan a pasar, se deja llevar por la inercia y los resultados y está en un momento crítico en el deporte”.

#### 5.6. Apoyo parental

Se observan dos categorías, una de apoyo interno con un soporte más emocional a través de la comunicación y, por otro lado, otra de apoyo externo (económico, material, tiempo y logístico), destacando que en ningún caso los padres y madres refieren que el gasto económico sea alto; aprovechan cumpleaños o fiestas de navidad para regalar a los/as hijos/as material deportivo. Como consecuencia a este apoyo, al menos un tercio de los/las entrevistados/as, pide a sus hijos/as dedicación, seriedad, compromiso y esfuerzo en su actividad deportiva.

MCF20: “Cualquiera sabe que el material del atletismo es carísimo, que siempre queremos las zapatillas de la marca cual, y no nos vale las baratas del decathlon, pero a mí no me importa, me lo pide, pero como no me pide otras cosas,

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

pues zapatillas, zapatillas, mallas pues mallas, al final es lo que usa y lo que más se pone”.

MIF1: “De tiempo tampoco me importa, lo hago muy a gusto, como lo haces no se nota, y por la otra parte, nunca lo hacen y cuando lo hacen ...me ha llegado a decir, es que como tú nunca tienes planes, ¿cómo que yo no tengo planes? si los tengo, lo que pasa es que priorizo los suyos y los de su hermano, entonces sino puedo hacer planes no salgo”.

PCF11: “... le animo a que compita, y bueno luego me lleva al Corte Inglés y quiere comprarse un equipo más chulo porque quiere una cosa especial para entrenar y quiere unos tenis y no sé qué, y yo se lo compro (...)y aunque solo sea por interesarme y económicamente pagarle las cuotas”.

PCF13: “El día que tenga que dejarlo me va a dar pena y también lo entenderé, ahora mientras que siga haciendo deporte yo vengo encantado. Mi mujer y yo tenemos la misma opinión la verdad y de hecho vamos juntos siempre a todos lados, tiene que ser algo, no sé yo llevo dos años que la competición me coincidía con la ruta de la fortaleza, es la única y sólo va mi mujer. El esfuerzo económico, hombre no es gratis pero tampoco creo que sea un disparate, hay mucho más caro creo yo (...) y no es una cría caprichosa, entonces no es un gran esfuerzo económico el que tenemos que hacer”.

PCF14: “Nosotros por supuesto que las apoyamos, para que tomen sus propias decisiones sin presionarlas, intentamos motivarlas, lo que sí les pedimos es concentración para intentar hacer bien las cosas, y que se esfuercen para obtener su recompensa”.

### 5.7. Presencia Parental

La mayoría de los padres y madres han asistido a 90%-100% de las competiciones de sus hijos/as. La mayoría asiste en familia, en otros casos solo

puede ir el padre o la madre, pero siempre hay presencia familiar. Solo en un caso no ha podido asistir a ninguna competición por tema laboral y que la niña suele ir a las competiciones con el entrenador.

En tres casos, cuando la competición es lejos, les da pereza desplazarse; pocos padres asisten cuando el evento se desarrolla fuera de la región.

A los entrenamientos, asisten de manera generalizada en categoría sub 14 y van descendiendo según suben de categoría.

PCF11: "No estoy mucho, le apoyo en todo y me gusta que haga deporte, he ido un par de veces a las competiciones, pero estoy liado, su madre la puede llevar ahora. El sábado me mandó una foto que había quedado primera, pero vamos que estoy contento con su progreso, pero no voy tanto, el año pasado si fui más".

MIF3:" Competiciones al 99%, o por trabajo o competición propia, entrenamientos al 60%. A ellas les encanta, nos piden que nos quedemos en los entrenamientos y en las competiciones para verlas. Mi hija va corriendo en el entrenamiento y nos busca con la mirada para ver si la estamos mirando (risas)".

#### 5.8. Demostración de apoyo

La mayoría dice a sus hijos/as que están muy contentos con su práctica deportiva, orgullosos de ver que se esfuerzan y de su capacidad de superación. Algunos consideran una forma de demostrar su apoyo recordar las marcas de sus hijos/as y, cuando están tristes, poder ayudarles en su mejora personal.

Algunos padres comparten la actividad deportiva con sus hijos/as, comenzando gracias a que sus hijos/as se iniciaron en el deporte. Más de la mitad expresan su satisfacción con palabras, gestos y actos, y consideran importante comunicar esa información y poner palabras a los sentimientos, ya que motivará a que su hijo/a continúe con la práctica. El resto de casos da por hecho que sus

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

hijos/as son conscientes de lo que sienten; para un sujeto expresa que las palabras de halago pueden debilitar el carácter.

PJF29: “Claro que se lo demuestro, ella sabe que estamos muy orgullosos de ella, pero procuro tener cuidado de no encumbrarla mucho, ya sabes que los halagos te debilitan y yo procuro no halagarla mucho, al contrario, tal vez peco de duro con ella , que su madre me lo dice, que es que soy demasiado duro, (...) cuando te están halagando y luego las cosas no te salen bien los golpes son mucho más duros, yo prefiero que aprenda la dureza, al esfuerzo, al sacrificio que tiene este deporte, ¡y si luego gana mejor!”.

PCF12: *“Le digo que me siento orgulloso y las animo, (...), pero en eso y en todo, considero que es básico, reconocer los logros, reconocer el esfuerzo”.*

MIM10: “Siempre, siempre, se podría mejorar, hablar más con ellos, pero bueno, les decimos que estamos orgullosos de ellos, tanto por el deporte como por otros temas. Tratamos que sepan que los queremos y nos sentimos orgullosos de ellos, ganen o pierdan, no hace falta que ganen, solamente por esforzarse, (...) esforzarse como en todo en la vida”.

En la tabla 48 se muestran las codificaciones de este bloque.

**Tabla 48***Codificación de la información del bloque "Apoyo y soporte"*

<b>Bloques de Contenidos</b>	<b>Categorías</b>	<b>Subcategorías</b>	<b>Códigos</b>
Apoyo y soporte	Comunicación con los hijos/as		Frecuente
			Ocasional*
			Nula*
	Satisfacción del atleta con la práctica deportiva		Satisfecho
			Insatisfecho
	Razones de participación deportiva		Diversión
			Relacional
			Superación personal
			Competitiva
			Salud
Relación del atleta con el entrenador	Buena	Profesional	
		De confianza	
	Mala*	El atleta no se siente cómodo con el entrenador	
	Sin relación*	No existe relación	
Relación del atleta con sus compañeros/as	Desconocida	Desconocida por el padre	
	Buena	Dentro de la actividad deportiva	
		Dentro y fuera de la actividad deportiva	
Apoyo parental	A mejorar	Problemas de relación por competitividad	
		Problemas de relación por timidez	
		Apoyo interno emocional	
		Apoyo externo Instrumental	

Bloques de Contenidos	Categorías	Subcategorías	Códigos
Apoyo y soporte	Presencia Parental		Ambos progenitores
			Solo un progenitor
			Ningún progenitor
	Demostración de apoyo		Con hechos y palabras, lo consideran beneficioso
			Con hechos, no consideran necesario expresarlo
			Con hechos, consideran contraproducente expresarlo

Nota. \*Niveles de respuestas adyacentes a los realizados por la muestra.

## 6. Comportamiento directivo

El sexto bloque ayuda a determinar si pueden aparecer comportamientos intrusivos por parte de padres y madres, antes, durante o después de un evento deportivo.

### 6.1. Comportamiento directivo con su hijo/a

Cada padre o madre tiene su forma peculiar de comunicarse con su hijo/a pero, de manera general, se puede distinguir una vertiente psicológica o emocional y otra parte más directiva, en lo referente a recomendaciones o consejos técnicos para preparar o corregir la actuación de la competición. Hay sujetos que trasladan ambos mensajes, otros se decantan sólo por uno. Algunos padres no dan indicaciones técnicas porque no conocen la disciplina; en un caso, la hija no le deja, solo quiere escuchar a sus entrenadores/as.

PJF24: "En el aspecto técnico no, a no ser que me pregunte alguna cosa, pero suele ser en el aspecto psicológico, en lo importante que es creer en ti mismo y saber que si has estado entrenando durante todo el invierno a las 8 de la noche pasando frío y luego nos vamos un día en Yecla con viento y con frío, es el día de recoger el trabajo de todo, eso es lo que yo le digo, que para venir aquí ahora y

rendirte no hemos estado todo el invierno pasando frío (...), que no se le olvide que en la competición es el momento de recoger ese entrenamiento, que aún así podrá salir bien o podrá salir mal, (...) el día de la competición vas a saber reaccionar mejor, vas a tener menos nervios, vas a estar más predispuesto al esfuerzo, vas a tener menos agobio, eso es algo en lo que yo procuro ayudarle, a que valore que si se está esforzando mucho, esa es la fuerza que va a tener luego el día la competición”.

PCF16:” No me deja ella no me deja, ella tiene las cosas muy claras y se rige por lo que le dicen los entrenadores, si yo le he podido decir alguna cosilla pero no, lo que le he dicho me ha corregido, dice que no, que se lo han explicado de tal manera y no, no se deja”.

## 6.2. Evaluación de la competición

Unos pocos comentan que está bien esforzarse, pero no sacrificarse; que hay más vida que el atletismo, en contraposición a la opinión generalizada de que la competición es buena por los valores que transmite. Casi la totalidad describe ver a sus hijos/as competir como algo emocionante: los animan, están pendientes de ellos, les graban y hacen fotos; en algunos casos añaden que lo pasan mal si ven que fracasan en su objetivo.

Más de la mitad asiste en familia, y muchos pasan la jornada viendo toda la competición, no solo a sus hijos/as sino también a los/as compañeros/as. Uno de los padres dice que, al verlos, siente que le hubiera gustado vivir esa experiencia.

PCF11: ”... solamente le digo que se esfuerce lo justo y necesario, que no se esfuerce de más, porque esforzarse de más puede significar una lesión, puede significar un problema físico, y no tiene tampoco necesidad, porque ella no come de esto y ella esto lo hace porque quiere” ...con ir progresando qué necesidad hay



## CAPÍTULO V – RESULTADOS

de ganar siempre o de enfadarse sino ganas, vamos a ver aquí te lo pasa bien vas con tus amigos , vas ganáis o no ganáis, ahí hacéis lo que podéis, (...) no te tienes que cabrear por eso. “Osea, que tanto en el aspecto emocional, que no se lo tome tan en serio como para estar cabreada si no gana, como físico a ver si le va a dar un infarto corriendo”.

PCF23: “A mí me gusta verla, lo que no me gusta es verla pasarlo mal, es normal, yo que sé, su madre también lo vive, es más divertido, se apunta a todo, pues venga ahora vamos al peso, ahora a no sé dónde. Es emocionante, esos nervios, no porque ella disfrute más o menos, porque no se haga daño, que no se caiga, cuando la veo hacer vallas decía, por dios que no se caiga”.

MCF20: “A mí me gusta, por mi hija y por todos, porque veo que se esfuerzan muchísimo (...) a veces nosotros hemos terminado en punto y decimos, venga va vámonos, ¡no, vamos a quedarnos!, y a mí me encanta, siempre la llevo yo, a mí me gusta llevarla, me gusta verla”.

**Tabla 49**

*Codificación de la información del bloque “Comportamiento directivo”*

<b>Bloques de Contenidos</b>	<b>Categorías</b>	<b>Subcategorías</b>	<b>Códigos</b>
Comportamiento directivo	Comportamiento directivo con su hijo/a	Se dan instrucciones	Recomendaciones psicológicas o emocionales Recomendaciones directivas técnicas
		No se dan instrucciones	No dan instrucciones de ningún tipo
	Evaluación de la competición		Experiencia enriquecedora Experiencia intrascendente

## 7. Expectativas

Expectativas de padres y madres sobre las capacidades y el futuro de la práctica deportiva de sus hijos/as. En este séptimo bloque se presentan los resultados de las dos dimensiones conjuntamente.

### 7.1. Expectativas atleta vs Expectativas padre o madre

En este apartado podemos encontrar 5 tipos de relaciones, 1) el/la atleta tiene objetivos competitivos (campeonatos regionales, nacionales, europeos y JJOO) y los padres y madres confían en que sus hijos pueden llegar a donde se propongan; 2) el/la atleta tiene objetivos competitivos los/las padres y madres piensan que no son alcanzables, aunque les gustaría que sus hijos/as continuasen en el deporte; 3) el/la atleta tiene objetivos competitivos pero los/las padres y madres piensan que no son alcanzables y que deberían priorizar los estudios; 4) el/la atleta no tiene objetivos competitivos y los/as padres y madres quieren que sus hijos/as continúen en el deporte; 5) el/la atleta no tiene objetivos competitivos y los/as padres y madres no los ven consiguiendo objetivos. El primer y segundo tipo de relación son los más abundantes y van descendiendo en las siguientes posibles relaciones.

MIF1: *"... en la última competición iba buscando los récord que habían en la famu", "ella se ve de policía y atleta, que yo quería que fuera médico, pero bueno (risas)", "Atleta de medallas, ojalá, a quien no le gusta que su hijo sea lo que quiera ser, pero lo veo complicado, porque ella va a tener muchos bajones y si no estás ahí para empujarla y animarla a seguir, que es mi caso, yo si voy a estar, pero la otra parte dice hay pobrecita, no, que no siga...entonces lo veo muy complicado, cuando ambos padres no siguen la misma onda, imposible", "a mí me gustaría que siguiera y llegara a conseguir lo que ella quiere, de hecho me encantaría, pero no iba a ser ningún trauma, de hecho me iba a relajar*

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

*porque de verdad que sufro, sufro mucho (...), el problema es que yo me lo tomo demasiado a pecho y me responsabilizo y me lo cargo yo”.*

MCM18: *“Él quiere conseguir ir a un campeonato de España, pero no por club, y que lo va a conseguir yo pienso que sí, que hay también pienso que en ese hay mucho nivel y que va a tener que trabajar mucho y tener suerte, porque yo se que el trabajo es muy importante, pero también es cuestión de tener suerte, que no te lesiones es importante. / Sí que lo puede conseguir, pero vamos que piensa que lo va a conseguir ya , y ya no, que a veces las cosas no son cuando queremos”.*

MJF33: *“Yo creo que ella si se pone objetivos más altos, me pregunta por la mínima (...) pero no creo que ella se vea tampoco triunfando en el atletismo, yo creo que ella es consciente de que no va a llegar a eso, no sé pero también los sueños que tenga, no le pregunto, pero qué yo creo que ese tipo de cosas es presionarla más y ella con lo competitiva que es. Yo quiero que aguante, que lo combine con su estudio y el tiempo dirá (...)Oye, que si se hace la mínima para el campeonato de España, ella se va a llevar un alegrón tremendo, pero yo no digo a ver si hace la mínima, o sea no quiero que tenga esa presión, compite y pásatelo bien y lo que venga vendrá”.*

PCM19: *“Él siente que mejora y tiene más ganas de venir a la pista, sobre todo en lanzamientos cree que puede hacerlo bien, antes se enfocaba en correr, de pequeño en las carreras quedaba el último. Yo no lo veo de competiciones, va a tener un nivel de participación, la verdad no se porque ha empezado a competir ahora. ¿Mis expectativas?, de participación, nos apuntamos los tres al cross de Artillería y como es tan competitivo lo pasa fatal y se pone de los nervios (...) nosotros le quitamos importancia a ganar”.*

En la tabla 50 se muestran las codificaciones de este bloque.

**Tabla 50***Codificación de la información del bloque "expectativas"*

<b>Bloques de Contenidos</b>	<b>Categorías</b>	<b>Subcategorías</b>	<b>Códigos</b>
Expectativas	Expectativas atleta Vs	Expectativas que coinciden	Coinciden en altas expectativas de rendimiento
			Coinciden en bajas expectativas de rendimiento
	Expectativas padre o madre	Expectativas que difieren	Atleta y progenitor coinciden en expectativas de salud
			Atleta con expectativas de rendimiento y progenitor de salud
			Atleta con expectativas de salud y progenitor de rendimiento*

Nota. \*Niveles de respuestas adyacentes a los realizados por la muestra.

## 8. Presión parental

En este último bloque se busca información sobre la importancia que los/las padres y madres dan a los resultados de competición y la presión que pueden ejercer sobre sus hijos/as.

### 8.1. Participar o ganar

Los resultados obtenidos dan mayor importancia a la participación, aunque muchas de las respuestas se complementan con afirmaciones de mejora personal o de participar para ganar, sobre todo cuando existen opciones claras. Añaden, en algún caso, que ganar ayuda a la adherencia de la participación. De manera aislada, se menciona que el alto nivel conlleva implícito la importancia de ganar.

PJF30: *"Participar, si ganas mejor, pero participar siempre"*.

PJM23: *"Participar y ganar, ganar siempre ayuda a seguir participando"*.

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

MJM28: “Participar, aunque en los niveles importantes también es ganar, pero porque en ese trabajo de base ya llevan el participar que es muy importante, hay muchísimos deportes que están orientados a ganar, como el fútbol, ya tan pequeños o sea que el trabajo de cantera que hacen en Elcano lo veo fundamental”.

PCF14: “Cuando tienen opciones nos gustaría que ganaran, superación, tienen que ser ambiciosas y buscar resultados, marcas objetivas que sean realistas, pero retos a la vez, pero siempre es importante participar claro”.

## 8.2. Percepción hijo/a

Los/as entrevistados/as coinciden de manera casi unánime, en que sus hijos/as perciben que su actividad deportiva hace felices a sus progenitores; que su presencia en competiciones y entrenamientos, hace que se sientan más seguros/as y están contentos, satisfechos y agradecidos de su implicación; aunque, en muchas ocasiones, no lo verbalizan, o simplemente creen que es algo implícito en las obligaciones de ser padre o madre. Tres sujetos expresaron que la relación de implicación ha de ser bidireccional, que el hijo/a debe esforzarse y comprometerse con su actividad deportiva. En dos casos, los padres explican que sus hijas se enfadan porque son muy estrictos en sus comentarios.

MJF32: “Sí, mi hija es muy buena cría, educada y ella me reconoce mucho las cosas que hago porque sabe que no caen las cosas del cielo (...), entonces pues ella es agradecida claro que sí”.

MIF1: “Yo creo que a ella le encanta que estoy siempre”, “Tienen una edad ahora como que creen que se lo merecen todo y nada más que tienen obligaciones los padres, no se, es como que, es tu obligación mamá, llevarme, traerme...”.

PCF12: “Sabe que es un yo te doy y tu me das, si se esfuerza y se compromete su padre va a estar”.

### 8.3. Afrontamiento competitivo

En pocos casos, padres y madres declaran que sus hijos/as están tranquilos y sin nervios a la hora de enfrentar la competición. La mayoría de atletas están nerviosos antes de competir; unos, con nervios que sirven de activación competitiva; y otro, con nervios que les afecta negativamente en el sueño, alimentación y estado físico. En algún caso explican que sus hijos/as combaten estas sensaciones mediante una rutina que les ayuda a estar más centrados y calmados. En otros casos, los/as padres y madres opinan que si la competición es estresante deja de ser una buena opción.

PIF7: “Lo lleva bien, es verdad que al principio estaba un poco más nerviosa pero ya lo tiene asumido, más que nerviosismo tiene actitud, activación, motivación...”.

PCF21: “Se pone muy nervioso, se pone serio, no le gusta que le digan nada es como que se cierra en su burbuja o en su mundo antes de competir, aunque él no me lo diga yo sí creo que se pone nervioso. Luego por la tarde se pega una siesta que parece que está muerto sí y yo creo que es de ese peso, esa tensión que lleva”.

PJF29: “Las enfrenta bien, porque psicológicamente es fuerte, aunque está algo nerviosa como todo el mundo, pero no la veo muy nerviosa, veo a otros niños más nerviosos que ella, que acaban bloqueándose, y ella no suele, ella la enfrenta bien porque es buena competidora y eso siempre está muy relacionado con tu autoestima, con tu nivel de concentración con tu nivel psicológico ,con cómo te encuentras tú cuando te enfrentas a otra gente, sabes que los críos es muy fácil que se pongan nerviosos, se bloquean, y normalmente la competición le salen bien, el año pasado fue mejorando marca en todas las competiciones, una cosa que es difícilísimo, y entonces bueno llegará el día en que no mejore y se pegará el

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

batacazo ,pero hasta ahora yo creo que las afronta muy bien, y eso también te va retroalimentando y cada vez te vas haciendo más fuerte, porque tú cada vez vas viendo que si entrenas, recoges si entrena recoges”.

MJM26: “Él es muy competitivo y se pone nervioso, le pasó lo mismo cuando hacía vallas y ya no quiso hacerlas más de cómo se ponía. Es muy competitivo, pero tiene miedo al fracaso y esto deja de ser una buena opción si se estresa de esa manera”.

MIF3: “La pequeña lo lleva mejor, es más feliz, se organiza apuntándose las pruebas va a hacer, a que hora compite, que marca tiene o ha hecho”.

#### 8.4. Análisis de resultados competitivos

En todos los casos los/las padres y madres dan un feedback a sus hijos después de competir. Si la actuación era la esperada o deseada, lo celebran y felicitan a sus hijos/as; si no se cumplen las expectativas, intentar animarlos/las y orientar la experiencia hacia el proceso de mejora personal. En casos aislados, restan importancia a los resultados o a la competición, para evitar la decepción de sus hijos/as. También puede aparecer un feedback negativo por parte de los padres y madres, si creen que no se ha alcanzado el resultado debido a que el/la atleta no estaba centrado/a en la competición, o no se ha esforzado lo suficiente.

PJF29: “La mayoría de las veces felicitarla por lo bien que lo ha hecho, porque la verdad que la mayoría de las veces siempre ha mejorado marca o ha hecho una cosa bien. Alguna vez que no han salido las cosas bien, (...) a veces pasa y son accidentes, pero a veces sale mal por factores que ella no ha sabido manejar y entonces a mí se me nota que estoy cabreado y a ella también precisamente por eso porque sabe que podía haber hecho algo más, (...) y luego saldrá bien o saldrá mal, no siempre sale bien, pero tú tienes que ver que el nivel de concentración es el adecuado, que la preparación es la adecuada, que el calentamiento lo has hecho

bien, y cuando tú ves que en el calentamiento está con una, con otra, que no está con el punto de concentración que hay que tener. El caso me parece que me ha pasado una vez sola, pero vamos la frase es esa, es que para esto nos podíamos haber quedado en Cartagena lástima de gasoil, a ella le duele que le diga eso y se echa a llorar, luego va llorando todo el camino de vuelta y mi mujer dándome codazos”.

PJM24: “Siempre hay un poquito de reflexión que qué tal te ha visto, cómo te has sentido ahí, yo te he visto fuerte, has arrasado o bueno venga la siguiente vez tienes que no sé qué. Los comentarios siempre son si le ha salido bien, oye qué bien y si no ha salido bien le decimos, oye has competido bien, has aguantado hasta el final (...) siempre quitar hierro, tampoco vamos a subirlo a un pedestal, pero sí el esfuerzo y la desesperanza o esa desmotivación hay que manejarla”.

MJM26:” Que no son competiciones tan importantes y lo que importa es ganarse a sí mismo y mejorar, la vida no va en ello, todo el mundo tiene un mal día y que, si se pone nervioso, los resultados en esas condiciones serán peores que si lo hace tranquilo”.

#### 8.5. Efecto presión

En general los/as padres y madres perciben que la presión que sienten sus hijos/as proviene de la competición y de cómo la interpretan. La mitad de los progenitores expone que sus hijos/as no se desenvuelven bien bajo presión, y la otra mitad, que sí saben gestionarla, siendo una activación para afrontar la competición; incluso, un padre explica que presiona a su hija para que no se relaje.

MJM27: “Sí la llevan bien, unos más que otros, pero bueno tampoco perfecto, pero no se les desboca la presión, no la somatizan, ni tampoco la manifiestan en forma de agresividad, la toleran. En las competiciones están nerviosos o tensos,



## CAPÍTULO V – RESULTADOS

pero no, no pierden los nervios en realidad, no hace que no duerman esa noche ni nada, lo llevan bien, creo que lo manejan de manera equilibrada, (...) el hecho de enfrentarse a las competiciones siempre con mucha ilusión”.

## 8.6. Presión parental

Más de la mitad de los casos responden que no los /as han presionado, pero seguidamente exponen una situación (alimentación, esfuerzo, compromiso, asistencia a entrenamientos, etc.) en la que quizá el/la niño/a si lo haya podido interpretar o sentir así. Pocos responden con un no rotundo, a si han presionado en alguna ocasión a sus hijos/as. Y algo menos de la mitad reconocen que alguna vez los han presionado y se han arrepentido después.

MIF1: “No, yo no, la presiono, pero no por las competiciones, por la responsabilidad, (...) a los entrenamientos no se falta, solo se falta si estás enferma o por causa mayor, pero no porque no te apetece, no, porque hace frío”.

MIF5: “No lo necesita, cuando tiene examen le pregunto que cómo lo lleva y estoy encima, pero sin presionarle, (...) ósea es responsable, como le voy a presionar si ella está en todo. No quiero que deje de aprobar por venir aquí, puede venir aquí todas las veces que quiera, pero como eso ya lo sabe prioriza, esa es la única presión a lo mejor que le hago”.

PCM22: “Si alguna vez sí, pues a lo mejor cuando han querido dejar alguna prueba a medio, bueno me ha salido una mal y ya no sigo, ahí sí”.

MCM17: “A mi hija si la he presionado para que siga y la verdad, luego me arrepiento por si causa lo contrario. Ella lloraba antes de ir a entrenar y decía que se sentía sola, (...) nosotros nos sentamos con ella y le pedimos que hiciera lista de pros y contras y mira, y al final acabó decidiendo ir. Y aún le pasa hay días que no quiere ir, pero mi marido le dice que es lo que había decidido”.

MIF2: “Si alguna vez si le he comentado, igual que hoy le he dicho algo, pero no me acuerdo, que muchas veces se dicen cosas que después no sé lo que le he dicho. Alguna vez sí le he dicho algo sobre todo relacionado con el peso, que tienes que bajar peso, no sé qué, mira qué ayer que cenaste y mira que te dije que no, pero eso en parte es un poco presionarla porque a esa edad tampoco le puedes decir has comido esto o lo otro, aunque a ella después le gustaría superarse, pero si yo creo que sí le he presionado alguna vez”.

MCM17: “Mi hija para que siga, a veces lo pienso y me arrepiento por si causa el efecto contrario. Le dijimos de hacer una lista de pros y contras porque decía que lloraba antes de ir a entrenar y se sentía sola, le pedimos que decidiera y quiso seguir, así que cuando hay días que no quiere ir, le digo que es lo ha decidido”.

PCF14: “En general en ningún ámbito de su vida. Nos hemos dado cuenta de que las palabras que les decimos no tienen el mensaje que ellas pueden percibir y que eso puede generar confusión, por eso cada vez más damos un paso atrás”.

En la Tabla 51 se muestran las codificaciones de este bloque.

La codificación final de la información obtenida de las entrevistas se muestra en el Anexo 3.

**Tabla 51**

*Codificación de la información del bloque “Satisfacción de los padres y madres con la oferta deportiva”*

<b>Bloques de Contenidos</b>	<b>Categorías</b>	<b>Subcategorías</b>	<b>Códigos</b>
Presión parental	Participar o ganar	Participar	Participar para superarse a sí mismo Participar para ganar
		Ganar	Ganar para seguir participando Ganar en el alto nivel
	Percepción hijo/a	Percepción positiva	Perciben que su participación hace feliz a su progenitor y agradecen su implicación Perciben que su participación hace feliz a su progenitor y sobreentienden que es algo implícito en la labor parental
		Percepción negativa	Perciben críticas de sus progenitores
	Afrontamiento competitivo	Con nervios	Afectan positivamente (activación) Afecta negativamente
		Sin nervios	Afecta positivamente Afecta negativamente
	Análisis de resultados competitivos	Feedback Positivo	Celebran los resultados Confortan los resultados
		Feedback negativo	Responsabilizan al atleta
	Efecto presión		Presión propia del atleta Presión del progenitor
	Presión parental		Presión consciente Presión inconsciente Sin presión

### V.3. ESTUDIO III: "DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN DE LA HERRAMIENTA DE FEEDBACK TÉCNICO"

#### V.3.1. Validez de contenido

La validez de contenido se realizó a través de la V de Aiken. Aiken (1985), propuso para la hipótesis nula un valor de  $V=,50$ , es decir, todos los ítems que obtuvieran un valor de V superior, serían aceptables y por el contrario, habría que desecharlos en el caso de que obtuvieran valores inferiores a ,50. Para este estudio, se utilizaron los niveles propuestos por García-Martín et al., (2016), donde si el ítem obtiene una puntuación igual o superior a ,79 se mantiene, si el valor del ítem está comprendido entre ,78 y ,69 se modifica y si es igual o inferior a ,69 se elimina. Además, se tendrá en cuenta la bondad de ajuste a través del cálculo del intervalo de confianza al 90%.

##### V.3.1.1. *Planillas de feedback técnico de Técnica de Carrera y Salida de tacos*

En base a los resultados estadísticos del análisis para la planilla de feedback técnico de Técnica de Carrera en la categoría sub 14 (tabla 52), se elimina el ítem 2 de la fase de *Amortiguación* (Claridad  $V=.67$ ; Coherencia:  $.67$ ; Relevancia:  $.33$ ), y se modifica la redacción del ítem 3 de la fase de *Amortiguación* (Relevancia  $V=.78$ ), ítem 2 de la fase de impulso e ítem 2 de la fase de *Sostén* (Claridad  $V=.78$ ), siguiendo las recomendaciones de los expertos. Además, se añade un ítem a la fase de *Brazos* (Suficiencia:  $.67$ ) (Anexo X).

**Tabla 52**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback Técnica de carrera categoría sub 14*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90%Intervalo confianza			
						Límite inf.	Límite sup.		
Pierna libre: Plano Posterior	1	Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95		
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
	2	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95		
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95		
		Pierna libre: Plano Anterior	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
				Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Coherencia	4.00			0.00	1.00	.91	1.00		
Relevancia	4.00			0.00	1.00	.91	1.00		
2	Claridad		3.67	0.58	0.89	.75	.95		
	Coherencia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
	Relevancia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
	Claridad		4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
3	Coherencia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
	Relevancia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
	Fase de Amortiguación		1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
				Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Coherencia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00			
Relevancia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00			
2		Claridad	3.00	1.00	0.67	.51	.79		
		Coherencia	3.00	1.00	0.67	.51	.79		
		Relevancia	2.00	0.00	0.33	.21	.49		

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90%Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Fase de Sostén	3	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.33	1.15	0.78	.62	.88
	4	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Fase de Impulso	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.33	1.15	0.78	.62	.88
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Tronco y Pelvis	1	Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.33	1.15	0.78	.62	.88
Acción de brazos	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Suficiencia	3.00	0.00	0.67	.51	.79
1	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90%Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

En base a los resultados estadísticos del análisis para la planilla de feedback técnico de Salida de Tacos en la categoría sub 14 (Tabla 53), únicamente se modifica la redacción del ítem 2 de la fase de Colocación de los tacos (Claridad  $V=.78$ ), siguiendo las recomendaciones de los expertos (Anexo X).

**Tabla 53**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico Salida de tacos categoría sub 14*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	.0% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Colocación de los tacos	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	2	Claridad	3.33	1.15	0.78	0.62	0.88
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
Fase: A sus puestos	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
5	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	



## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	.0% Intervalo confianza		
						Límite inf.	Límite sup.	
Fase: Listos	6	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
	7	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
	8	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
			Suficiencia	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
	1	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
	2	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.87	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.87	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.87	1.00	
	3	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Relevancia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
4	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
5	Claridad	4.00	0.00	1.00	.77	1.00		
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.77	1.00		
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.77	1.00		
6	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
Fase: Salida		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	.0% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	5	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	6	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	7	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

En base a los resultados estadísticos del análisis para la planilla de feedback técnico de Técnica de Carrera en la categoría sub 16 (Tabla 54), se elimina el ítem 2 de la fase de *Amortiguación* (Claridad V=.67; Coherencia:.67; Relevancia:.33), y se modifica la redacción del ítem 3 de la fase de *Amortiguación* (Relevancia V=.78), ítem 2 de la fase de impulso e ítem 2 de la fase de *Sostén* (Claridad V=.78), siguiendo las recomendaciones de los expertos (Anexo X).

**Tabla 54**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Técnica de Carrera, categoría sub 16*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza		
						Límite inf.	Límite sup	
Pierna libre: Plano Posterior	1	Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	2	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
		Pierna libre: Plano Anterior	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
1	Coherencia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Relevancia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad		3.67	0.58	0.89	.75	.95	
2	Coherencia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
	Fase de Amortiguación	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Claridad		4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
1		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Claridad	3.00	1.00	0.67	.51	.79	
2		Coherencia	3.00	1.00	0.67	.51	.79	
		Relevancia	2.00	0.00	0.33	.21	.49	

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup
Fase de Sostén	3	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.33	1.15	0.78	.62	.88
	4	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Fase de Impulso	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.33	1.15	0.78	.62	.88
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Tronco y Pelvis	1	Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Acción de brazos	1	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

En base a los resultados estadísticos del análisis para la planilla de feedback técnico de Salida de Tacos en la categoría sub 16 (Tabla 55), no ha de modificarse ningún ítem en base a las valoraciones de los expertos (Anexo X).

**Tabla 55**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico Salida de tacos categoría sub 16*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Colocación de los tacos	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
A sus puestos	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
5	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Fase: Listos	6	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	7	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	8	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	3	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
4	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
5	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.77	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.77	1.00	
6	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.77	1.00	
	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Fase: Salida	6	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	5	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	6	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	7	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

En base a los resultados estadísticos del análisis para la planilla de feedback técnico de Técnica de Carrera en la categoría sub 18 (Tabla 56), se elimina el ítem 2 de la fase de *Amortiguación* (Claridad V=.67; Coherencia:.67; Relevancia: .33), y se modifica la redacción del ítem 3 de la fase de *Amortiguación* (Relevancia V=.78), ítem 2 de la fase de impulso e ítem 2 de la fase de *Sostén* (Claridad V=.78), siguiendo las recomendaciones de los expertos (Anexo X).



**Tabla 56**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback Técnica de carrera categoría sub 18*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza		
						Límite inf.	Límite sup.	
Pierna libre: Plano Posterior	1	Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	2	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
		Pierna libre: Plano Anterior	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
1	Coherencia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Relevancia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95		
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Relevancia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
Claridad		4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
3		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
	Fase de Amortiguación	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
1		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza		
						Límite inf.	Límite sup.	
Fase de Sostén	2	Claridad	3.00	1.00	0.67	.51	.79	
		Coherencia	3.00	1.00	0.67	.51	.79	
		Relevancia	2.00	0.00	0.33	.21	.49	
	3	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	3.33	1.15	0.78	.62	.88	
	4	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Fase de Impulso	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
2		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Claridad	3.33	1.15	0.78	.62	.88	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Tronco Y Pelvis	1	Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Acción de brazos	1	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	2	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95	

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
1		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
2		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
3		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

En base a los resultados estadísticos del análisis para la planilla de feedback técnico de Salida de Tacos en la categoría sub 18 (Tabla 57), únicamente se modifica la redacción del ítem 5 de la fase Listos (Claridad  $V=0.78$ ), siguiendo las recomendaciones de los expertos (Anexo X).

**Tabla 57**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico Salida de tacos categoría sub 18*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza		
						Límite inf.	Límite sup.	
Colocación de los tacos	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	3	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Fase: A sus puestos	1	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
2		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
3		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
4		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
5		Relevancia	3.00	1.73	0.67	.51	.79	
		Coherencia	3.00	1.73	0.67	.51	.79	

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza		
						Límite inf.	Límite sup.	
Fase: Listos	6	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	7	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	8	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Fase: Salida	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
			Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		3	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
			Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
4		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
5	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
	Claridad	3.33	1.15	0.78	.62	.88		
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.77	1.00		
6	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.77	1.00		
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
1	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
	Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95		
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	6	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	7	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

### V.3.1.2. *Planillas de feedback técnico Carrera de Vallas*

En base a los resultados estadísticos del análisis para la planilla de feedback técnico de Carrera de Vallas en la categoría sub 14 (Tabla 58), se modifican los ítems 3, 4 (Claridad  $V=.78$ ) y 5 (Coherencia  $V=.78$ ; Relevancia  $V=.78$ ) de la fase de *Ataque*, siguiendo las recomendaciones de los expertos (Anexo X).

**Tabla 58**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico Carrera de vallas categoría sub 14*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Fase de Ataque		Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.33	1.15	0.78	.62	.88
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Claridad	3.33	1.15	0.78	.62	.88
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Claridad	3.33	1.15	0.78	.62	.88
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	5	Coherencia	3.33	1.15	0.78	.62	.88
		Relevancia	3.33	1.15	0.78	.62	.88
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	6	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	7	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	Relevancia	3.67	0.58	0.89	.71	.96	
Fase de Franqueo		Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza		
						Límite inf.	Límite sup.	
Fase de recepción	2	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
	3	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
	4	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
			Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
	2	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Relevancia		3.67	0.58	0.89	.75	.95		
3	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
	Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95		
4	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
5	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95		
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
Carrera entre vallas		Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
	1	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	



## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

En base a los resultados estadísticos del análisis para la planilla de feedback técnico de Carrera de Vallas en la categoría sub 16 (Tabla 59), se modifican los ítems 3 y 4 (Claridad  $V=.78$ ) de la fase de *Ataque*, y el ítem 3 de la fase de franqueo (Claridad  $V=.78$ ), siguiendo las recomendaciones de los expertos (Anexo X).

**Tabla 59**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico Carrera de vallas categoría sub 16*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Fase de Ataque		Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Claridad	3.33	1.15	0.78	.62	.88
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Claridad	3.33	1.15	0.78	.62	.88
		4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		5	Coherencia	3.67	0.58	0.89	.75
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Fase de Franqueo	6	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	7	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Claridad	3.33	0.58	0.78	.62	.88
		Coherencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	4	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
5	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
6	Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Fase de recepción	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
1	Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95	

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza		
						Límite inf.	Límite sup.	
Carrera entre vallas	3	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	4	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	5	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		2	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

En base a los resultados estadísticos del análisis para la planilla de feedback técnico de Carrera de Vallas en la categoría sub 18 (Tabla 60), se modifican los ítems 4 y 6 (Claridad  $V=.78$ ) de la fase de *Ataque*, siguiendo las recomendaciones de los expertos (Anexo X).

**Tabla 60**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico Carrera de vallas categoría sub 18*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Fase de Ataque		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.77	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.77	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	0.62	0.97
		Claridad	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
	3	Coherencia	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
		Claridad	3.33	0.58	0.78	0.62	0.88
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	5	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	3.33	0.58	0.78	0.62	0.88
	6	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
		Claridad	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
	7	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	8	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
	9	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
Relevancia		4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza		
						Límite inf.	Límite sup.	
Fase de Franqueo		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Claridad	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95	
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.87	1.00	
	5	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.87	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.87	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
	6	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
	Fase de recepción		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
			Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
			Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
			Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
2		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.77	1.00	
3		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.77	1.00	
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	0.62	0.96	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.77	1.00	
4		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.77	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.77	1.00	

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Carrera entre vallas	5	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.87	1.00
	6	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	7	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

### V.3.1.3. *Planillas de feedback técnico de Marcha Atlética.*

A continuación, se muestra el análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Marcha.

En base a los resultados estadísticos del análisis de la planilla sub 14 (Tabla 61), se modifica la redacción de los ítems 4 (Claridad V=.70, Coherencia V=.70 y Relevancia V= .78), 5 (Relevancia V=.78) y 8 (Relevancia V=.78) de la fase *Acción de piernas* y el ítem 4 (Claridad V=.78) de la fase *Acción de brazos*.

Además, siguiendo las recomendaciones de los expertos, se añade información al ítem 1 de la fase *Acción de caderas* (Anexo X).

**Tabla 61**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Marcha, categoría sub 14*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite Sup.
Acción Piernas		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	1.00	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	1.00	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	1.00	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	1.00	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	1.00	1.00
		Relevancia	3.67	0.50	0.89	.75	.95
		Claridad	3.67	0.50	0.89	.75	.95
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.11	0.93	0.70	.55	.82
	4	Coherencia	3.11	0.93	0.70	.55	.82
		Relevancia	3.33	1.00	0.78	.62	.88
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.62	.97
	5	Coherencia	3.67	0.58	0.89	.62	.97
		Relevancia	3.33	1.15	0.78	.50	.92
		Claridad	3.56	0.53	0.85	.71	.93
	6	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	7	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.50	0.89	.75	.95
		Claridad	3.33	0.58	0.78	.59	.90
	8	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Relevancia		3.33	1.00	0.78	.62	.88	
Acción de Cadera		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.33	0.58	0.78	.59	.90
	1	Coherencia	3.67	0.50	0.89	.75	.95
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite Sup.
Tronco		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	1.00	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.33	1.15	0.78	.59	.90
Acción de Brazos		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.50	0.89	.75	.95
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.50	0.89	.75	.95
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.50	0.89	.75	.95
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.33	1.00	0.78	.62	.88
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	Relevancia	3.33	1.15	0.78	.59	.90	

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

En base a los resultados estadísticos del análisis de la planilla sub 16 (Tabla 62), se llevan a cabo modificaciones en los ítems 5 (Claridad  $V=.70$ , Coherencia  $V=.70$  y Relevancia  $V=.78$ ) y 7 (Claridad  $V=.78$ ) de la fase *Acción de piernas*, el ítem 1 (Relevancia  $V=.78$ ) de la fase posición de *Tronco*, y el ítem 4 (Claridad  $V=.78$  y Relevancia  $V=.78$ ) de la fase *Acción de brazos*. Además, siguiendo las recomendaciones de los expertos, se añade información al ítem 3 de la fase *Acción de piernas* y se añade un ítem a la fase *Acción de brazos* (Anexo X).



**Tabla 62**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Marcha, categoría sub 16*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite Sup.
Acción Piernas		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Relevancia	3.67	0.52	0.89	.71	.96
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Relevancia	3.67	0.52	0.89	.71	.96
		Claridad	3.67	0.50	0.89	.75	.95
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.11	0.93	0.70	.55	.82
	5	Coherencia	3.11	0.93	0.70	.55	.82
		Relevancia	3.33	1.00	0.78	.62	.88
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.77	1.00
	6	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Claridad	3.33	0.58	0.78	.59	.90
	7	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.78	0.44	0.93	.80	.98
	8	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.50	0.89	.75	.95
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.71	.96
	9	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	Relevancia	3.33	1.00	0.78	.62	.88	

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza		
						Límite inf.	Límite Sup.	
Acción de Cadera		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.71	.96	
	1	Coherencia	3.67	0.50	0.89	.75	.95	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	2	Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00	
Tronco		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	3.33	1.15	0.78	.59	.90	
	Acción de Brazos	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Claridad	3.67	0.50	0.89	.75	.95
2		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	3.67	0.50	0.89	.75	.95	
3		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	4	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Claridad	3.33	1.00	0.78	.62	.88	
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	3.33	1.15	0.78	.59	.90	

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

En base a los resultados obtenidos en la evaluación de la planilla de feedback técnico de Marcha en la categoría sub 18 (Tabla 63), se realizan las mismas

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

modificaciones que en la planilla sub 16, y se modifica además la redacción del ítem 3 (Coherencia  $V=.78$ ) de la fase *Acción de Cadera* (Anexo X).

**Tabla 63**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Marcha, categoría sub 18*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Acción Piernas		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Relevancia	3.67	0.52	0.89	.71	.96
	3	Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Relevancia	3.67	0.52	0.89	.71	.96
	4	Claridad	3.67	0.50	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Claridad	3.11	0.93	0.70	.55	.82
		Coherencia	3.11	0.93	0.70	.55	.82
		Relevancia	3.33	1.00	0.78	.62	.88
	6	Claridad	4.00	0.00	1.00	.77	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	7	Claridad	3.33	0.58	0.78	.59	.90
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	8	Claridad	3.78	0.44	0.93	.80	.98
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Relevancia		3.67	0.50	0.89	.75	.95	

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Acción de Cadera	9	Claridad	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.33	1.00	0.78	.62	.88
	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Coherencia	3.67	0.50	0.89	.75	.95
Tronco	2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Acción de Brazos	1	Relevancia	3.33	1.15	0.78	.59	.90
		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.50	0.89	.75	.95
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.50	0.89	.75	.95
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.50	0.89	.75	.95
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.33	1.00	0.78	.62	.88
4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Relevancia	3.33	1.15	0.78	.59	.90	

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

V.3.1.4. *Planillas de feedback técnico de Salto de Longitud*

En base a los resultados estadísticos del análisis para la planilla de feedback técnico de Salto de Longitud en la categoría sub 14 (Tabla 64), se modifica la redacción del ítem 1 (Coherencia V=.78) e ítem 5 (Relevancia V=.78) de la fase de *Carrera*, ítem 7 (Claridad V=.78) de la fase de *Batida* e ítem 4 (Relevancia V=.78) y 6 (Relevancia V=.78), de la fase de *Caída*. Además, siguiendo las recomendaciones de los expertos, se añade información a los ítems 2 y 3 de la fase de *Carrera*, ítems 4 y 8 de la fase de *Batida* e ítems 1 y 3 de la *Fase Aérea*. Además, se añade un ítem a la fase de caída (Anexo X).

**Tabla 64**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de salto de Longitud, categoría sub 14*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite Sup.
Carrera		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.87	1.00
	1	Claridad	3.67	0.50	0,89	0.75	0.95
		Coherencia	3.33	1.15	0.78	0.59	0.90
		Relevancia	3.67	0.50	0.89	0.75	0.95
	2	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	0.71	0.96
	3	Claridad	3.67	0.50	0.89	0.75	0.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	4	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	0.71	0.96
	5	Claridad	3.67	0.50	0.89	.75	.95
		Coherencia	3.67	0.50	0.89	.75	.95
		Relevancia	3.33	0.58	0.78	.59	.90
	6	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	7	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Relevancia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Batida		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite Sup.
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.71	.96
	4	Coherencia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	6	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.89	0.33	0.96	.85	.99
		Claridad	3.33	0.58	0.78	.59	.90
	7	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	8	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Fase aérea		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.88	1.00
	1	Coherencia	3.67	0.50	0.89	.72	.96
		Relevancia	3.67	0.50	0.89	.72	.96
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.88	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.88	1.00
		Relevancia	3.89	0.33	0.96	.82	.99

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite Sup.
Caída	3	Claridad	4.00	0.00	1.00	.88	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.88	1.00
		Relevancia	3.78	0.44	0.93	.77	.98
	4	Claridad	4.00	0.00	1.00	.70	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.70	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.56	.98
	1	Suficiencia	3.67	0.50	0.89	.75	.95
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Relevancia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
	5	Relevancia	3.33	0.58	0.78	.59	.90
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	6	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Coherencia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Relevancia	3.33	0.58	0.78	.59	.90

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

En base a los resultados estadísticos del análisis para la planilla de feedback técnico de Salto de Longitud en la categoría sub 16 (Tabla 65), se modifica la



## CAPÍTULO V – RESULTADOS

redacción del ítem 1 (Coherencia  $V=.78$ ) e ítem 5 (Relevancia  $V=.78$ ) de la fase de *Carrera*. Además, siguiendo las recomendaciones de los expertos, se añade información a los ítems 1, 2 y 3 de la fase de *Carrera*, ítems 4, 7 y 8 de la fase de *Batida*, ítem 1 de la *Fase Aérea* e ítem 4 de la fase de *Caída* y se añade un ítem en la fase de *Carrera*, un ítem en la fase de *Batida* y otro ítem en la fase de *Caída* (Anexo X).

**Tabla 65**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de salto de Longitud, categoría sub 16*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite Sup.
Carrera		Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Claridad	3.67	0.50	0,89	.75	.95
	1	Coherencia	3.33	1.15	0.78	.59	.90
		Relevancia	3.67	0.50	0.89	.75	.95
	2	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
	3	Claridad	3.67	0.50	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	5	Claridad	3.67	0.50	0.89	.75	.95
		Coherencia	3.67	0.50	0.89	.75	.95
		Relevancia	3.33	1.15	0.78	.59	.90
	6	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	7	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Relevancia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Batida	Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.71	.96	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite Sup.
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	6	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.89	0.33	0.96	.85	.99
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	7	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	8	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	9	Coherencia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	10	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
Fase aérea		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.88	1.00
	1	Coherencia	3.67	0.50	0.89	.72	.96
		Relevancia	3.67	0.50	0.89	.72	.96

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite Sup.
Caída	2	Claridad	4.00	0.00	1.00	.88	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.88	1.00
		Relevancia	3.89	0.33	0.96	.82	.99
	3	Claridad	4.00	0.00	1.00	.88	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.88	1.00
		Relevancia	3.78	0.44	0.93	.77	.98
	1	Suficiencia	3.67	0.50	0.89	.75	.95
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	5	Relevancia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	6	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.71	.96

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

En base a los resultados estadísticos del análisis para la planilla de feedback técnico de Salto de Longitud en la categoría sub 18 (Tabla 66), se modifica la redacción del ítem 1 (Coherencia V=.74) de la fase de Carrera y siguiendo las recomendaciones de los expertos, se añade información a los ítems 3 y 5 de la fase

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

de Carrera, ítems 1, 2, 4, 7 y 8 de la fase de *Batida*, ítem 1 de la Fase *Aérea* e ítem 4 de la fase de *Caída*. Además, se añaden tres ítems en la fase de carrera, un ítem en la fase de *Batida* y otro ítem en la fase de *Caída* (Anexo X).

**Tabla 66**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de salto de Longitud, categoría sub 18*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite Sup.
Carrera		Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Claridad	3.67	0.50	0.89	.75	.95
	1	Coherencia	3.33	1.15	0.78	.59	.90
		Relevancia	3.67	0.50	0.89	.75	.95
	2	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
	3	Claridad	3.67	0.50	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	5	Claridad	3.67	0.50	0.89	.75	.95
		Coherencia	3.67	0.50	0.89	.75	.95
		Relevancia	3.33	1.15	0.78	.59	.90
	6	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	7	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Batida		Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.71	.96

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite Sup.
1	Claridad		4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	Coherencia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	Relevancia		4.00	0.00	1.00	.87	1.00
2	Claridad		4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	Coherencia		4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	Relevancia		4.00	0.00	1.00	.87	1.00
3	Claridad		4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	Coherencia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	Relevancia		4.00	0.00	1.00	.87	1.00
4	Claridad		4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	Coherencia		4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	Relevancia		4.00	0.00	1.00	.87	1.00
5	Claridad		4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	Coherencia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	Relevancia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00
6	Claridad		4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	Coherencia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	Relevancia		3.89	0.33	0.96	.85	.99
7	Claridad		4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	Coherencia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	Relevancia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00
8	Claridad		4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	Coherencia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	Relevancia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00
9	Claridad		4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	Coherencia		3.67	0.58	0.89	.71	.96
	Relevancia		3.67	0.58	0.89	.71	.96
10	Claridad		4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	Coherencia		4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	Relevancia		4.00	0.00	1.00	.87	1.00
Fase aérea	Suficiencia		4.00	0.00	0.00	.91	1.00

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza		
						Límite inf.	Límite Sup.	
Caída	1	Claridad	4.00	0.00	1.00	.88	1.00	
		Coherencia	3.67	0.50	0.89	.72	.96	
		Relevancia	3.67	0.50	0.89	.72	.96	
	2	Claridad	4.00	0.00	1.00	.88	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.88	1.00	
		Relevancia	3.89	0.33	0.96	.82	.99	
	3	Claridad	4.00	0.00	1.00	.88	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.88	1.00	
		Relevancia	3.78	0.44	0.93	.77	.98	
	Caída	1	Suficiencia	3.67	0.50	0.89	.75	.95
			Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		3	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
			Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
4		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00	
5		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.71	.96	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
6	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00		
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00		
6	Relevancia	3.67	0.58	0.89	.71	.96		

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

### V.3.1.5. *Planillas de feedback técnico de Triple Salto*

En base a los resultados estadísticos del análisis para la planilla de feedback técnico de Triple Salto en la categoría sub 14 (Tabla 67), se modifica la redacción del ítem 5 (Relevancia V=.78) de la fase de *Carrera*, ítem 2 (Coherencia V=.78) de la fase del *Hop*, ítem 2 de la fase de *Jump* (Claridad V=.78), e ítem 6 (Relevancia V=.78) de la fase de *Caída*. Además, siguiendo las recomendaciones de los expertos, se añade un ítem en la fase de *Carrera* y un ítem en la fase de *Caída* (Anexo X).

**Tabla 67**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Triple Salto, categoría sub 14*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite Inf.	Límite sup.
Carrera		Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	5	Coherencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Relevancia	3.33	0.58	0.78	.62	.88
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	6	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	



## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite Inf.	Límite sup.
Multisaltos	7	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
Hop	1	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	2	Coherencia	3.33	1.15	0.78	.62	.88
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
3	Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
4	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
	Coherencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
5	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
6	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
7	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
8	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Step		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite Inf.	Límite sup.
Jump	1	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	3	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	5	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	6	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	7	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	8	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	3.33	1.15	0.78	.62	.88	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite Inf.	Límite sup.
Caída	3	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Suficiencia	3,67	0.58	0.89	.75	.95
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	5	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
6	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
	Coherencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
	Relevancia	3.33	0.58	0.78	.62	.88	

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

En base a los resultados estadísticos del análisis para la planilla de feedback técnico de Triple Salto en la categoría sub 16 (Tabla 68), se modifica la redacción

del ítem 1 (Coherencia  $V=.78$ ) de la fase de carrera, ítem 1 (Coherencia  $V=.78$ ) de la fase del Hop e ítem 2 de la fase de Jump (Claridad  $V=.78$ ). Además, siguiendo las recomendaciones de los expertos, se añade un ítem en la fase de carrera y un ítem en la fase de caída (Anexo X).

**Tabla 68**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Triple Salto, categoría sub 16*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite Inf.	Límite sup.
Carrera		Suficiencia	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	1	Coherencia	3.11	0.93	0.70	0.55	0.82
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
	5	Coherencia	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	6	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	7	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
Multisaltos		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
Hop		Suficiencia	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite Inf.	Límite sup.
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	1	Coherencia	3.33	1.15	0.78	0.62	0.88
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
	4	Coherencia	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	5	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	6	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	7	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	8	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
Step		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite Inf.	Límite sup.
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	4	Coherencia	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	5	Coherencia	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	6	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	7	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	8	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
Jump		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	3.33	1.15	0.78	0.62	0.88
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite Inf.	Límite sup.
Caída	4	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	5	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	1	Suficiencia	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	3	Relevancia	3.67	0.58	0.89	0.71	0.96
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	4	Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	5	Relevancia	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	6	Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

En base a los resultados estadísticos del análisis para la planilla de feedback técnico de Triple Salto en la categoría sub 18 (Tabla 69), se modifica la redacción del ítem 1 (Coherencia V=0.78) de la fase del Hop e ítem 2 de la fase de Jump



## CAPÍTULO V – RESULTADOS

(Claridad  $V=.78$ ). Además, siguiendo las recomendaciones de los expertos, se añade un ítem en la fase de Carrera, un ítem en la fase de Jump y un ítem en la fase de Caída (Anexo X).

**Tabla 69**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Triple Salto, categoría sub 18*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza		
						Límite inf.	Límite sup.	
Carrera		Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	1		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	3		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	5		Coherencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
			Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
			Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	6		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	7		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Multisaltos		Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95	

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Hop	1	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	3.33	1.15	0.78	.62	.88
	2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
3	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
4	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
5	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
6	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
7	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
8	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Step		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Coherencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Coherencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	6	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	7	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	8	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Jump		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.33	1.15	0.78	.62	.88
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Caída	3	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
6	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.96	

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

V.3.1.6. *Planillas de feedback técnico de Salto de Altura.*

En base al análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Salto de Altura en la categoría sub 14 (Tabla 70), se realizan modificaciones en la redacción de los ítems 1 (Claridad  $V=0.78$ ), 3 (Claridad  $V=0.78$ ), 5 (Claridad  $V=0.78$ ) y 6 (Claridad  $V=0.78$ ) de la fase de *Batida*. Además, siguiendo las recomendaciones de los expertos, se realizaron modificaciones en la redacción de los ítems 3 y 4 de la fase de *Carrera*, ítem 4 de la fase de *Batida* e ítem 1 de la dimensión *Vuelo-Franqueo* y se añade un ítem en la fase de *Carrera* y otro en la fase de *Batida* (Anexo X).

**Tabla 70**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Salto de Altura, categoría sub 14*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite Sup.
Carrera		Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.71	.96
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.71	.96
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Batida		Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Claridad	3.33	0.58	0.78	.59	.90
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.71	.96
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Claridad	3.33	0.58	0.78	.59	.90
	3	Coherencia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.71	.96
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Claridad	3.33	0.58	0.78	.59	.90
	5	Coherencia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite Sup.
Tijeras	6	Claridad	3.33	0.58	0.78	.59	.90
		Coherencia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
Vuelo-Franqueo	1	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.71	.96
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Caída	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

El análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Salto de Altura en la categoría sub 16 (Tabla 71), muestra que todos los ítems alcanzan valores óptimos de validez. Aun así, siguiendo las recomendaciones de los expertos, se realizaron modificaciones en la redacción de los ítems 3 y 4 de la fase de *Carrera*, ítems 3, 4, 5 y 6 de la fase de *Batida* e ítem 1 de la fase de *Vuelo-Franqueo*. Además, se añadió un ítem en la fase de *Carrera* (Anexo X).

**Tabla 71**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Salto de Altura, categoría sub 16*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite Sup.
Carrera		Suficiencia	3.66	0.50	0.88	.75	.95
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Claridad	3.66	0.50	0.88	.75	.95
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Relevancia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Batida		Suficiencia	3.66	0.50	0.88	.75	.95
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.71	.96
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Relevancia		4.00	0.00	1.00	.87	1.00	



## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza		
						Límite inf.	Límite Sup.	
Vuelo-Franqueo	5	Claridad	3.67	0.58	0.89	.71	.96	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	6	Claridad	3.67	0.58	0.89	.71	.96	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00	
		Relevancia	3.66	0.50	0.88	.75	.95	
	Caída	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Claridad	3.67	0.58	0.89	.71	.96
			Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		2	Relevancia	3.67	0.58	0.89	.71	.96
			Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
3		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
1		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00		
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

En base al análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Salto de Altura en la categoría sub 18 (Tabla 72), se realizan modificaciones en la redacción del ítem 5 (Claridad  $V = 0,78$ ) de la fase de *Carrera*. El resto de ítems muestran valores óptimos de validez. Aun así, siguiendo las recomendaciones de los expertos, se realizaron modificaciones en la redacción de los ítems 1, 3, 4 y 6 de la fase de *Batida* y se añade un ítem en la fase de *Carrera* y otro en la fase de *Batida* (Anexo X).

**Tabla 72**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Salto de Altura, categoría sub 18*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite Sup.
Carrera		Suficiencia	3.66	0.50	0.88	.75	.95
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Claridad	3.66	0.50	0.88	.75	.95
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.33	0.58	0.78	.50	.92
	5	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.77	1.00
Relevancia		3.67	0.58	0.89	.62	.97	
Batida		Suficiencia	3.66	0.50	0.88	.75	.95
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.71	.96
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza		
						Límite inf.	Límite Sup.	
4		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.71	.96	
5		Claridad	3.67	0.58	0.89	.71	.96	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
6		Claridad	3.67	0.58	0.89	.71	.96	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00	
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
Vuelo-Franqueo		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	1		Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
			Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00	
2		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
3		Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
4		Claridad	3.77	0.44	0.92	.80	.98	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	3.88	0.33	0.96	.85	.99	
Caída		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	1		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

V.3.1.7. *Planillas de feedback técnico de Lanzamiento de Peso*

En base al análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Peso en la categoría sub 14 (Tabla 73), todos los ítems muestran valores óptimos de validez (Anexo X).

**Tabla 73**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Peso categoría sub 14*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Posición y agarre		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Desplazamiento		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	6	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Acción final		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Recuperación	6	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	7	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

En base al análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Peso en la categoría sub 16 (Tabla 74), todos los ítems muestran valores óptimos de validez (Anexo X).

**Tabla 74**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de  
Peso categoría sub 16*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V De Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Posición y agarre		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Desplazamiento		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.71	.96
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V De Aiken	90% Intervalo confianza		
						Límite inf.	Límite sup.	
Acción final	5	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	6	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	7	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Acción final	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		3	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		4	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		5	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
6		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
7		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	



## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V De Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Recuperación		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

En base al análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Peso en la categoría sub 18 (Tabla 75), todos los ítems muestran valores óptimos de validez (Anexo X).

**Tabla 75**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Peso categoría sub 18*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Posición y agarre		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Desplazamiento		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.71	.96
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	2	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	6	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	7	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Acción final		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Recuperación	3	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	6	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	7	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Relevancia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

#### V.3.1.8. *Planillas de feedback técnico de Lanzamiento de Disco*

En base al análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Disco en la categoría sub 14 (Tabla 76), se realizan modificaciones en la redacción del ítem 1 (Relevancia V= 0.78) de la fase de *Acción Final* y el ítem 2 (Claridad V=.78) que se une al ítem 4. El resto de ítems muestran valores óptimos de validez. Aun así, siguiendo las recomendaciones de los expertos, se realizaron modificaciones en la redacción de los ítems 1 de la fase de

Agarre, ítem 1 de la fase de *Desplazamiento* y se añade un ítem en la fase de *Desplazamiento* (Suficiencia  $V=.78$ ) (Anexo X).

**Tabla 76**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Disco categoría sub 14*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza		
						Límite inf.	Límite sup.	
Posición y agarre		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	2	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Balanceo de Brazos		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	2	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	3	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Desplazamiento		Suficiencia	3.33	1.15	0.78	.62	.88
			Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Acción final	2	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Relevancia	3.33	1.15	0.78	.62	.88
		Claridad	3.33	1.15	0.78	.62	.88
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
4	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
5	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
6	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
7	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Recuperación	1	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

En base al análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Disco en la categoría sub 16 (Tabla 77), se realizan modificaciones en la redacción del ítem 1 (Relevancia V= 0.78) de la fase de *Acción Final* y el ítem 2 (Claridad V=.78) que se une al ítem 4. El resto de ítems muestran valores óptimos de validez. Aun así, siguiendo las recomendaciones de los expertos, se realizaron modificaciones en la redacción de los ítems 1 de la fase de *Agarre*, ítem 2, 3 y 4 de la fase de *Desplazamiento* y se añade un ítem en la fase de *Desplazamiento* (Suficiencia V=.78) (Anexo X).

**Tabla 77**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Disco categoría sub 16*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Posición y agarre		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Balanceo de Brazos	1	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Desplazamiento	4	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.71	.96
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
4	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00	
	Claridad	3.67	0.58	0.89	.71	.96	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00	
5	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Acción final	Suficiencia	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.33	1.15	0.78	.62	.88
		Claridad	3.33	1.15	0.78	.62	.88
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Recuperación	4	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	6	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	7	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

En base al análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Disco en la categoría sub 18 (Tabla 78), se realizan modificaciones en la redacción del ítem 1 (Relevancia  $V=.78$ ) de la fase de *Acción Final* y el ítem 2 (Claridad  $V=.78$ ) que se une al ítem 4. El resto de ítems muestran valores óptimos de validez. Aun así, siguiendo las recomendaciones de los expertos, se realizaron modificaciones en la redacción de los ítems 1 de la fase de *Agarre*, ítem 2, 3 y 4 de la fase de *Desplazamiento* y se añade un ítem en la fase de *Desplazamiento* (Suficiencia  $V=.78$ ) (Anexo X).



**Tabla 78***Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de**Disco categoría sub 18*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza		
						Límite inf.	Límite sup.	
Posición y agarre		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Claridad	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95	
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
	2	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
Balanceo de Brazos		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
	1	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Claridad	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
	3	Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Claridad	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95	
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
	Desplazamiento		Suficiencia	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
			Claridad	3.67	0.58	0.89	0.71	0.96
		1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.87	1.00
			Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.87	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95	
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
2		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Acción final	3	Claridad	3.67	0.58	0.89	0.71	0.96
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.87	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.87	1.00
	4	Claridad	3.67	0.58	0.89	0.71	0.96
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.87	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.87	1.00
	5	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	2	Relevancia	3.33	1.15	0.78	0.62	0.88
		Claridad	3.33	1.15	0.78	0.62	0.88
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	3	Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	4	Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
5	Claridad	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
6	Claridad	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
7	Claridad	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Recuperación	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

### V.3.1.9. Planillas de feedback técnico de Lanzamiento de Jabalina

En base al análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Jabalina en la categoría sub 14 (Tabla 79), se realizan modificaciones en la redacción del ítem 2 (Relevancia V=0.78) de la fase de *Posición y agarre*, el ítem 1 (Claridad V=.78) de la fase *Carrera acíclica*, ítem 7 (Claridad V=.78) de la fase *Acción final* e ítem 1 (Claridad V=.78) de la fase *Recuperación*. El resto de ítems muestran valores óptimos de validez (Anexo X).

**Tabla 79**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Jabalina categoría sub 14*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Posición y agarre	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	3.33	1.15	0.78	.62	.88
	3	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
			Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Carrera cíclica	4	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
3	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Carrera Acíclica	1	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.33	1.15	0.78	.62	.88
	2	Coherencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	6	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Acción final		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	6	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.33	1.15	0.78	.62	.88
	7	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	8	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Relevancia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Recuperación	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	3.33	1.15	0.78	.62	.88	
1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

En base al análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Jabalina en la categoría sub 16 (Tabla 80), se realizan modificaciones en la redacción ítems 3 y 9 (Claridad  $V=.78$ ) de la fase *Acción final*

e ítem 31 (Claridad  $V=.78$ ) de la fase *Recuperación*. El resto de ítems muestran valores óptimos de validez. Aun así, siguiendo las recomendaciones de los expertos, se realizó modificaciones en la redacción del ítem 2 de la fase de *Posición y agarre* y de ítem 1 de la fase *Carrera acíclica* (Anexo X).

**Tabla 80**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Jabalina categoría sub 16*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Posición y agarre		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Carrera cíclica		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Suficiencia	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Carrera Acíclica	3	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
4	Relevancia	3.67	0.58	0.89	.75	.95	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
5	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
6	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Acción final	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00	
1	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00	
	Claridad	3.67	0.58	0.89	.71	.96	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00	
2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00	
	Claridad	3.33	0.58	0.78	.62	.88	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
3	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Recuperación	4	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	6	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	7	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	8	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	9	Claridad	3.33	1.15	0.78	.62	.88
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	10	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Relevancia		4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	3.33	1.15	0.78	.62	.88	
1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

En base al análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Jabalina en la categoría sub 18 (Tabla 81), se realizan modificaciones en la redacción de los ítems 3, 9 y 10 (Claridad V=.78) de la fase



## CAPÍTULO V – RESULTADOS

*Acción final* e ítem 1 (Claridad  $V=.78$ ) de la fase *Recuperación*. El resto de ítems muestran valores óptimos de validez. Aun así, siguiendo las recomendaciones de los expertos, se realizaron modificaciones en la redacción de, el ítem 2 de la fase de *Posición y agarre* y del ítem 1 de la fase *Carrera acíclica* (Anexo X).

**Tabla 81**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Jabalina categoría sub 18*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup
Posición y agarre		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	2	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	3.33	1.15	0.78	0.62	0.88
	3	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	4	Claridad	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
Carrera cíclica		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup
Carrera Acíclica		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	6	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Acción final		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Claridad	3.33	0.58	0.78	.62	.88
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	6	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	7	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	8	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.33	1.15	0.78	.62	.88
	9	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.77	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.77	1.00
		Claridad	3.33	1.15	0.78	.62	.88
	10	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	11	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Recuperación		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.33	1.15	0.78	.62	.88
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

### V.3.1.10. Planillas de feedback técnico de Lanzamiento de Martillo

En base al análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Martillo en la categoría sub 14 (Tabla 82), todos los ítems muestran valores óptimos de validez (Anexo X).

**Tabla 82**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Martillo categoría sub 14*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Posición y agarre	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	3	Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	4	Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	5	Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
Volteos	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	3	Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Giros	4	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	5	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	3	Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	4	Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	5	Claridad	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	6	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
7	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
8	Claridad	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
Acción final		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Recuperación	1	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	2	Claridad	3.67	0.58	0.89	0.75	0.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	3	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	4	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
	5	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00
1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00	
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	0.91	1.00

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

En base al análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Martillo en la categoría sub 16 (Tabla 83), todos los ítems muestran valores óptimos de validez (Anexo X).

**Tabla 83**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Martillo categoría sub 16*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Posición y agarre	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Volteos	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Giros	4	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	6	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
7	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
8	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	



## CAPÍTULO V – RESULTADOS

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Acción final	9	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
4	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
5	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Recuperación	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

En base al análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Martillo en la categoría sub 18 (Tabla 84), todos los ítems muestran valores óptimos de validez (Anexo X).

**Tabla 84**

*Análisis de Validez V de Aiken para la planilla de feedback técnico de Lanzamiento de Martillo categoría sub 18*

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Posición y agarre		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Volteos		Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
	3	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Giros	4	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
	2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.87	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	4	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	5	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	6	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	7	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	8	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
Claridad		4.00	0.00	1.00	.91	1.00	

Fase	Ítems	Dimensión	Media	DE	V de Aiken	90% Intervalo confianza	
						Límite inf.	Límite sup.
Acción final	9	Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	1	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	2	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	3.67	0.58	0.89	.75	.95
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
	3	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
		Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00
4	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
5	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
Recuperación	Suficiencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Claridad	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
1	Coherencia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	
	Relevancia	4.00	0.00	1.00	.91	1.00	

Nota. DE: desviación estándar, inf: inferior, sup: superior.

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

## V.4. ESTUDIO IV: “EFECTOS DE LA HERRAMIENTA DE FEEDBACK TÉCNICO EN LA AUTOCONFIANZA, ORIENTACIÓN COMPETITIVA Y ADHERENCIA DEPORTIVA EN ATLETAS DE CATEGORÍAS SUB 14 A SUB 18.

## V.4.1. Pruebas de Normalidad y Homocedasticidad

Para conocer la normalidad de la distribución de la muestra de estudio se procede a realizar las pruebas estadísticas de normalidad y homogeneidad de varianza.

En la tabla 85 se muestra la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov ya que la muestra es > 50 participantes.

**Tabla 85***Pruebas de normalidad*

Kolmogorov-Smirnov					
	Media	Asimetría	Curtosis	Estadístico	Sig.
Autoconfianza rasgo inicial	6.56	-0.64	-0.35	0.11	.000
Orientación ego inicial	3.12	-0.17	-0.73	0.08	.027
Orientación tarea inicial	4.54	-1.21	1.96	0.16	.000
Autoconfianza rasgo final	6.33	-0.91	1.39	0.09	.039
Orientación ego final	3.04	-0.32	-0.58	0.08	.036*
Orientación tarea final	4.35	-1.48	3.31	0.14	.000

\*Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

Para comprobar la homogeneidad de los grupos, antes de la intervención, se realizó un análisis de varianza, considerando como variables dependientes la autoconfianza rasgo inicial, orientación al ego inicial, orientación a la tarea inicial, autoconfianza rasgo final, orientación al ego final, orientación a la tarea final, y como factor fijo el género, la categoría y el informe técnico (diferenciando los atletas que obtuvieron informe técnico a final de temporada y los que no). Encontrando los siguientes resultados:

En el factor de categoría:

Para la variable de autoconfianza rasgo inicial, las varianzas no fueron similares entre las categorías sub 14, sub 16 y sub 18,  $F(2.148)=3.29$ ,  $p=.04$ .

Para la variable de orientación al ego inicial, las varianzas no fueron similares entre las categorías sub 14, sub 16 y sub 18,  $F(2.148)= 3.44$ ,  $p=.03$ .

Para la variable de orientación a la tarea inicial, las varianzas fueron similares entre las categorías sub 14, sub 16 y sub 18,  $F(2.148)= 1.50$ ,  $p=.22$ .

Para la variable de autoconfianza rasgo final, las varianzas no fueron similares entre las categorías sub 14, sub 16 y sub 18,  $F(2.110)= 3.21$ ,  $p=.04$ .

Para la variable de orientación al ego final, las varianzas no fueron similares entre las categorías sub 14, sub 16 y sub 18,  $F(2.110)= 3.07$   $p=.03$ .

Para la variable de orientación a la tarea final, las varianzas no fueron similares entre las categorías sub 14, sub 16 y sub 18,  $F(2.110)= 4.01$ ,  $p=.02$ .

En el factor de género:

Para la variable de autoconfianza rasgo inicial, las varianzas fueron similares entre el género masculino y femenino,  $F(1.148)= 1.03$ ,  $p=.31$ .

Para la variable de orientación al ego inicial, las varianzas fueron similares entre el género masculino y femenino,  $F(1.148)= 0.001$ ,  $p=.91$ .

Para la variable de orientación a la tarea inicial, las varianzas no fueron similares entre el género masculino y femenino,  $F(1.148)= 5.95$ ,  $p=.01$ .

Para la variable de autoconfianza rasgo final, las varianzas fueron similares entre el género masculino y femenino,  $F(1.110)= 0.00$ ,  $p=.98$ .

Para la variable de orientación al ego final, las varianzas fueron similares entre el género masculino y femenino,  $F(1.110)= 1.02$ ,  $p=.31$ .

#### CAPÍTULO V – RESULTADOS

Para la variable de orientación a la tarea final, las varianzas fueron similares entre el género masculino y femenino,  $F(1.110)= 0.35$ ,  $p=.85$ .

En el factor del grupo de estudio:

Para la variable de autoconfianza rasgo inicial, las varianzas fueron similares entre los/as atletas que recibieron informe técnico y los que no,  $F(1.148)=0.06$ ,  $p=.80$ .

Para la variable de orientación al ego inicial, las varianzas no fueron similares entre los/as atletas que recibieron informe técnico y los que no,  $F(1.148)=6.32$ ,  $p=.01$ .

Para la variable de orientación a la tarea inicial, las varianzas no fueron similares entre los/as atletas que recibieron informe técnico y los que no,  $F(1.148)= 8.91$ ,  $p<.003$ .

Para la variable de autoconfianza rasgo final, las varianzas fueron similares entre los/as atletas que recibieron informe técnico y los que no,  $F(1.110)=3.45$ ,  $p=.06$ .

Para la variable de orientación al ego final, las varianzas fueron similares entre los/as atletas que recibieron informe técnico y los que no,  $F(1.110)= 0,87$ ,  $p=.35$ .

Para la variable de orientación a la tarea final, las varianzas fueron similares entre los/as atletas que recibieron informe técnico y los que no,  $F(1.110)=1.44$ ,  $p=.23$ .

En función de los resultados obtenidos, podemos concluir que se pueden realizar análisis con pruebas estadísticas no paramétricas.

#### V.4.2. Descriptivos

En la Tabla 86 se muestran los valores descriptivos de las variables de estudio en función de la categoría, el género y grupo de estudio.

Podemos observar que en la categoría sub 14 masculino del grupo experimental, se produce un aumento de todas las variables al final de temporada, justo al contrario del grupo control donde disminuyen las puntuaciones en las variables de estudio al final de temporada.

En la categoría femenina sub14 tanto en el grupo experimental como en el grupo control disminuyen las puntuaciones en las variables de estudio, aunque en el grupo control la disminución es mayor.

En la categoría sub 16 masculino del grupo experimental aumentan las puntuaciones en la Autoconfianza rasgo y la Orientación al ego, y disminuye la puntuación de la variable orientación a la tarea, mientras que en el grupo control disminuyen todas al final de temporada.

La categoría sub 16 de género femenino del grupo experimental sigue la misma tendencia que el género masculino, aumentando las puntuaciones de la autoconfianza rasgo y orientación al ego y disminuyendo la orientación a la tarea. En el grupo control disminuye la autoconfianza rasgo y la orientación a la tarea y aumenta la orientación al Ego al final de temporada.

En la categoría sub 18 de género masculino del grupo experimental aumenta la puntuación de las variables autoconfianza rasgo y orientación al ego y se mantiene la orientación a la tarea. En el grupo control aumentan todas las puntuaciones de las variables al final de temporada. En el género femenino, el grupo experimental, aumenta la puntuación en las variables autoconfianza rasgo y orientación al ego, y disminuye en la orientación a la tarea, mientras que en el grupo control aumenta la puntuación de la autoconfianza rasgo y disminuye la puntuación de la orientación a la tarea y la orientación al ego al final de temporada.



**Tabla 86**

*Puntuación en las variables de autoconfianza rasgo y Orientación Competitiva en función de la categoría, género y grupo de estudio*

			INICIAL			FINAL		
			AR	OT	OE	AR	OT	OE
Sub 14								
M	Exp	Media	6.76	4.25	3.15	7.49	4.48	3.52
		±DE	±(0.57)	±(0.13)	±(0.82)	±(1.14)	±(0.44)	±(0.69)
	Con	Media	7.54	4.32	2.87	5.96	4.23	2.67
		±DE	±(1.57)	±(0.68)	±(1.10)	±(1.26)	±(0.72)	±(0.64)
F	Exp	Media	7.45	4.58	3.12	6.63	4.31	2.86
		±DE	±(0.87)	±(0.33)	±(0.73)	±(1.16)	±(0.52)	±(0.89)
	Con	Media	6.92	4.61	3.20	5.36	4.17	2.91
		±DE	±(1.31)	±(0.42)	±(1.04)	±(1.69)	±(0.78)	±(0.89)
Sub 16								
M	Exp	Media	6.58	4.55	3.13	6.72	4.43	3.39
		±DE	±(0.92)	±(0.35)	±(0.87)	±(0.76)	±(0.46)	±(0.93)
	Con	Media	6.35	4.31	3.86	6.01	4.14	3.09
		±DE	±(1.31)	±(0.48)	±(0.93)	±(1.31)	±(0.36)	±(0.83)
F	Exp	Media	6.28	4.63	2.77	6.51	4.54	2.84
		±DE	±(1.40)	±(0.30)	±(1.08)	±(0.90)	±(0.40)	±(1.11)
	Con	Media	6.15	4.58	3.00	6.02	4.53	3.45
		±DE	±(1.21)	±(0.38)	±(1.07)	±(0.89)	±(0.32)	±(0.74)
Sub 18								
M	Exp	Media	5.41	4.58	3.30	6.85	4.58	3.54
		±DE	±(1.19)	±(0.26)	±(0.42)	±(0.95)	±(0.26)	±(0.64)
	Con	Media	6.9	4.33	3.38	7.79	4.79	3.96
		±DE	±(0.52)	±(0.73)	±(0.99)	±(1.12)	±(0.36)	±(0.88)
F	Exp	Media	5.13	4.84	3.14	6.79	4.75	3.38
		±DE	±(1.61)	±(0.14)	±(1.00)	±(0.18)	±(0.22)	±(0.00)
	Con	Media	4.87	4.50	3.72	6.54	4.19	2.88
		±DE	±(1.75)	±(0.37)	±(0.67)	±(0.54)	±(0.80)	±(0.35)

Nota. M: masculino, F: femenino, Exp: experimental. Con: control, DE: desviación Estándar, AR: *autoconfianza rasgo*, OT: *orientación a la tarea* y OE: *orientación al ego*.

**Tabla 87**

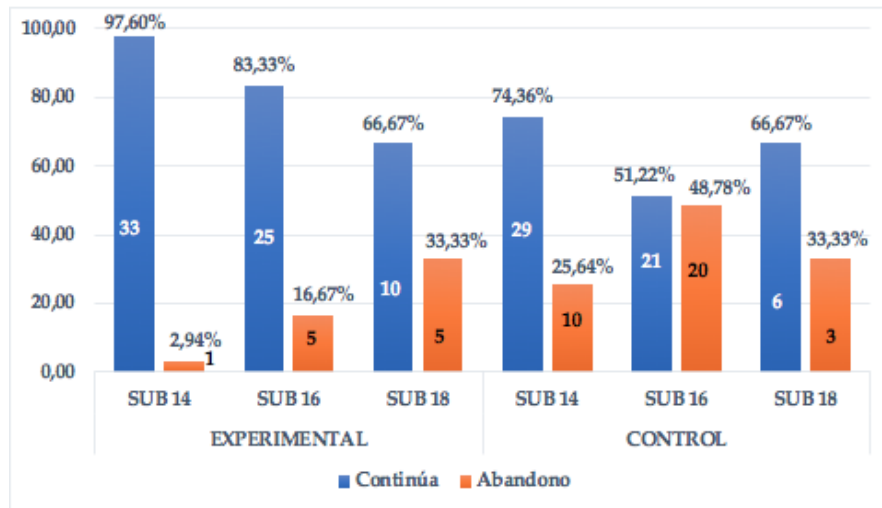
*Puntuación en las variables de autoconfianza rasgo y Orientación Competitiva en función del grupo de estudio y continuidad en el deporte*

		INICIAL			FINAL		
		AR	OT	OE	AR	OT	OE
<i>Adherencia</i>							
Exp	Media	6.81	4.58	2.98	6.77	4.48	3.11
	±DE	±(1.20)	±(0.32)	±(0.90)	±(1.02)	±(0.44)	±(0.92)
Con	Media	6.59	4.48	3.26	5.98	4.29	3.08
	±DE	±(1.45)	±(0.52)	±(1.05)	±(1.50)	±(0.66)	±(0.83)
<i>Abandono</i>							
Exp	Media	5.13	4.61	3.39	6.31	3.79	2.63
	±DE	±(1.22)	±(0.25)	±(0.57)	±(0.63)	±(0.19)	±(0.82)
Con	Media	6.37	4.52	3.07	5.73	4.29	2.97
	±DE	±(1.32)	±(0.43)	±(1.05)	±(0.68)	±(0.34)	±(0.82)

Nota. Exp: experimental, Con: control, DE: desviación Estándar, AR: *autoconfianza rasgo*, OT: *orientación a la tarea* y OE: *orientación al ego*.

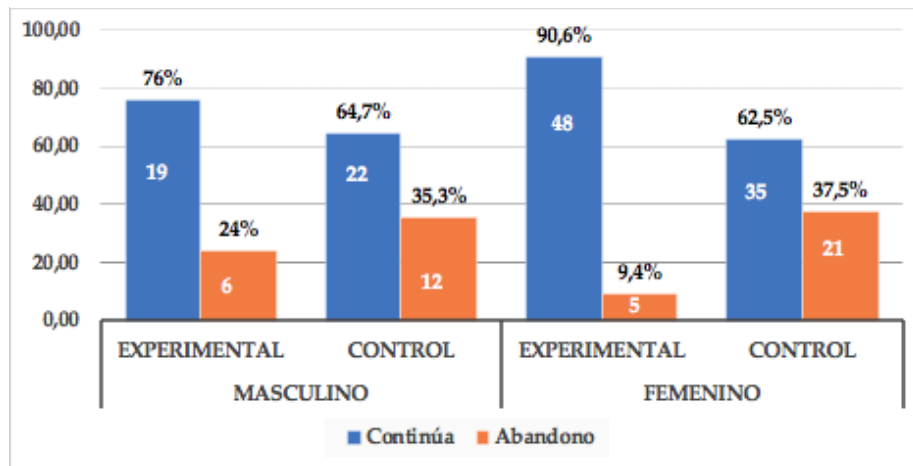
**Figura 40**

*Porcentaje de abandono deportivo por categoría y grupo de estudio*



**Figura 39**

*Porcentaje de abandono deportivo por género y grupo de estudio*



**V.4.3. Correlaciones.**

Se realizó el análisis de correlaciones de Spearman para toda la muestra en general a principio de temporada (Tabla 88). Los resultados de la correlación de la

autoconfianza rasgo fueron bajas con la orientación a la tarea, con un valor  $\rho_{(168)}=.310$ ,  $p<.01^{**}$  y muy bajas con la orientación al ego con un valor  $\rho_{(168)}=.136$ .

**Tabla 88**

*Correlación entre las variables autoconfianza rasgo y Orientación Competitiva al inicio de temporada*

	Autoconfianza rasgo	Orientación a la tarea
Orientación a la tarea	.310**	
Orientación al ego	.053	.084

Nivel significancia  $p<.05^*$ ,  $p<.01^{**}$ ,  $p<.001^{***}$ .

Posteriormente se calculan las correlaciones para las variables de estudio al principio y final de temporada diferenciando por grupo de estudio.

Los resultados de la correlación para los sujetos del grupo experimental, fueron significativos aunque bajos, entre la Autoconfianza rasgo inicial y la Autoconfianza rasgo final con un valor  $\rho_{(78)} = .320$ ,  $p<.05^*$ , y aumentaron volviéndose significativos entre la Autoconfianza final y la orientación a la tarea con un valor  $\rho_{(78)}=.292$ ,  $p<.05^*$  y al ego con un valor  $\rho_{(78)}= .379$ ,  $p<.01^{**}$ . (Tabla 89).

**Tabla 89**

*Correlación entre las variables autoconfianza rasgo y Orientación Competitiva al inicio y final de temporada en el grupo experimental*

	AR Inicial	OT Inicial	OE Inicial	AR Final	OT final
OT Inicial	.123				
OE Inicial	.044	.135			
AR Final	.320*	.113	.215		
OT final	.048	.127	-.069	.292*	
OE Final	.187	.194	.219	.379**	.037

Nota. AR: autoconfianza rasgo, OT: orientación a la tarea, OE: orientación al ego. Nivel significancia  $p < .05^*$ ,  $p < .01^{**}$ ,  $p < .001^{***}$ .

Los resultados de la correlación para los sujetos del grupo control, fueron significativos y altos entre la Autoconfianza rasgo inicial y final con un valor  $\rho_{(90)} = .604, p < .05^*$ , y significativos y moderados entre la Autoconfianza rasgo inicial y la orientación a la tarea tanto al inicio como al final de la temporada, con un valor  $\rho_{(90)} = .447, p < .01^{**}$  y valor  $\rho_{(90)} = .412, p < .01^{**}$  respectivamente. Además resultaron significativas positivas y moderadas, las correlaciones entre la orientación a la tarea final con la autoconfianza final y la orientación a la tarea inicial, con un valor  $\rho_{(90)} = .469, p < .01^{**}$  y  $\rho_{(90)} = .478, p < .01^{**}$  respectivamente. En cuanto a la orientación al ego, no se obtuvo una correlación significativa en su puntuación inicial con la autoconfianza rasgo inicial ( $\rho_{(90)} = .058$ ), ni al final de la temporada con la autoconfianza rasgo final ( $\rho_{(90)} = .108$ ). Las correlaciones entre las variables de la orientación competitiva muestran que no existe una correlación significativa entre la orientación a la tarea y al Ego inicial, siendo esta en cambio significativa las variables al final de la temporada ( $\rho_{(90)} = .395^{**}$ ,  $p < .01^{**}$ ). Además de esto la orientación al ego final mostró correlaciones moderadas, positivas y significativas con la orientación a la tarea y al Ego inicial,

con valores  $\rho_{(90)} = .403, p < .01^{**}$ ,  $\rho_{(90)} = .449^{**}, p < .01^{**}$  respectivamente (Tabla 90).

**Tabla 90**

*Correlación entre las variables autoconfianza rasgo y Orientación Competitiva al inicio y final de temporada en el grupo control*

	AR Inicial	OT Inicial	OE Inicial	AR Final	OT final
OT Inicial	.447**				
OE Inicial	.058	.050			
AR Final	.604*	.412**	-.083		
OT final	.329*	.478**	.189	.469**	
OE Final	.105	.403**	.449**	.108	.395**

Nota. AR: autoconfianza rasgo, OT: orientación a la tarea, OE: orientación al ego. Nivel significancia  $p < .05^*$ ,  $p < .01^{**}$ ,  $p < .001^{***}$ .

**V.4.4. Análisis de varianzas.**

Con el fin de estudiar el efecto del tratamiento sobre las variables de autoconfianza rasgo y orientación competitiva, se realiza el análisis de varianzas de muestras independientes.

**Tabla 91**

*Comparación por categoría entre la autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva diferenciando por género en el grupo experimental*

		Experimental					
		Masculino			Femenino		
		n= 25	H	p	n= 53	H	p
		Mdn (Rango)			Mdn (Rango)		
INICIAL	Sub 14	6.85 (1.46)			7.69 (3.00)		
	AR Sub 16	6.65 (3.15)	4.61	.10	6.04 (4.92)	15.37	<.001***
	Sub 18	5.04 (2.77)			4.96 (4.31)		
	Sub 14	4.25 (0.25)			4.63 (1.00)		
	OT Sub 16	4.75 (1.00)	4.18	.12	4.69 (0.88)	3.51	.17
	Sub 18	4.63 (0.63)			4.88 (0.38)		
	Sub 14	3.25 (1.75)			3.25 (2.63)		
	OE Sub 16	3.50 (2.38)	0.01	.99	2.81 (3.88)	1.86	.39
	Sub 18	3.38 (1.13)			3.63 (2.88)		
FINAL	Sub 14	8.15 (2.69)			6.77 (5.23)		
	AR Sub 16	7.04 (2.46)	2.07	.35	6.46 (3.15)	3.11	.21
	Sub 18	7.15 (2.23)			6.69 (0.31)		
	Sub 14	4.63 (1.13)			4.44 (1.88)		
	OT Sub 16	4.38 (1.38)	0.15	.92	4.63 (1.29)	0.41	.81
	Sub 18	4.50 (0.50)			4.88 (0.38)		
	Sub 14	3.50 (1.88)			2.69 (3.13)		
	OE Sub 16	3.50 (3.00)	0.08	.95	3.25 (3.00)	0.38	.82
	Sub 18	3.38 (1.25)			3.38 (0.00)		

Nota. Mdn: mediana, AR: *autoconfianza rasgo*, OT: *orientación a la tarea* y OE: *orientación al ego*. Nivel significancia  $p<.05^*$ ,  $p<.01^{**}$ ,  $p<.001^{***}$ .

**Tabla 92**

*Comparación por categoría entre la autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva diferenciando género en el grupo control*

		Control					
		Masculino			Femenino		
		n= 34	H	p	n= 56	H	p
		Mdn (Rango)			Mdn (Rango)		
INICIAL	Sub 14	7.54 (5.08)			7.08 (5.08)		
	AR Sub 16	6.04 (4.15)	2.97	.22	6.15 (4.46)	8.78	.01*
	Sub 18	7.08 (1.00)			4.65 (3.85)		
	Sub 14	4.38 (2.25)			4.69 (1.63)		
	OT Sub 16	4.38 (1.25)	0.16	.92	4.75 (1.50)	0.83	.65
	Sub 18	4.63 (1.38)			4.56 (0.88)		
	Sub 14	2.69 (3.25)			3.31 (3.75)		
	OE Sub 16	4.00 (2.50)	4.44	.10	2.88 (3.88)	2.04	.36
	Sub 18	3.00 (1.88)			3.81 (1.50)		
FINAL	Sub 14	5.85 (4.46)			5.50 (6.31)		
	AR Sub 16	6.46 (4.08)	4.2	.12	5.92 (2.69)	2.01	.36
	Sub 18	8.15 (2.15)			6.54 (0.77)		
	Sub 14	4.63 (2.38)			4.31 (3.13)		
	OT Sub 16	4.25 (1.13)	5.23	.07	4.50 (1.00)	1.55	.46
	Sub 18	5.00 (0.63)			4.19 (1.13)		
	Sub 14	2.81 (1.88)			2.75 (3.38)		
	OE Sub 16	3.25 (2.13)	5.54	.06	3.63 (2.75)	2.75	.25
	Sub 18	3.88 (1.75)			2.88 (0.50)		

Nota. Mdn: mediana, AR: *autoconfianza rasgo*, OT: *orientación a la tarea* y OE: *orientación al ego*. Nivel significancia  $p < .05^*$ ,  $p < .01^{**}$ ,  $p < .001^{***}$ .



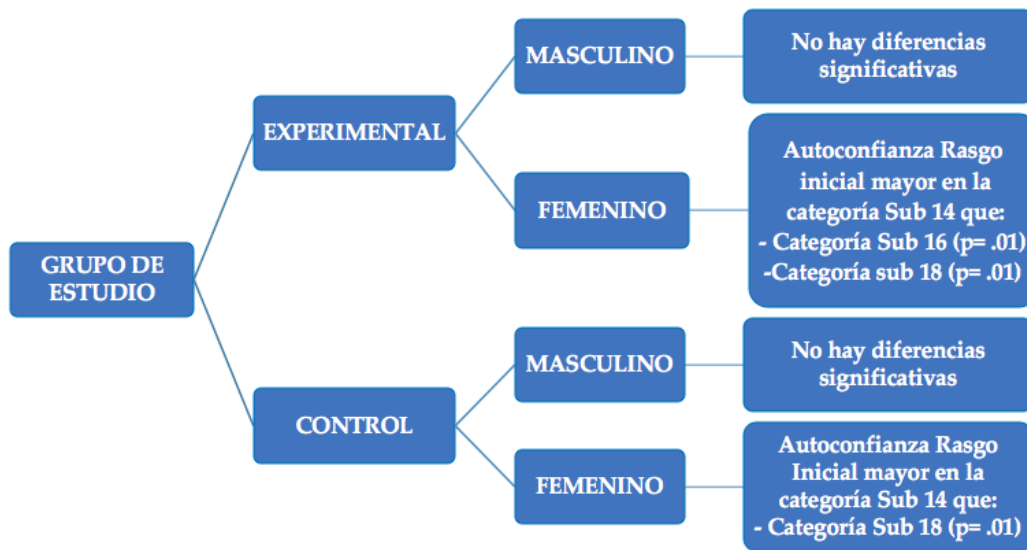
## CAPÍTULO V – RESULTADOS

En el análisis de varianzas de muestras independientes, según la categoría, para las variables del estudio, los resultados de la prueba de Kruskal Wallis identificaron efecto sobre la variable *autoconfianza rasgo inicial* en el género femenino de las atletas del grupo experimental,  $H(2)=15.37$ ,  $p < .001$ . El análisis pos hoc llevado a cabo con la prueba de Games Howell mostró que las atletas del grupo experimental de la categoría sub 14 (Mdn=7.69) obtuvieron una mayor puntuación que las atletas del grupo experimental de la categoría sub 16 (Mdn=6.04,  $p = .01$ ), IC 95% (0.24, 2.08) y que la categoría sub 18 (Mdn=4.96,  $p = .01$ ), IC 95% (0.63, 4.00).

Igualmente, según la categoría, se identifica efecto sobre la variable *autoconfianza rasgo inicial* en el género femenino de las atletas del grupo control,  $H(2)=8.78$ ,  $p = .01$ . El análisis pos hoc llevado a cabo con la prueba de Games Howell mostró que las atletas del grupo control de la categoría sub 14 (Mdn=7.08) obtuvieron una mayor puntuación que las atletas del grupo control de la categoría sub 18 (Mdn=4.65,  $p < .01$ ), IC 95% (1.37, 5.48).

**Figura 41**

*Análisis de varianzas de muestras independientes de las variables autoconfianza rasgo y Orientación competitiva, comparación por categoría.*



En el análisis de varianzas de muestras independientes para las variables del estudio, en el efecto del tratamiento, diferenciando por género y categoría, podemos observar que:

Dentro de los atletas de la categoría sub 14 de género masculino, encontramos diferencias estadísticamente significativas en la variable autoconfianza rasgo final, donde la puntuación del grupo experimental (Mdn= 8.15; Rango= 2.69) fue mayor que la del grupo control (Mdn=5.85; Rango=4.46),  $U = 19.5$ ,  $p = .02$ ,  $g$  Hedges=1.20. Sucediendo de igual manera en la variable orientación al ego final, donde la puntuación del grupo experimental (Mdn=3.50; Rango=1.88) fue mayor que la del grupo control (Mdn=2.81; Rango=1.88)  $U = 19$ ,  $p = .02$ ,  $g$  Hedges= 1.25 (Tabla 94).

## CAPÍTULO V – RESULTADOS

En cuanto al género femenino en la categoría sub 14, existen diferencias estadísticamente significativas en la variable autoconfianza rasgo final, siendo la puntuación del grupo experimental (Mdn=6.77; Rango=5.23) mayor que la del grupo control (Mdn=5.50; Rango=6.31)  $U = 97$ ,  $p = .02$ ,  $g$  Hedges= 0.87 (Tabla 92).

Para determinar la magnitud del tamaño del efecto, seguiremos el siguiente baremo (Cohen's, 1988):

**Tabla 93**

*Baremo de Tamaño del efecto*

<b>Interpretación (Cohen's, 1988)</b>	
0,2	Pequeño
0,5	Mediano
>0.8	Grande

En las categorías sub 16 y sub 18, no se hallaron diferencias significativas para las variables del estudio en el efecto del tratamiento (Tablas 95 y 96).

**Tabla 94**

*Comparación del efecto del tratamiento en la autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva diferenciando por género en la categoría sub 14*

		Sub 14						
		Masculino			Femenino			
		n= 23	U	p	n= 50	U	p	
		Mdn (Rango)			Mdn (Rango)			
INICIAL	AR	Exp	6.85 (1.46)	22.5	.11	7.69 (3.00)	240.5	.17
		Con	7.54 (5.08)			7.08 (5.08)		
	OT	Exp	4.25 (0.25)	31.5	.74	4.63 (1.00)	236	.53
		Con	4.38 (2.25)			4.69 (1.63)		
	OE	Exp	3.25 (1.75)	29	.58	3.25 (2.63)	241	.61
		Con	2.69 (3.25)			3.31 (3.75)		
FINAL	AR	Exp	8.15 (2.69)	19.5	.02*	6.77 (5,23)	97	.02*
		Con	5.85 (4.46)			5.50 (6,31)		
	OT	Exp	4.63 (1.13)	42	.60	4.44 (1.88)	163.5	.71
		Con	4.63 (2.38)			4.31 (3.13)		
	OE	Exp	3.50 (1.88)	19	.02*	2.69 (3.13)	165	.75
		Con	2.81 (1.88)			2.75 (3.38)		

Nota. Mdn: mediana, AR: *autoconfianza rasgo*, OT: *orientación a la tarea* y OE: *orientación al ego*. Exp: experimental, Con: control. Nivel significancia  $p < .05^*$ ,  $p < .01^{**}$ ,  $p < .001^{***}$ .

**Tabla 95**

*Comparación del efecto del tratamiento en la autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva diferenciando por género en la categoría sub 16*

		Sub 16						
		Masculino			Femenino			
		n= 24	U	p	n= 50	U	p	
		Mdn (Rango)			Mdn (Rango)			
INICIAL	AR	Exp	6.65 (3.15)	42	.55	6.04 (4.92)	229	.75
		Con	6.04 (4.15)			6.15 (4.46)		
	OT	Exp	4.75 (1.00)	34	.36	4.69 (0.88)	236.5	.88
		Con	4.38 (1.25)			4.75 (1.50)		
	OE	Exp	3.50 (2.38)	22	.06	2.81 (3.88)	215.5	.52
		Con	4.00 (2.50)			2.88 (3.88)		
FINAL	AR	Exp	7.04 (2.46)	37	.20	6.46 (3.15)	61	.15
		Con	6.46 (4.08)			5.92 (2.69)		
	OT	Exp	4.38 (1.38)	31.5	.17	4.63 (.,29)	71.5	.72
		Con	4.25 (1.13)			4.50 (1.00)		
	OE	Exp	3.50 (3.00)	36.5	.32	3.25 (3.00)	52	.26
		Con	3.25 (2.13)			3.63 (2.75)		

Nota. Mdn: mediana, AR: *autoconfianza rasgo*, OT: *orientación a la tarea* y OE: *orientación al ego*. Exp: experimental, Con: control. Nivel significancia  $p < .05^*$ ,  $p < .01^{**}$ ,  $p < .001^{***}$ .

**Tabla 96**

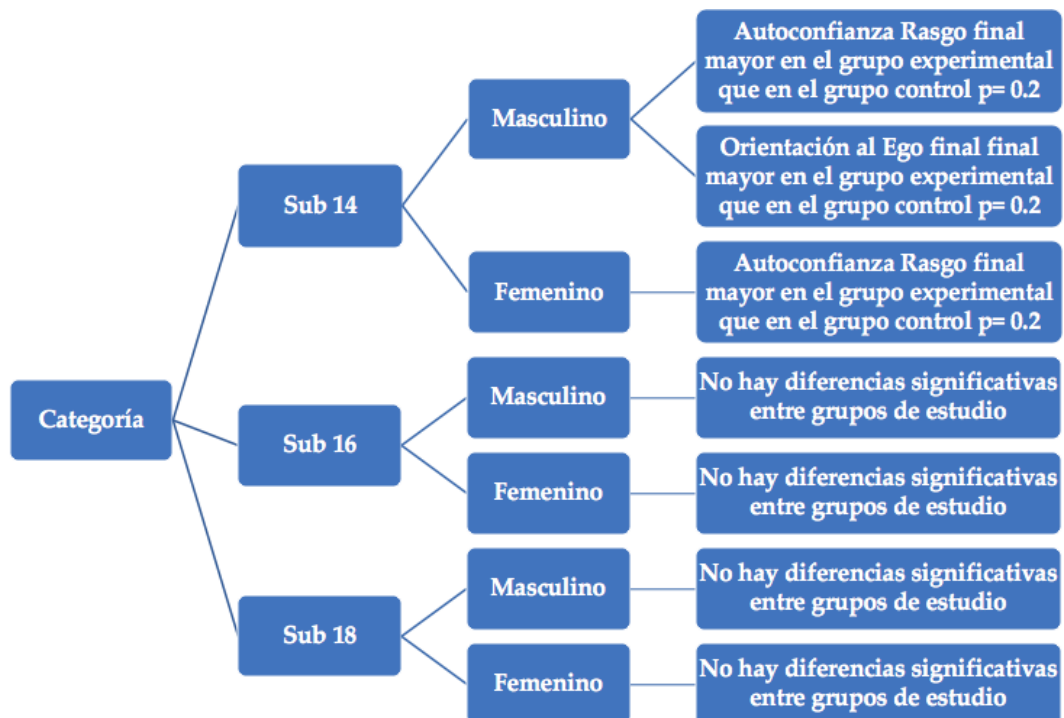
*Comparación del efecto del tratamiento en la autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva diferenciando por género en la categoría sub 18*

		Sub 18						
		Masculino			Femenino			
		n= 11	U	p	n= 13	U	p	
		Mdn (Rango)			Mdn (Rango)			
INICIAL	AR	Exp	5.04 (2.77)	2	.07	4.96 (4.31)	15.	.87
		Con	7.08 (1.00)			4.65 (3.85)		
	OT	Exp	4.63 (0.63)	7	.88	4.88 (0.38)	4.5	.07
		Con	4.63 (1.38)			4.56 (0.88)		
	OE	Exp	3.38 (1.13)	6.5	.76	3.63 (2.88)	10	.45
		Con	3.00 (1.88)			3.81 (1.50)		
FINAL	AR	Exp	7.15 (2.23)	3	.18	6.69 (0.31)	2	.55
		Con	8.15 (2.15)			6.54 (0.77)		
	OT	Exp	4.50 (0.50)	2.5	.37	4.88 (0.38)	1	.24
		Con	5.00 (0.63)			4.19 (1.13)		
	OE	Exp	3.38 (1.25)	3	.51	3.38 (0.00)	0	.10
		Con	3.88 (1.75)			2.88 (0.50)		

Nota. Mdn: mediana, AR: *autoconfianza rasgo*, OT: *orientación a la tarea* y OE: *orientación al ego*. Exp: experimental, Con: control. Nivel significancia  $p < .05^*$ ,  $p < .01^{**}$ ,  $p < .001^{***}$ .

**Figura 42**

*Análisis de varianzas de muestras independientes de las variables autoconfianza rasgo y Orientación competitiva, comparación por grupo de estudio*



En el análisis de varianzas de muestras independientes para las variables del estudio, para el género, diferenciando por grupo de estudio y categoría, podemos observar que:

Dentro de los atletas de la categoría sub 16 del grupo control, encontramos diferencias estadísticamente significativas de género en la variable orientación a la tarea final, donde la puntuación del género femenino (Mdn=4.50; Rango=1) fue mayor que la del género masculino (Mdn=4.25; Rango=1.13)  $U=31$ ,  $p=.01$ ,  $g$  Hedges=1.15 (Tabla 97).

**Tabla 97**

Comparación por género de las puntuaciones en las variables autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva diferenciando por grupo de estudio en la categoría sub 14.

		Sub 14						
		Experimental			Control			
		n= 34		n= 39				
		Mdn (Rango)	U	p	Mdn (Rango)	U	p	
INICIAL	AR	Masc	6.85 (1.46)	40	.05	7.54 (5.08)	141	.53
		Fem	7.69 (3.00)			7.08 (5.08)		
	OT	Masc	4.25 (0.25)	25.5	.04	4.38 (2.25)	114.5	.19
		Fem	4.63 (1.00)			4.69 (1.63)		
	OE	Masc	3.25 (1.75)	58	.90	2.69 (3.25)	126.5	.37
		Fem	3.25 (2.63)			3.31 (3.75)		
FINAL	AR	Masc	8.15 (2.69)	43.5	.08	5.85 (4.46)	93.5	.29
		Fem	6.77 (5.23)			5.50 (6.31)		
	OT	Masc	4.63 (1.13)	62.5	.45	4.63 (2.38)	103	.70
		Fem	4.44 (1.88)			4.31 (3.13)		
	OE	Masc	3.50 (1.88)	44.5	.09	5.50 (6.31)	90	.35
		Fem	2.69 (3.13)			2.75 (3.38)		

Nota. Mdn: mediana, AR: autoconfianza rasgo, OT: orientación a la tarea y OE: orientación al ego. Masc: masculino, Fem: femenino. Nivel significancia  $p < .05^*$ ,  $p < .01^{**}$ ,  $p < .001^{***}$ .



**Tabla 98**

*Comparación por género de las puntuaciones en las variables autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva diferenciando por grupo de estudio en la categoría sub 16.*

			Sub 16					
			Experimental			Control		
			n= 30		U	p	n= 41	
			Mdn (Rango)				Mdn (Rango)	
INICIAL	AR	Masc	6.65 (3.15)	79	.59	6.04 (4.15)	124.5	.71
		Fem	6.04 (4.92)			6.15 (4.46)		
	OT	Masc	4.75 (1.00)	78.5	.57	4.38 (1.25)	79.5	.12
		Fem	4.69 (0.88)			4.75 (1.50)		
	OE	Masc	3.50 (2.38)	70	.33	4.00 (2.50)	68	.05
		Fem	2.81 (3.88)			2.88 (3.88)		
FINAL	AR	Masc	7.04 (2.46)	56.5	.42	6.46 (4,08)	64	.63
		Fem	6.46 (3,15)			5.92 (2,69)		
	OT	Masc	4.38 (1.38)	45.5	.54	4.25 (1.13)	31	.01*
		Fem	4.63 (1.29)			4.50 (1.00)		
	OE	Masc	3.50 (3.00)	34.5	.25	3.25 (2.13)	54.5	.32
		Fem	3.25 (3.00)			3.63 (2.75)		

Nota. Mdn: mediana, AR: *autoconfianza rasgo*, OT: *orientación a la tarea* y OE: *orientación al ego*. Masc: masculino, Fem: femenino. Nivel significancia  $p < .05^*$ ,  $p < .01^{**}$ ,  $p < .001^{***}$ .

En las categorías sub 14 y sub 18, no se hallaron diferencias significativas para las variables del estudio entre géneros dentro de los grupos del estudio (Tablas 97 y 99).

**Tabla 99**

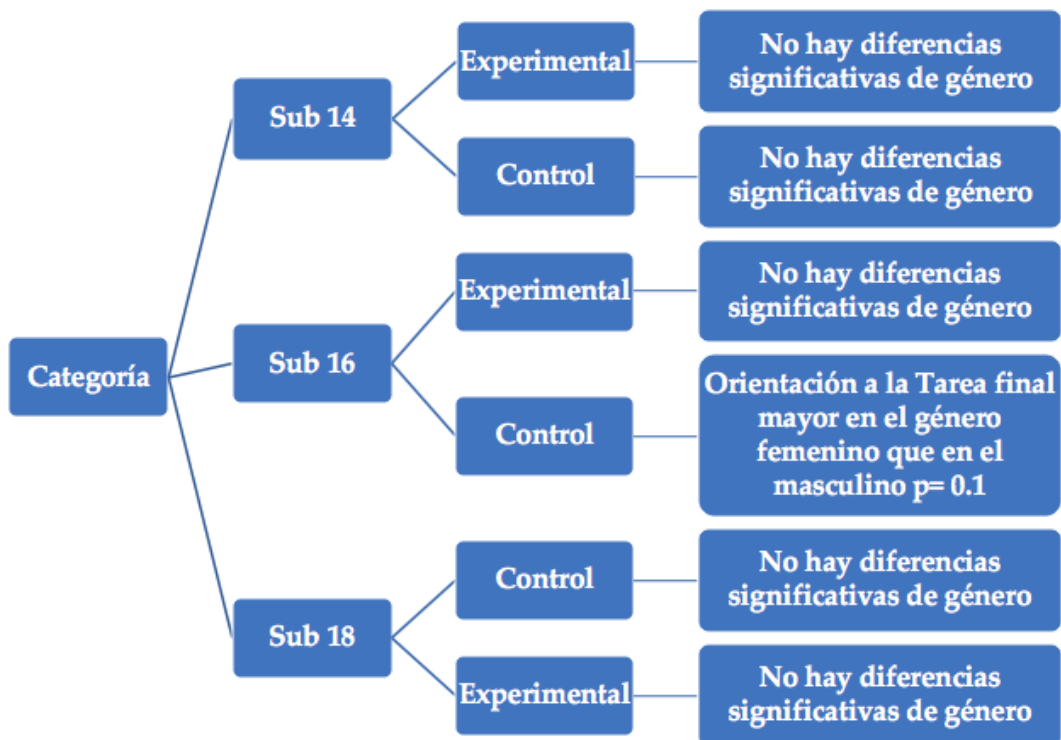
*Comparación por género de las puntuaciones en las variables autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva diferenciando por grupo de estudio en la categoría sub 18*

		Sub 18						
		Experimental			Control			
		n= 15	U	p	n= 9	U	p	
		Mdn (Rango)			Mdn (Rango)			
INICIAL	AR	Masc	5.04 (2.77)	21.5	.74	7.08 (1.00)	1	.07
		Fem	4.96 (4.31)			4.65 (3.85)		
	OT	Masc	4.63 (0.63)	6.5	.06	4.63 (1.38)	6	1
		Fem	4.88 (0.38)			4.56 (0.88)		
	OE	Masc	3.38 (1.13)	15.5	.74	3.00 (1.88)	5	.72
		Fem	3.63 (2.88)			3.81 (1.50)		
FINAL	AR	Masc	7.15 (2.23)	6	.65	8.15 (2.15)	1	.23
		Fem	6.69 (0.31)			6.54 (0.77)		
	OT	Masc	4.50 (0.50)	2.5	.34	5.00 (0.63)	0.5	.13
		Fem	4.88 (0.38)			4.19 (1.13)		
	OE	Masc	3.38 (1.25)	3	1	3.88 (1.75)	1	.24
		Fem	3.38 (0.00)			2.88 (0.50)		

Nota. Mdn: mediana, AR: autoconfianza rasgo, OT: orientación a la tarea y OE: orientación al ego. Masc: masculino, Fem: femenino. Nivel significancia  $p < .05^*$ ,  $p < .01^{**}$ ,  $p < .001^{***}$ .

**Figura 43**

*Análisis de varianzas de muestras independientes de las variables autoconfianza rasgo y Orientación competitiva, comparación por género.*



#### V.4.5. Efecto del tratamiento

Para comprobar el efecto del tratamiento se llevó a cabo el análisis estadístico de medidas repetidas Rangos de Wilcoxon. Los resultados se muestran a continuación:

**Tabla 100**

*Comparación de medidas repetidas de las puntuaciones en las variables autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva por categoría y grupo de estudio*

			Tiempo 1	Tiempo 2	Z	P
			Mdn (Rango)	Mdn (Rango)		
Sub 14	Exp n=28	AR	7.31 (3.00)	6.92 (5.23)	-1.94c	.05
		OT	4.50 (1.00)	4.50 (1.88)	-1.23c	.22
		OE	3.25 (2.63)	3.00 (3.13)	-0.57c	.56
	Con n=28	AR	7.38 (5.15)	5.85 (6.31)	-4.03c	.00***
		OT	4.63 (2.25)	4.44 (3.13)	-1.73c	.08
		OE	3.00 (3.75)	2.75 (3.38)	-1.03c	.30
Sub 16	Exp n= 23	AR	6.38 (4.92)	6.73 (3.15)	-1.06d	.29
		OT	4.75 (1.13)	4.63 (1.38)	-1.11c	.27
		OE	2.88 (3.88)	3.50 (3.25)	-0.94d	.35
	Con n=20	AR	6.15 (4.69)	5.96 (4.15)	-2.19c	.02*
		OT	4.56 (1.50)	4.38 (1.63)	-1.03c	.3
		OE	3.13 (3.88)	3.31 (2.88)	-0.59c	.55
Sub 18	Exp n=7	AR	5.04 (4.31)	6.85 (2.23)	-1.85c	.06
		OT	4.75 (0.75)	4.69 (0.50)	-0.36c	.71
		OE	3.44 (2.88)	3.38 (1.25)	0.00d	1
	Con n=3	AR	6.31 (4.15)	6.92 (2.54)	-1.06d	.29
		OT	4.63 (1.38)	4.75 (1.38)	-1.06c	.29
		OE	3.50 (1.88)	3.13 (2.25)	-1.06c	.29

Nota. b Prueba de rangos con signo de Wilcoxon. c Se basa en rangos positivos. d Se basa en rangos negativos. Mdn: mediana, AR: *autoconfianza rasgo*, OT: *orientación a la tarea* y OE: *orientación al ego*, Exp: experimental, Con: control. Nivel significancia  $p < .05^*$ ,  $p < .01^{**}$ ,  $p < .001^{***}$ .

Encontramos diferencias estadísticamente significativas en la *autoconfianza rasgo*, la categoría sub 14 del grupo control, donde las puntuaciones iniciales

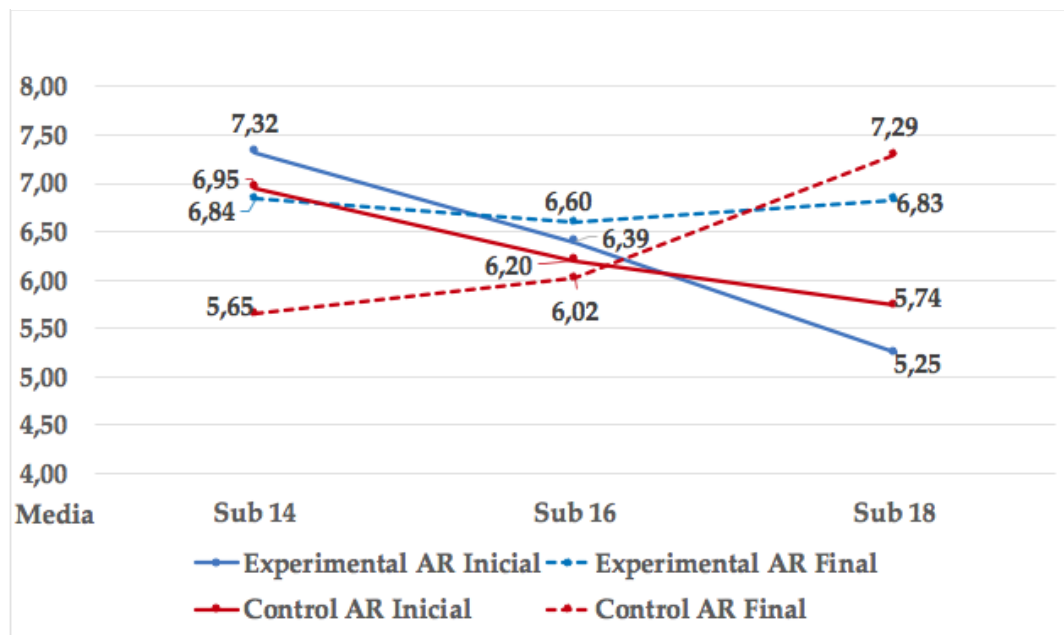
## CAPÍTULO V – RESULTADOS

(Mdn=7.38; Rango= 5.15) fueron mayores que las puntuaciones finales (Mdn= 5.81; Rango= 6.31),  $Z= -.40$ ,  $p=<.001^{***}$ ,  $g$  de Hedges=1.00 (Tabla 100).

Encontramos diferencias estadísticamente significativas en la *autoconfianza rasgo*, la categoría sub 16 del grupo control, donde las puntuaciones iniciales (Mdn=6.15; Rango= 4.69) fueron mayores que las puntuaciones finales (Mdn= 5.96; Rango= 4.15),  $Z= -2.19$ ,  $p= .02$ ,  $g$  de Hedges= 0.181 (Tabla 100).

**Figura 44**

*Evolución de la autoconfianza rasgo según categoría por grupo de estudio.*



En cuanto al género (Tabla 101), encontramos diferencias estadísticamente significativas en el género masculino en la *autoconfianza rasgo* del grupo experimental, donde las puntuaciones iniciales (Mdn=6.58; Rango= 3.54) fueron menores que las puntuaciones finales (Mdn=7.08; Rango= 3.54),  $Z=-2.28$ ,  $p=.02$ ,  $g$  de Hedges=-.510 , y en la *autoconfianza rasgo* del el grupo control, donde las

puntuaciones iniciales (Mdn=7.08; Rango=5.38) fueron mayores que las puntuaciones finales (Mdn= 6.46; Rango= 6.46),  $Z=-2.78$ ,  $p=.005$ ,  $g$  de Hedges=.528.

En el género femenino encontramos diferencias estadísticamente significativas en la *orientación a la tarea* del grupo experimental, donde las puntuaciones iniciales (Mdn=4.75; Rango=1.00) fueron mayores que las puntuaciones finales (Mdn=4.50; Rango=1.88),  $Z=-2.07$ ,  $p=.03$ ,  $g$  de Hedges=.429.

Dentro del grupo control del género femenino se hallaron diferencias estadísticamente significativas en la *autoconfianza rasgo*, donde las puntuaciones iniciales (Mdn=6.54; Rango=5.46) fueron mayores que las puntuaciones finales (Mdn=5.92; Rango=6.31),  $Z=-3.01$ ,  $p=.003$ ,  $g$  de Hedges=.459, y en la *orientación a la tarea* donde las puntuaciones iniciales (Mdn=7.38; Rango= 5.15) fueron mayores que las puntuaciones finales (Mdn=5.81; Rango=6.31),  $Z=-2.70$ ,  $p=.007$ ,  $g$  de Hedges=.443.

**Tabla 101**

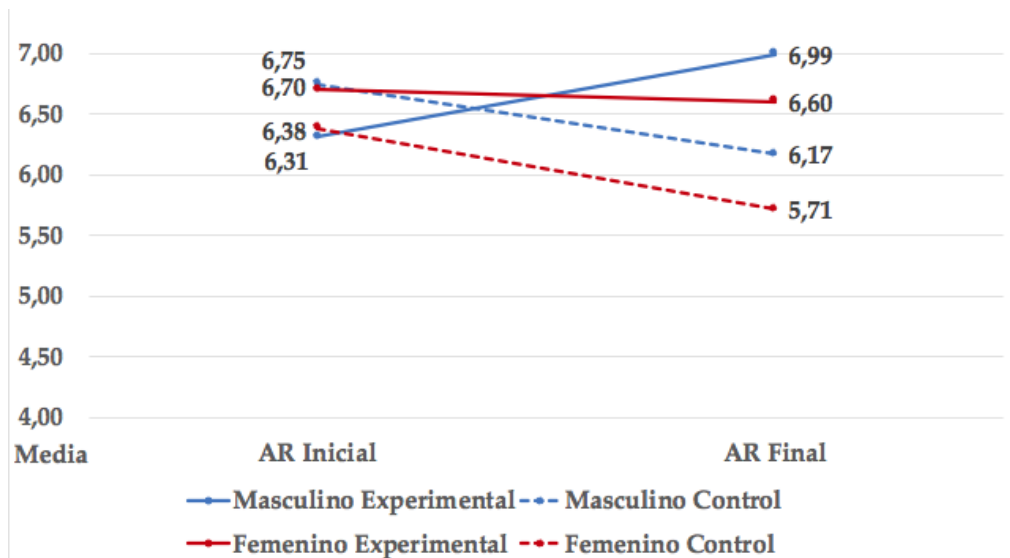
*Comparación de medidas repetidas de las puntuaciones en las variables autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva por género y grupo de estudio.*

			Tiempo 1	Tiempo 2	Z	P
			Mdn (Rango)	Mdn (Rango)		
Masc	Exp n=19	AR	6.58 (3.54)	7.08 (3.54)	-2.28d	.02*
		OT	4.50 (1.00)	4.63 (1.38)	-0.035c	.97
		OE	3.31 (2.38)	3.50 (3.00)	-1.61d	.11
	Con n=22	AR	7.08 (5.38)	6.46 (5.46)	-2.78c	.00**
		OT	4.38 (2.25)	4.38 (2.38)	-0.42c	.67
		OE	3.31 (3.38)	3.13 (3.00)	-1.40c	.16
Fem	Exp n=39	AR	6.92 (5.54)	6.69 (5.23)	-1.90c	.05
		OT	4.75 (1.00)	4.50 (1.88)	-2.07c	.03*
		OE	3.00 (3.88)	2.88 (3.38)	-0.50c	.62
	Con n=30	AR	6.54 (5.46)	5.92 (6.31)	-3.01c	.00**
		OT	4.63 (1.63)	4.38 (3.13)	-2.70c	.00**
		OE	3.13 (3.88)	3.13 (4.00)	-0.76c	.45

Nota. b Prueba de rangos con signo de Wilcoxon. c Se basa en rangos positivos. d Se basa en rangos negativos. Mdn: mediana, AR: *autoconfianza rasgo*, OT: *orientación a la tarea* y OE: *orientación al ego*, Masc: masculino, Fem: femenino, Exp: experimental, Con: control. Nivel significancia  $p < .05^*$ ,  $p < .01^{**}$ ,  $p < .001^{***}$ .

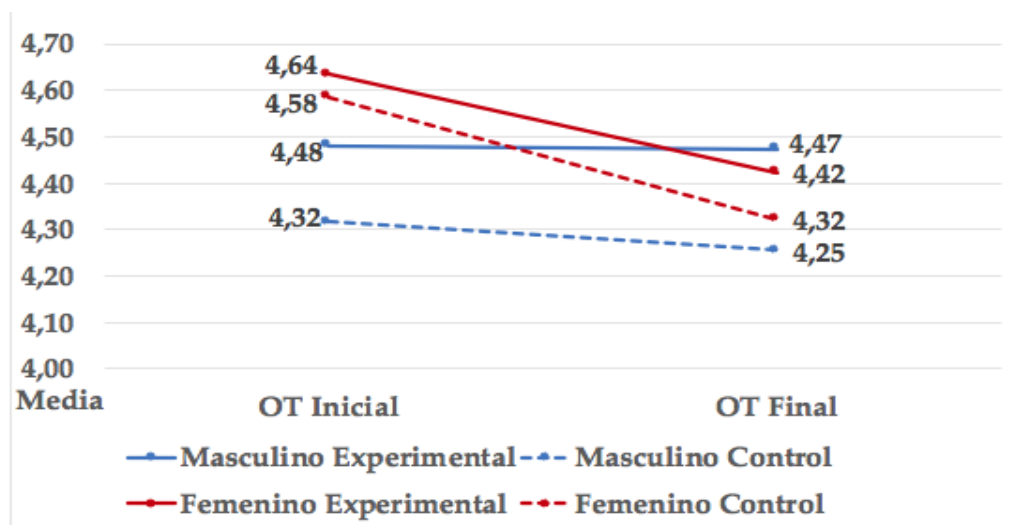
**Figura 46**

*Comparación de medidas repetidas en la orientación a la tarea por género y grupo de estudio*



**Figura 45**

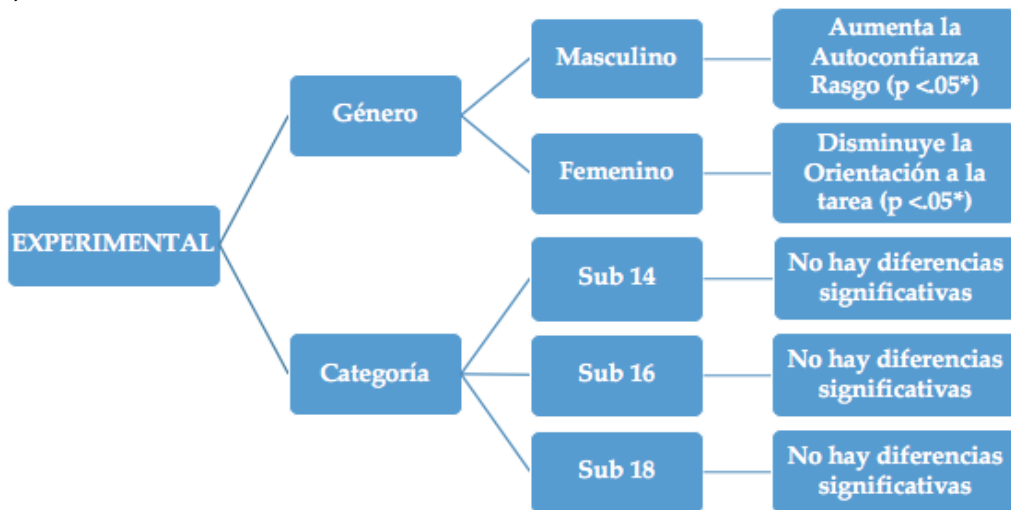
*Comparación de medidas repetidas en la autoconfianza rasgo por género y grupo de estudio*



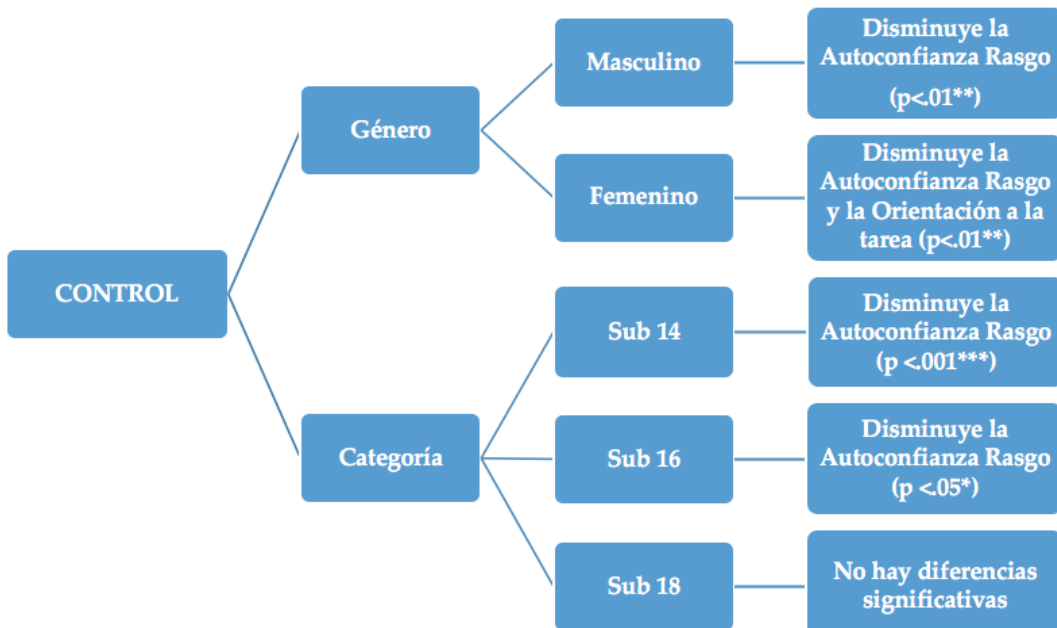


**Figura 48**

Resultados del análisis de medidas repetidas de las puntuaciones en las variables autoconfianza rasgo y Orientación Competitiva por género y categoría del grupo experimental.

**Figura 47**

Resultados del análisis de medidas repetidas de las puntuaciones en las variables autoconfianza rasgo y Orientación Competitiva por género y categoría del grupo control.



Para finalizar, se realiza el análisis de medidas repetidas relacionando la continuidad de los atletas en el deporte con el efecto del tratamiento (Tabla 102).

No se encontraron diferencias significativas dentro del grupo experimental, en las puntuaciones iniciales y finales para las variables de estudio, dentro de los atletas que continúan en el deporte y tampoco para los atletas que abandonan.

**Tabla 102**

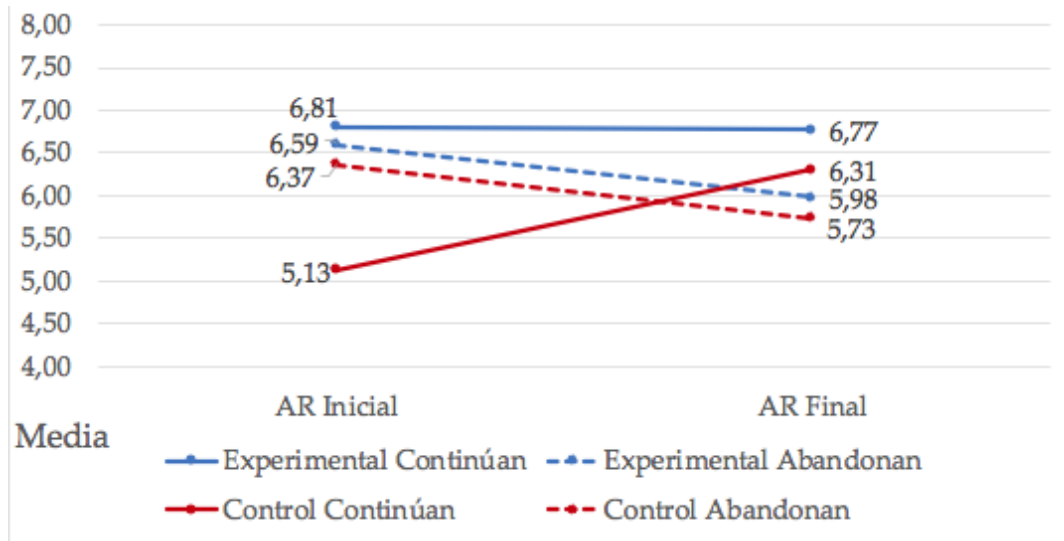
*Comparación de medidas repetidas de las puntuaciones en las variables autoconfianza rasgo y la Orientación Competitiva por grupo de estudio y continuidad deportiva*

			Tiempo 1	Tiempo 2	Z	P
			Mdn (Rango)	Mdn (Rango)		
EXP n=58	Adherencia n= 54	AR	6.92 (5.23)	7.00 (5.23)	-.45c	.65
		OT	4.63 (1.13)	4.63 (1.88)	-1.22c	.22
		OE	3.00 (3.88)	3.38 (3.38)	-.55d	.58
	Abandono n= 4	AR	5.08 (3.85)	6.42 (1.46)	-1.82d	.07
		OT	4.75 (0.63)	3.75 (0.38)	-1.60c	.11
		OE	3.50 (1.88)	2.50 (1.63)	-.816c	.41
CONT n=52	Adherencia n= 39	AR	6.96 (5.46)	6.38 (7.00)	-3.40c	.00**
		OT	4.63 (2.25)	4.50 (3.13)	-1.90c	.06
		OE	3.06 (3.88)	3.13 (4.00)	-1.23c	.22
	Abandono n=13	AR	6.46 (5.46)	5.81 (2.46)	-2.49c	.01*
		OT	4.50 (1.50)	4.25 (1.13)	-.98c	.33
		OE	3.25 (3.63)	2.88 (1.38)	-.75c	.45

Nota. b Prueba de rangos con signo de Wilcoxon. c Se basa en rangos positivos, d Se basa en rangos negativos. Mdn: mediana, AR: *autoconfianza rasgo*, OT: *orientación a la tarea* y OE: *orientación al ego*. Exp: experimental, Con: control. Nivel significancia  $p < .05^*$ ,  $p < .01^{**}$ ,  $p < .001^{***}$ .

**Figura 49**

Resultados del análisis de medidas repetidas de las puntuaciones en la variable autoconfianza rasgo, por grupo de estudio y continuidad deportiva



En el análisis de medidas repetidas por género, no se calculan los estadísticos de los atletas que abandonan en el grupo experimental debido al escaso número de casos.

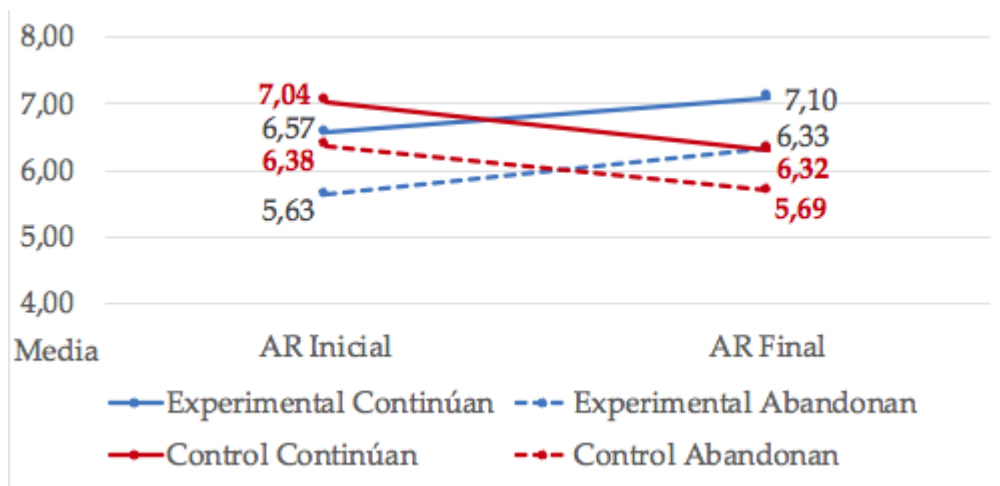
Se encuentran diferencias estadísticamente significativas, en los atletas de género masculino que continúan en el deporte del grupo experimental, en la variable *autoconfianza rasgo*, donde las puntuaciones iniciales (Mdn=6.88; Rango= 3.15) fueron menores que las puntuaciones finales (Mdn=7.15; Rango= 3.54),  $Z=-2.04$ ,  $p=.04$ ,  $g$  de Hedges=-0.389.

En el grupo control se encontraron diferencias estadísticamente significativas en los atletas de género masculino que continúan en el deporte, en la variable *autoconfianza rasgo*, donde las puntuaciones iniciales (Mdn=7.31; Rango= 5.38) fueron mayores que las puntuaciones finales (Mdn=6.58; Rango=5.46),  $Z=-2.04$ ,  $p=.04$ ,  $g$  de Hedges=0.495. Además de diferencias estadísticamente

significativas en los atletas que abandonan en el deporte, en la variable *orientación al ego*, donde las puntuaciones iniciales (Mdn=3.75; Rango=3.37) fueron mayores que las puntuaciones finales (Mdn=2.37; Rango= 3.37),  $Z=-2.04$ ,  $p=.04$ ,  $g$  de Hedges=1.06. En el género femenino del grupo control, se encontraron diferencias estadísticamente significativas en las atletas que continúan en el deporte, en la variable *autoconfianza rasgo*, donde las puntuaciones iniciales (Mdn=6.77; Rango=4.77) fueron mayores que las puntuaciones finales (Mdn=5.92; Rango=6.31),  $Z=-2.64$ ,  $p=.008$ ,  $g$  de Hedges=0.453, y en la variable *orientación a la tarea*, donde las puntuaciones iniciales (Mdn=4.63; Rango= 1.63) fueron mayores que las puntuaciones finales (Mdn= 4.44; Rango= 3.13),  $Z= -2.12$ ,  $p= .03$ ,  $g$  de Hedges=0.353.

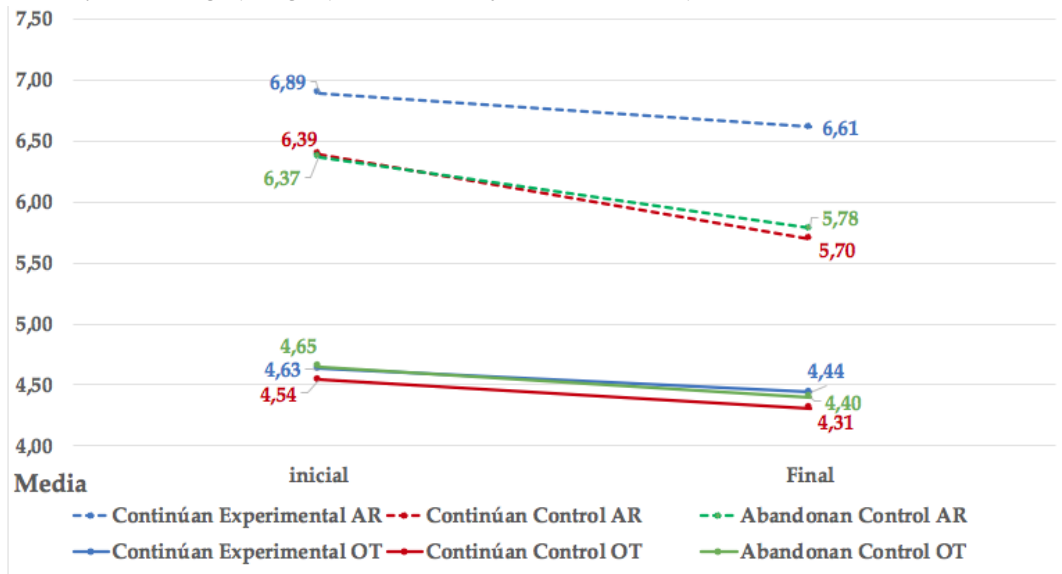
### Figura 50

Resultados del análisis de medidas repetidas de género masculino en la variable autoconfianza rasgo por grupo de estudio y continuidad deportiva



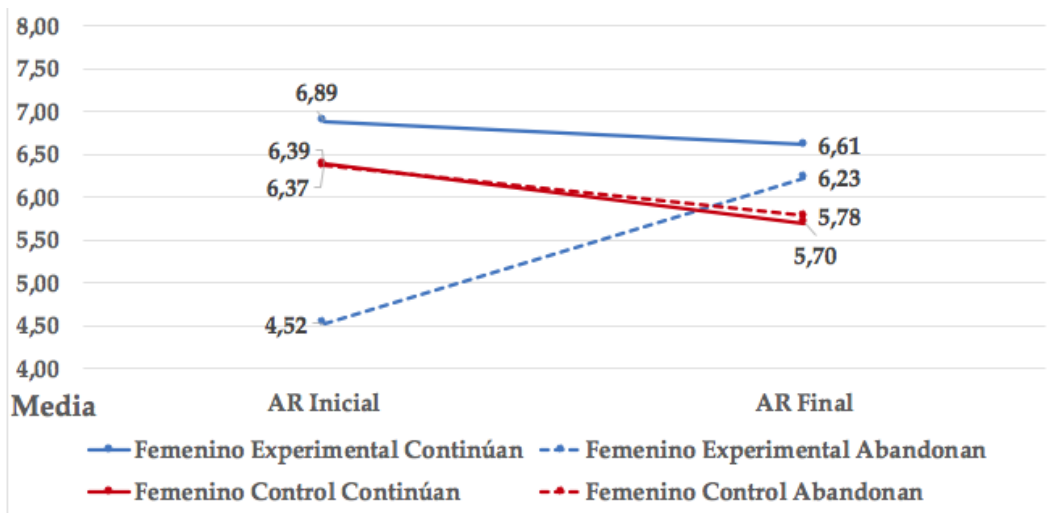
**Figura 52**

*Resultados del análisis de medidas repetidas de género femenino en la variable autoconfianza rasgo por grupo de estudio y continuidad deportiva*



**Figura 51**

*Resultados del análisis de medidas repetidas de género femenino en la variable orientación a la tarea por grupo de estudio y continuidad deportiva*



**Tabla 103**

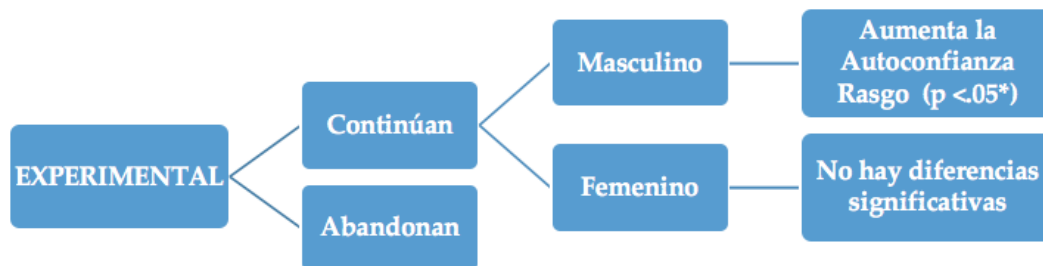
*Comparación de medidas repetidas por género de las puntuaciones en las variables autoconfianza rasgo y Orientación Competitiva por grupo de estudio y continuidad deportiva*

			Tiempo 1	Tiempo 2	Z	P
			Mdn (Rango)	Mdn (Rango)		
<b>MACULINO</b>						
EXP	Adherencia N=16	AR	6.88 (315)	7.15 (3.54)	-2.04c	.04*
		OT	4.38 (1.00)	4.63 (1.25)	-.62c	.53
		OE	3.31 (2.38)	3.50 (3.00)	-1.69c	.09
CONT	Adherencia n= 15	AR	7.31 (5.38)	6.58 (5.46)	-2.04c	.04*
		OT	4.56 (2.25)	4.50 (2.38)	-.50c	.61
		OE	3.00 (3.25)	3.13 (3.00)	-.45c	.65
	Abandono n=7	AR	6.38 (3.38)	5.69 (2.46)	-1.85c	.06
		OT	4.31 (1.50)	4.25 (0.88)	-.08c	.93
		OE	3.75 (3.38)	2.38 (2.38)	-2.04c	.04
<b>FEMENINO</b>						
EXP	Adherencia n= 38	AR	7.23 (5.23)	6.73 (5.23)	-2.00c	.05
		OT	4.75 (1.00)	4.50 (1.88)	-1.86c	.06
		OE	2.88 (3.88)	2.94 (3.38)	-.24c	.81
CONT	Adherencia n= 24	AR	6.77 (4.77)	5.92 (6.31)	-2.64c	.00*
		OT	4.63 (1.63)	4.44 (3.13)	-2.12c	.03*
		OE	3.13 (3.88)	3.13 (4.00)	-1.18c	.24
	Abandono n=6	AR	6.46 (5.46)	5.92 (1.31)	-1.82c	.07
		OT	4.75 (0.88)	4.38 (1.00)	-1.84c	.07
		OE	2.88 (3.13)	3.63 (1.25)	-.73d	.47

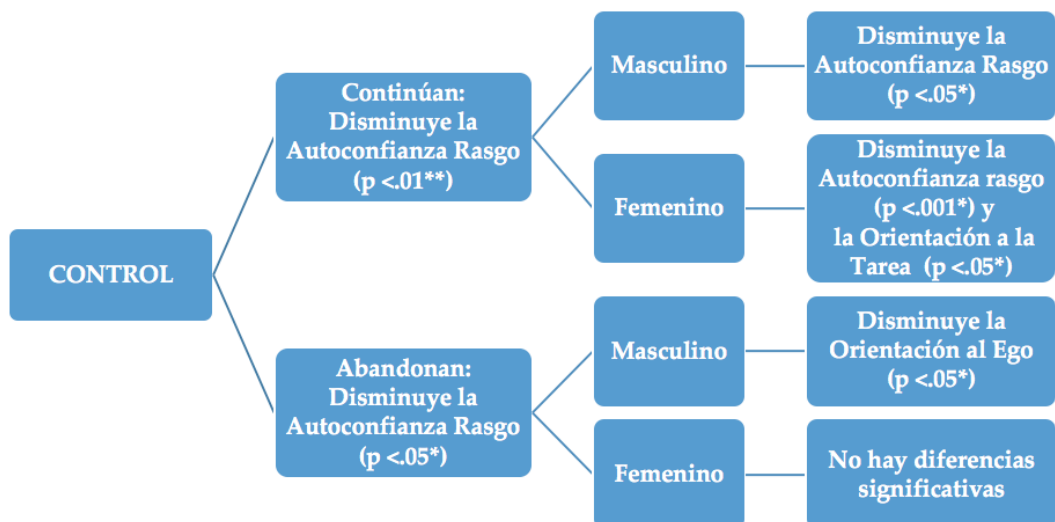
Nota. b Prueba de rangos con signo de Wilcoxon. c Se basa en rangos positivos, d Se basa en rangos negativos. Mdn: mediana, AR: *autoconfianza rasgo*, OT: *orientación a la tarea* y OE: *orientación al ego*. Exp: experimental, Con: control. Nivel significancia  $p < .05^*$ ,  $p < .01^{**}$ ,  $p < .001^{***}$ .

**Figura 53**

*Comparación de medidas repetidas por género y continuidad deportiva, de las puntuaciones en las variables autoconfianza rasgo y Orientación Competitiva en el grupo experimental*

**Figura 54**

*Comparación de medidas repetidas por género y continuidad deportiva, de las puntuaciones en las variables autoconfianza rasgo y Orientación Competitiva en el grupo experimental.*







## **VI – DISCUSIÓN**



## VI -DISCUSIÓN

### VI.1. ESTUDIO 1: “VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y FASE EXPLORATORIA”

La confianza en el deporte se considera un factor crítico de éxito para los deportistas de todos los niveles. Vealey et al (1998) sugieren que la confianza en el deporte es una construcción multidimensional más que unidimensional y que la estabilidad de la confianza en el deporte va en función de las fuentes en las que los individuos basan sus creencias. Descubrir las fuentes de confianza deportiva que influyen entre los jóvenes atletas, puede llevar a conocer las creencias estables de confianza en el deporte y con ello permitir fomentar y mantener la participación en el deporte.

En este estudio, como primer objetivo, se propuso adaptar y validar los cuestionarios Fuentes de Confianza en el Deporte (Sources of Sport Confidence Questionnaire. Vealey et al., 1998), el Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego (*Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire* or TEOSQ. Duda y Nicholls), 1992y el Inventario de Autoconfianza Deportiva Rasgo (Trait Sport-Confidence Inventory or TSCI. Vealey, 1986) al contexto del atletismo en jóvenes.

En el proceso de validación del cuestionario Fuentes de Confianza en el Deporte (Sources of Sport Confidence Questionnaire. Vealey et al., 1998) se llevó a cabo teniendo en cuenta recomendaciones de la literatura sobre adaptación de test y escalas (Hambleton, 1996; Muñoz & Hambleton, 2000). Se siguieron 4 pasos, el primero de ellos consistió en la traducción del cuestionario original de 43 ítems, agrupados en 9 dimensiones que a su vez se reúnen en 3 factores superiores.

En un segundo paso se procedió a realizar la validez de comprensión donde se eliminaron: el ítem 2 “Sigo ciertos rituales” de la dimensión de “Comodidad del entorno” y los ítems 6 “Consigo el beneficio de los jueces”, y 25 “Siento que todo va a ir bien en la competición” de la dimensión “Favorecimiento situacional”, lo que supuso eliminar dicha dimensión, ya que queda representada únicamente por un ítem (ítem16), por lo que el cuestionario final quedó formado por 39 ítems. La dimensión de “Favorecimiento situacional” también ha sido eliminada en estudios previos (Wilson et al., 2004 & Arce et al., 2010) en base a sus bajos valores en su carga factorial e índices de modificación altos debido a su relación con otros factores.

El tercer paso de validación a través del análisis factorial exploratorio mostró que todas las dimensiones obtienen un alfa de cronbach mayor a 0.7, criterio recomendado por Nunnally (1978), al igual que sucede en otros estudios (Vealey et al., 1998; Wilson et al., 2004; Kingston et al., 2010; Machidaa et al., 2012).

En cuanto a los factores de orden superior, los resultados muestran que las 8 dimensiones del cuestionario cargan solamente en dos factores, el factor de logro con las fuentes de confianza de maestría, Preparación física y mental y demostración de la habilidad, y el factor de clima social con las dimensiones de Apoyo social, liderazgo del entrenador, experiencia vicaria, Comodidad del entorno y Autopercepción física, mientras que en el modelo teórico marcado por Vealey et al., (1998) y el estudio de Koenh et al., (2013) las dimensiones cargan en 3 factores de orden superior que son, el factor de logro, con las fuentes de confianza de demostración de la habilidad y maestría, factor de autorregulación con las fuentes Preparación física y Mental y autorrepresentación física y el factor Clima social con las fuentes de Apoyo social, liderazgo del entrenador, experiencia vicaria, Comodidad del entorno y Favorecimiento Situacional. Esto puede ser

debido a que en el estudio presente se eliminó la fuente de Favorecimiento Situacional y a que la dimensión de autorrepresentación física, debido probablemente a la edad de la muestra, fue entendida como una percepción más estética que de forma física.

Por último, se realizó el análisis factorial confirmatorio con valores satisfactorios de ajuste tanto a nivel de índices de valores absolutos ( $\chi^2/g.l.=1.65$ , SRMR= 0.65 SRMR (<.05-.08) y RMSEA .046 (.040 - .050) como incrementales (NNFI=.908; CFI= .917; IFI=.918), que fueron superiores a los de estudios previos (Vealey et al., 1998; Wilson et al., 2004 & Arce et a., 2010).

En el proceso de validación del Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego (*Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire* or TEOSQ. Duda y Nicholls, 1992), los resultados del análisis factorial confirmatorio mostraron valores de ajuste satisfactorios tanto en el Primer orden (índices de ajuste absolutos  $\chi^2/g.l.=1,99$ ; SRMR= 0.8 y RMSEA .048 (.038 - .058) e incrementales NNFI=.947; CFI= .958 e IFI=959) como en el segundo orden (índices de ajuste absolutos  $\chi^2/g.l.=1,99$ , SRMR= 0.8 SRMR y RMSEA .048 (.038 - .058), e incrementales NNFI= .947, CFI= .958 e IFI=959). Comparando los resultados obtenidos, con valores del estudio Hanrahan & Biddle (2002), sobre las medidas psicométricas de distintos cuestionarios utilizados en la medición de la orientación competitiva, es posible confirmar que los valores del presente estudio son superiores a los obtenidos por el Cuestionario de Percepción de Éxito (POSQ), el Cuestionario de Orientación Deportiva (SOQ) y el Cuestionario de orientación al ego y a la Tarea en el Deporte (TEOSQ), excepto el en valor SRMR de este último (0.49), que mostró mejor ajuste. Para el análisis de la fiabilidad de la escala propuesta, se alcanzó un valor aceptable en el  $\alpha$  de Cronbach (0.842), que resultó similar al alcanzado por el TEOSQ, pero inferior al obtenido por el POSQ.

En el proceso de validación del Inventario de Autoconfianza Deportiva Rasgo (Trait Sport-Confidence Inventory or TSCI. Vealey, 1986), los resultados del análisis factorial confirmatorio mostraron valores de ajuste satisfactorios, tanto a nivel de índices de valores absolutos ( $\chi^2/g.l.=1,96$ , SRMR= 0.31 y RMSEA .047 (.035 - .059)), como incrementales (NNFI=.971, CFI= .977 e IFI=.977), superando los valores de estudios previos (Vealey et al., 1998; Gazdowska et al., 2017), y con un índice de confianza similar (0.919).

El segundo objetivo de este estudio fue conocer las fuentes de confianza deportiva más influyentes en los atletas de categorías sub 14 a sub 18 y como se relacionan con la autoconfianza rasgo en el deporte y la orientación competitiva. El modelo de Confianza desarrollado por Vealey et al, (1998) plantea la relación e interacción entre la confianza deportiva, la orientación competitiva y las fuentes de confianza, que desemboca en el nivel de confianza del sujeto y este a su vez en el resultado de su desempeño. En el estudio de Vealey et al., (1998) el núcleo del modelo consta de tres dominios fuente, siendo estos, 1) logro (maestría y demostración de habilidad) , 2) autorregulación (preparación física y mental y autorrepresentación física), y 3) clima social (apoyo social, experiencia vicaria, liderazgo del entrenador, comodidad en el entorno y favorecimiento situacional), mientras que en el estudio presente, la validación del modelo solo dio lugar a dos dominios, el dominio de logro (maestría, demostración de habilidad y preparación física y mental) y el dominio de clima social (apoyo social, experiencia vicaria, liderazgo del entrenador, comodidad en el entorno autorrepresentación física).

Los hallazgos en el análisis correlacional arrojan luz sobre qué relación existe entre las diferentes variables del modelo. En cuanto a las correlaciones entre las fuentes de confianza deportiva, resultaron altas las correlaciones entre las fuentes de confianza con el dominio a la que pertenecen, destacando las correlaciones de

las variables experiencia vicaria y autorrepresentación física que fueron muy altas con la dimensión de clima social, siendo este dato curioso ya que esta última fuente de confianza pertenece a otro dominio en el estudio de Vealey et al., (1998). Esto puede ser debido a que los atletas del presente estudio no entiendan esta variable como una percepción de la forma física, sino más bien como una percepción estética marcada por cánones sociales, lo que apoya el hecho de que la correlación de la fuente de confianza preparación física y mental con la autorrepresentación física fuera baja, mientras que con el resto de las fuentes de confianza, excepto con demostración de la habilidad, resultaron correlaciones moderadas. Por otro lado, resultaron moderadas y positivas las correlaciones entre las variables que pertenecen a un mismo dominio, excepto la correlación entre la variable demostración de la habilidad y la variable Preparación física y mental, que como se ha comentado fué baja. En esta línea, Koehn et al., (2013) y Garrido (2009), encontraron las correlaciones más bajas de la fuente de confianza preparación física y mental con las fuentes de autorrepresentación física y demostración de la habilidad. Es esta última fuente de confianza, es la que ha resultado tener las correlaciones más bajas en general en el presente estudio, coincidiendo en este sentido con los resultados de Vealey et al, (1998), Wilson et al., (2004) y Koehn et al., (2013).

Por su parte, el dominio de logro tuvo correlaciones moderadas con las variables liderazgo del entrenador y apoyo social, pertenecientes al dominio clima social, y a su vez el clima social tuvo correlaciones moderadas con las variables preparación física y mental y maestría, pertenecientes al dominio de logro. Lo que, de nuevo nos da señales de que son las fuentes de confianza más determinantes.

Centrando el análisis de las correlaciones en las variables de orientación competitiva y autoconfianza rasgo, los resultados muestran una correlación de

Autoconfianza rasgo positiva y baja con la orientación a la tarea y positiva y muy baja con la orientación al ego, presentando únicamente correlaciones moderadas con la variable preparación física y mental y con la dimensión de logro. Estos hallazgos respaldan los resultados de Vealey et al., (1998) donde la fuente de confianza Preparación física y mental predecía mayores niveles de Autoconfianza, y de Koehn et al., (2013) donde solo el dominio de logro resultaba predictor de la confianza deportiva.

El hecho de que la orientación a la tarea y autoconfianza muestren una correlación baja está en línea con los estudios de Vealey (1988), Martin y Gill (1991), Lochbaum et al., (2016) y Assar et al., (2022), en este último con atletas universitarios, se encontró un efecto directo de la orientación a la tarea con la autoconfianza deportiva, a través del análisis del modelo de ecuaciones estructurales, a pesar de que las correlaciones resultaran bajas.

En cuanto la relación de la orientación al ego y la autoconfianza deportiva, podemos encontrar estudios que establecen una relación negativa (Cecchini et al., 2004; Assar et al., 2022) o una relación positiva, aunque baja (Martin & Gill, 1991). En este sentido, es importante recordar que resulta conveniente examinar las relaciones de puntuaciones entre las variables orientación a la tarea y orientación al ego y su relación conjunta con la variable de autoconfianza deportiva, tal y como muestra el estudio de Vosloo, et al., (2009), en el que participantes con una alta orientación a la tarea y al ego informaron niveles más altos de confianza, que aquellos con alta orientación a la tarea y baja orientación al ego, baja orientación a la tarea y alta orientación al ego y baja orientación a la tarea y al ego, y el estudio de Cecchini et al., (2004) que relaciona un nivel de confianza moderado con una orientación competitiva alta a la tarea y moderada al ego.



Analizando la relación de la orientación competitiva con las fuentes de confianza deportiva, la variable orientación a la tarea presentó correlaciones de bajas a muy bajas con todas las variables, excepto con Preparación física y Mental, maestría, Apoyo social y la dimensión de logro que fueron moderadas. Lo que concuerda con los resultados similares hallados en el estudio de Magyar y Feltz, (2003) y Machida et al., (2012), donde la orientación a la tarea tuvo correlaciones moderadas con las variables de maestría y preparación física y mental consideradas como las mayores fuentes adaptativas de confianza.

Por su parte, la orientación al ego mostró una correlación moderada con la variable demostración de la habilidad, mientras que con el resto de las variables las correlaciones fueron de bajas a muy bajas, incluso llegando a ser negativas con la experiencia vicaria y comodidad del entorno. Las correlaciones con las variables pertenecientes a la dimensión clima social no resultaron significativas, incluyendo la correlación con dicha dimensión.

Magyar y Feltz (2003) encontraron que las atletas altamente orientadas a la tarea exhibían fuentes más controlables de confianza en el deporte (maestría y preparación física y mental), así como fuentes sociales y ambientales de confianza en el deporte, mientras que los atletas orientados al ego exhibieron fuentes más incontrolables de confianza en el deporte (demostración de habilidad).

Es importante conocer si las creencias de los deportistas están basadas en fuentes de confianza controlables (maestría, preparación física y mental y experiencia vicaria), lo que facilita la formación de creencias estables de confianza en el deporte, fuentes de confianza del entorno y sociales (apoyo social, liderazgo del entrenador y comodidad en el entorno) que representan la percepción del entorno en el que se desempeña el atleta, o si por el contrario, los sujetos obtienen confianza a través de fuentes incontrolables (demostración de la habilidad,

autorrepresentación física) lo que llevará a formar percepciones de confianza más débiles y menos estables. (Vealey et al., 1998; Magyar & Feltz, 2003).

Para ello es necesario dar respuesta al objetivo de conocer las fuentes de confianza más importantes más influyentes en los atletas del estudio. De manera general, las fuentes de confianza más valoradas, en las tres categorías y ambos géneros fueron, comodidad del entorno, liderazgo del entrenador, apoyo social, maestría y preparación física y mental, siguiendo la línea de estudios anteriores, que respaldan entre las cinco fuentes más valoradas de confianza deportiva la maestría, preparación física y mental y el apoyo social (Vealey et al., 1998; Machida et al., 2012; Koenh er al., 2013; Kingston et al, 2010; Demaine & Short, 2007; Magyar & Feltz, 2003; Adegbesan et al., 2018), mientras que las otras fuentes de confianza varían en función del estudio, debido a la mediación de variables personales, culturales y organizacionales como el género, la edad y/o el tipo de deporte.

Examinando si existen diferencias significativas entre género o categoría en las variables de estudio, encontramos que, en la categoría sub 14 la fuente de confianza más valorada es apoyo social y en la categoría sub 16 comodidad del entorno, ambas con independencia del género, mientras que en la categoría sub 18 la fuente de confianza más valorada liderazgo del entrenador para los chicos y comodidad del entorno para las chicas. Esto puede ser debido a que en la etapa prepuberal los niños tienen como fuente importante de información a sus padres, lo que irá cambiando en las siguientes categorías donde empezará a ser más importante la sensación de pertenencia a un grupo y el feedback del entrenador.

Con estos resultados puede evidenciarse la importancia de las fuentes de confianza sociales y del entorno en la autoconfianza de los jóvenes deportistas, tal como se ha constatado en diferentes estudios (Magyar & Feltz, 2003; Rees & Freeman, 2009; Barbosa et al., 2023).

Diferenciando por género en las puntuaciones de las fuentes de confianza deportiva, se encontraron diferencias significativas en las categorías sub 16 y sub 18, donde los chicos puntuaron más alto que las chicas en la variable demostración de la habilidad. Estos hallazgos son respaldados por investigaciones previas que indican que el género masculino presenta mayores expectativas positivas de comparación social con respecto a las destrezas deportivas y la competición (Eccles & Harold, 1991; Vealey et al., 1998).

En otras investigaciones se encontraron diferencias significativas entre género en fuentes de confianza diferentes. Por ejemplo, de Kingston et al.,(2010) en un estudio con deportistas de élite, las atletas demostraron una mayor puntuación en las fuentes de confianza de maestría, autorrepresentación física, apoyo social, comodidad en el entorno y el liderazgo del entrenador que los atletas masculinos; Vealey et al., (1998) en universitarios, encontró diferencias en la fuente de apoyo social y autorrepresentación física donde las mujeres puntuaron más alto; Rintaugu et al., (2018) también con universitarios, encontraron diferencias en la variable experiencia vicaria donde los chicos presentan puntuaciones más altas que las chicas.

En cuanto a la variable de autoconfianza, no se hallaron diferencias significativas en función de la edad o el género. Aunque hay estudios que siguen la misma línea de los resultados encontrados (Pozo, 2007; Fradejas et al.,2016), la mayoría de los estudios muestran diferencias significativas para la variable de género, donde el género masculino reportó niveles de autoconfianza más altos (Vealey, 1988; Vosloo et al, 2009; Babic et al., 2014; Assar et al., 2022).

En su metanálisis, Lirgg (1991), sugiere que las mujeres tendrán menos confianza que los hombres cuando la tarea está orientada a los hombres, pero en este caso, el Atletismo puede considerarse un deporte neutro, lo que puede ayudar

a que, aunque haya mayor puntuación en la categoría masculina, estas diferencias no sean significativas.

Con referencia a la autoconfianza y la edad, los resultados coinciden con otros estudios realizados previamente (Hernández et al., 2008; Moreno et al., 2014; Tsopani et al., 2011). Sin embargo, investigaciones indican que existen diferencias estadísticamente significativas en la variable autoconfianza según la edad. Dentro de ellos, se distinguen dos posibilidades, la primera es donde los deportistas de mayor edad muestran mayores niveles de autoconfianza (Rokka et al., 2009; Sagar & Jowett, 2012), y la segunda es, donde son los jóvenes deportistas de menor edad son los que muestran mayores niveles de autoconfianza (Guillén & Álvarez-Malé, 2010). A mayor edad, los deportistas comienzan a tener metas más exigentes y se encuentran en contextos deportivos más competitivos, que pueden generar una mayor incertidumbre, lo que repercute en un menor nivel de autoconfianza. De manera que probablemente, el nivel de autoconfianza esté más influido por la experiencia en las situaciones competitivas, lo que hace que los deportistas sepan interpretar mejor su propia competencia sobre el reto al que se van a enfrentar.

Según Hernández et al., (2008), deportistas jóvenes o inexpertos puede que se perciban como suficientemente preparados para afrontar retos o eventos competitivos, aunque luego en la práctica no sea realmente así, por lo que al final de la temporada competitiva, la confianza tiende a disminuir en aquellos deportistas que no han cumplido con sus expectativas. Así que el momento de la temporada en el que se mide la autoconfianza también debe de ser controlado.

Centrando las diferencias de género en las variables de orientación competitiva, existen diferencias significativas en las 3 categorías en la orientación a la tarea, donde las chicas puntuaron más alto que los chicos, en consonancia con los resultados de Hanrahan y Cerin (2008), que hallaron diferencias significativas

en la orientación a la tarea a favor de las mujeres, en deportistas australianos de secundaria y universitarios.

En el caso de la orientación al ego, solo se encontraron diferencias significativas en la categoría sub 16, donde la puntuación de los chicos fue mayor.

A menudo se ha sugerido que el género explica las diferencias en las orientaciones de objetivos de los deportistas, sin embargo, los hallazgos sobre las relaciones entre el género y la búsqueda de objetivos por parte de los estudiantes han sido inconsistentes, ya que en función de la edad de la muestra, el tipo de deporte y el cuestionario utilizado los resultados pueden variar.

En el estudio de Hanrahan y Biddle (2002), con adultos jóvenes deportistas, se hallaron diferencias entre género según el cuestionario utilizado para medir las orientaciones de meta, por ejemplo, con el Cuestionario de orientación al ego y a la Tarea en el Deporte (TEOSQ), se encontraron diferencias en la orientación a la tarea donde se las mujeres presentaron una puntuación más alta que los hombres, con el Cuestionario de Orientación Deportiva (SOQ), los hombres puntuaron significativamente más alto en la orientación al ego, y con el Inventario de Orientación Competitiva (COI) y el Cuestionario de Percepción de Éxito POSQ no se encontraron diferencias significativas. De igual manera, Gill y Dzewaltowski (1988), con deportistas universitarios, detectaron diferencias significativas a través del Inventario de Orientación Competitiva (COI), en la orientación a la tarea a favor de las mujeres y en la orientación al ego a favor de los hombres, mientras que utilizando el Cuestionario de Orientación Deportiva (SOQ), únicamente se hallaron diferencias en la orientación al ego, donde hombres obtuvieron puntuaciones significativamente más alta, siguiendo la línea de los resultados en los estudios de Li et al., (1996), con jóvenes deportistas, Treasure y Roberts (1994) con sujetos en edad prepuberal y Marsh (1994) con adolescentes.

De igual manera, pueden observarse estudios donde no surgieron diferencias significativas entre el género en la orientación competitiva, como en el estudio inicial de Vealey (1988), en el desarrollo del instrumento del Inventario de Orientación Competitiva (COI); Vosloo et al., (2009), con nadadores de secundaria, Carlin et al (2009) con deportistas Universitarios y Guan et al., (2023), con deportistas de secundaria y universitarios.

No se hallaron diferencias significativas por edad en las puntuaciones de las variables de orientación competitiva, lo que concuerda con los resultados de la revisión sistemática llevada a cabo Lochbaum et al., (2017), cuyos estudios abarcaban la franja de edad desde los 12 a los 18 años.

De esta forma no se cumple la hipótesis tradicional de que la orientación al ego aumenta a partir de los 12 años debido a un cambio de concepción sobre la habilidad, donde los niños pasan a tener una concepción indiferenciada de esfuerzo y capacidad, a entender posteriormente la propia capacidad no es igual al esfuerzo que uno realiza y que ocasiones la falta de habilidad natural no se puede compensar con un aumento de esfuerzo, lo que puede conllevar al abandono deportivo en contextos de logro con percepciones de baja capacidad (Lochbaum et al., 2017).

En los estudios consultados que comparaban las diferencias de género o edad teniendo en cuenta el deporte de práctica, se encontraron diferencias significativas entre el atletismo y deportes colectivos o de adversario, diferenciando estudios donde los atletas muestran una mayor orientación a la tarea que el resto de deportes (Hanrahan & Biddle, 2002; Isogai et al., 2003) y estudios donde los atletas manifiestan una orientación al ego mayor en comparación a los deportistas de equipo (Hanrahan & Cerin, 2008; Carlin et al., 2009). Lo que nos da información sobre la peculiaridad de la muestra de estudio de cara a la comparación con estudios que engloban diferentes deportes.

Para dar respuesta al último objetivo del estudio, se analizó si existían diferencias significativas en la puntuación de las fuentes de confianza deportiva, la autoconfianza rasgo y la orientación competitiva en función de si los atletas continuaban o abandonaban la actividad deportiva en la temporada siguiente.

Se encontraron diferencias significativas en la orientación a la tarea en las atletas que continuaban en el deporte, puntuando más alto en la categoría sub 16 que en la sub 14. De manera que mientras que en las atletas que continúan en el deporte, la orientación a la tarea aumenta progresivamente con la edad, en las atletas que abandonaron el deporte, la puntuación se mantuvo en las tres categorías. Unida a esa falta de incremento en la orientación a la tarea, en las atletas que abandonan el deporte, encontramos asociado un aumento en la orientación al ego mayor que en las atletas que continúan en el deporte. Un aumento progresivo de la orientación al ego, según se pasa de categoría, se explica a través de la necesidad de obtención de marcas y resultados cada vez más elevados, y justamente el factor resultados, la presión del ambiente deportivo, la relación con los otros significativos y la percepción de competencia, servirán de referencia al practicante en los distintos niveles competitivos (Hanrahan & Cerin, 2008). El problema aparece cuando ese aumento de orientación al ego no va acompañado de un aumento de la orientación a la tarea. Según Lochbaum et al., (2016), si la puntuación de orientación al ego aumenta y la puntuación de orientación a la tarea disminuye, implicaría que el sujeto pasa de una concepción de habilidad indiferenciada a una diferenciada, por lo que se podrían generar percepciones de habilidad bajas y suspender la participación deportiva.

En el género masculino, los atletas que abandonaron el deporte, puntuaron en la fuente de confianza liderazgo del entrenador, significativamente más alto en la categoría sub 18 que sub 14, puntuando incluso por encima de los atletas que

continúan. Esto puede llevar a pensar que, si la confianza de los atletas depende en gran medida del entrenador, si el entrenador no puede estar presente en las competiciones o no atiende al deportista como a este le gustaría, puede sentirse inseguro y desarrollar un bajo desempeño, lo que puede llevar al abandono deportivo, por lo que sería importante dotar a los atletas de autonomía y seguridad, para centrarse en lo que depende de ellos y pueden controlar, focalizarse en sus objetivos y dar solución a posibles situaciones que puedan darse tanto en entrenamientos como en competiciones. Además, a mayor categoría mayor especialización del atleta en la prueba y por lo tanto del entrenador, ya que mientras en las categorías sub 14 y sub 16 los atletas tienen varios entrenadores y practican diferentes pruebas, en la categoría sub 18 el atleta se especializa y está dirigido únicamente por un entrenador especialista en el sector. Una mala relación deportista entrenador, o una relación por debajo de las expectativas del deportista, aumenta la posibilidad de abandono (Snyder, 1996), por lo que el entrenador debe realizar intervenciones pedagógicas inductivas en periodos críticos, regulando el clima motivacional y las estructuras organizativas en función de la edad, para evitar el abandono deportivo (Enoksen, 2011).

Dentro de las categorías del estudio, se hallaron diferencias significativas entre género en los atletas que continúan en el deporte, en la categoría sub 16 en orientación a la tarea a favor del género femenino y en la fuente de confianza demostración de la habilidad a favor del género masculino, y en la categoría sub18, a favor de los chicos en la autoconfianza rasgo y a favor de las chicas en la orientación a la tarea y la dimensión de logro. Estos resultados concuerdan con otros estudios, donde las atletas demostraron una dependencia significativamente mayor de fuentes asociadas con el dominio (Kingston et al., 2010); Rintaugu et al., 2018; Hays et al., 2007; Vealey, 1998), y los atletas masculinos indicaron la



demostración de habilidad como la fuente de confianza más importante, obteniendo puntuaciones medias más altas que las mujeres (Rintaugu et al., 2018; Vealey, 1998).

Según Ebbeck (1990), hombres y mujeres podrían diferir en sus definiciones de habilidad. Se ha encontrado que los hombres están más interesados en el resultado (orientación al resultado), mientras que las mujeres hacia la maestría (orientadas a la tarea) (Burton, 1989; Duda, 1992). Magyar y Feltz (2003) encontraron que las atletas altamente orientadas a la tarea exhibían fuentes más controlables de confianza en el deporte, así como fuentes sociales y ambientales de confianza en el deporte, mientras que los atletas más orientados al ego exhibieron fuentes más incontrolables de confianza en el deporte (demostración de habilidad).

Dentro de los sujetos que abandonaron el deporte, se encontraron diferencias significativas entre género en la categoría sub 18, donde los chicos tienen una puntuación mayor en la fuente de confianza liderazgo del entrenador. Estos resultados no siguen la línea de los hallados por Vealey et al., (1998) y Rintaugu et al., (2018), que no encontraron diferencias significativas en esta variable, aunque en este último el género masculino puntuó por encima del femenino.

Hays et al., (2007) encontraron que las mujeres obtenían confianza del estímulo y la retroalimentación positiva de los entrenadores, mientras que los hombres obtenían mayor confianza de la creencia de que el entrenador establecería un programa de entrenamiento apropiado para mejorar el rendimiento.

En el caso del atletismo, en las categorías sub 14 y sub 16 los/as atletas entrenan en un grupo numeroso y disponen de varios entrenadores, mientras que como se ha comentado anteriormente, en la categoría sub 18 se pasa a entrenar con un solo entrenador especialista y en un grupo reducido, lo que conlleva un cambio

notorio a la hora de tener mayores expectativas preparación física y técnica por parte del entrenador. Esto puede causar un mayor cambio a la hora de puntuar esta variable en el género masculino, mientras que el femenino lo que persigue es que el entrenador facilite las percepciones de apoyo social y cree entornos en los que las atletas se sientan desafiadas pero apoyadas (Kingston et al., 2010).

Abdolalizadeh et al., (2010) mostraron que el liderazgo de los entrenadores era el predictor más fuerte del rendimiento deportivo, cuyo hallazgo sugiere, que el comportamiento de los entrenadores puede influir en gran medida en la confianza en sí mismos de los atletas y puede ser un factor social importante que influye en la cognición y el comportamiento de los atletas.

Dentro de las categorías de estudio, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas en las variables de estudio del género masculino entre los deportistas que continúan o abandonan el deporte. Al contrario del género femenino, donde si se encontraron diferencias en las atletas de la categoría sub 18 que continúan en el deporte, que puntúan significativamente más alto, en la fuente de confianza comodidad del entorno, que las atletas que abandonan el deporte. La comodidad en el entorno fue definida por Vealey et al., (1988), como las percepciones de comodidad en el entorno competitivo. En este sentido, las atletas que abandonan el deporte pueden estar percibiendo un entorno competitivo orientado al resultado, que reduce el disfrute de la participación en la actividad, produciendo ansiedad y miedo al fracaso (Choi et al., 2014), lo que conlleva a un aumento del abandono deportivo desde la niñez hasta la adolescencia (Riddoch et al., 2004). Nuviala et al., (2003) indican que el objetivo de competir es minoritario ya que solo al 4% de la población le gusta competir, por lo que el modelo deportivo competitivo va a ser un factor determinante. El número de competiciones a los que los atletas pueden asistir, va aumentando progresivamente desde la categoría sub

14 a la sub 18, como también la especialización deportiva, de modo que mientras en la categoría sub 14 el deportista puede participar en diferentes pruebas y sectores, en la categoría sub 18 el atleta se centra en una o dos pruebas, aumentando con ello la presión. En esta línea, Lavallee et al (2019), identifican que un modelo deportivo organizado hacia la competición, en ocasiones incluso orientado hacia una única modalidad deportiva, donde el objetivo principal es ganar, exige a los jóvenes deportistas un elevado coste físico y psicológico, que puede derivar en una situación de frustración para un gran número de los que comienzan, produciendo un abandono precoz de la actividad en un 33,6%. Por el contrario, un modelo deportivo escolar orientado a la mejora y desarrollo personal provocará una mayor satisfacción del alumnado con su práctica, y el porcentaje de abandono se verá reducido al 18% (Nuviala, 2004).

El estudio de Adegbesan et al., (2018), reveló que la comodidad en el entorno estaba dentro de las fuentes de confianza a través de las cuales se podrían predecir significativamente el desarrollo de la confianza de los atletas, y que todas las variables de confianza en el deporte correlacionaron positivamente con la variable de adherencia al deporte.

Finalmente, los resultados confirman la última hipótesis del estudio, en la categoría sub 16 femenino, donde las atletas que continúan en el deporte tendrán puntuaciones más altas en la dimensión de logro, la orientación a la Tarea y a la autoconfianza en el deporte, que las atletas que abandonan la actividad deportiva.

Kingston et al., (2010), sugieren que las mujeres dependen más de fuentes que contribuyen a un clima positivo y que fomente los logros que los atletas masculinos.

Las fuentes de confianza del dominio de logro son las más adaptativas y pueden producir efectos y consecuencias adaptativas y positivas como esfuerzo y

persistencia (Guan et al., 2006), motivación intrínseca (Cecchini-Estrada et al., 2011; Wang et al., 2009) y disfrute (Wang et al., 2010). De acuerdo con el estudio de Guan et al., (2023) en entornos de actividad física, los objetivos de aproximación al logro eran predictores significativos y positivos de la persistencia autoinformada. Las personas orientadas a la tarea tienden a esforzarse más en el deporte, demostrar mayor perseverancia, mostrar mayor interés, divertirse más y expresar mayor satisfacción al practicar deporte (Cervelló et al., 2007).

La confianza en el deporte tiene un efecto mediador positivo en el dominio fuente del logro (Wilson et al., 2004). Dentro de la relación entre la competencia deportiva percibida y las conductas de persistencia o abandono deportivo, las investigaciones demuestran que los deportistas que se perciben como competentes, se esfuerzan y perseveran más ante los obstáculos y dificultades, mientras que los que tienen una baja percepción de competencia, se rinden más fácilmente y pierden interés en la práctica del deporte (Franco et al., 2012; Whitehead et al., 2004).

## VI.2. ESTUDIO 2: "DESARROLLO Y REALIZACIÓN DE ENTREVISTAS"

El objetivo de este estudio fue analizar las percepciones de padres y madres sobre la participación de sus hijos/as en el deporte. Los resultados aportan valiosa información que debe contribuir al desarrollo y organización más eficaz de los programas deportivos en edades de iniciación y deporte de base.

En la primera dimensión, sobre el valor que los padres y madres otorgan a la práctica deportiva, la mayoría de padres y madres entrevistados/as otorgan un trascendente papel al deporte en el desarrollo de sus hijos, afirmando su satisfacción con la práctica, y siendo conscientes de su influencia sobre la salud y las relaciones sociales, además de la adquisición y fomento de importantes valores.

El rol de los padres y el entorno familiar es decisivo en la iniciación en el deporte. Como principales agentes socializadores, promueven la participación de sus hijos en el deporte (Keegan et al., 2009), pero también influyen determinantemente en la relación que establecen los deportistas con el mismo (positiva, negativa o indiferente), y que establece su continuidad, dedicación y actitud hacia la práctica (Marcén et al., 2012).

En cuanto a los valores, los padres y madres son conscientes de la importancia del deporte para su fomento, de algunos como el esfuerzo, el compañerismo, o la responsabilidad, entre otros, que son transferibles a otros ámbitos de la vida. Ha sido confirmado el estrecho vínculo existente entre la educación moral y la práctica deportiva (Bruner et al., 2018), y siempre que ese deporte esté bien organizado, puede ser un medio excelente para transmitir valores sociales y personales positivos a los niños y adolescentes (Berengüí & Garcés de Los Fayos, 2007; Light & Harvey, 2017). Por ello, es imprescindible que los clubes y entrenadores trabajen para garantizar la promoción de sistemas de valores que fomenten la orientación hacia la tarea del deportista, y promuevan esos valores positivos (Berengüí et al., 2022).

Respecto a la dimensión analizada de implicación parental, la mayor proporción de padres y madres afirman una total participación en la actividad deportiva de sus hijos/as, con un alto grado de implicación en las demandas y necesidades de la escuela, fomentándose las relaciones tanto dentro como fuera de las actividades deportivas entre ellos. Si bien la práctica atlética afecta sus vida y rutinas diarias, por la inversión de tiempo y esfuerzo requeridos, les resulta gratificante por el disfrute y el estilo de vida saludable que aporta a sus hijos/as.

El impacto de la implicación de los padres y madres es fundamental en los años de iniciación deportiva, pues son los vigilantes esenciales en el cambio

comportamental y de actividad física de sus hijos (Gustafson y Rhodes, 2006). La participación de los padres implica compartir con sus hijos/as su tiempo, dinero e intereses (Holt et al., 2009), y por ello son agentes básicos y necesarios, pues proveen ese soporte instrumental además del psicológico (Turnnidge et al., 2012), como vemos en este estudio, incluso adaptando sus obligaciones diarias para adaptarlas a las necesidades deportivas de sus hijos/as. Además, en determinados estudios, la percepción de implicación de sus padres por parte de los deportistas se ha asociado positivamente con mayores niveles de motivación y menores de desmotivación en jóvenes deportistas (Sánchez-Miguel et al., 2013, 2015), aunque también en ocasiones la intensidad de la implicación percibida por el deportista se ha asociado con una mayor la presión experimentada (Lee & MacLean, 1997).

En cuanto a la satisfacción con la oferta deportiva, la mayoría confirmaron su agrado con la organización y funcionamiento del club, pareciéndoles apropiadas las cuotas económicas, la filosofía del club en la formación de atletas, y la formación técnica de los entrenadores. Por el contrario, se mostraron descontentos con las políticas municipales, en especial, con la calidad y mantenimiento de las instalaciones. En este sentido, los padres juegan un rol esencial mediante su influencia sobre los intereses y decisiones de sus hijos, y por ello resulta imprescindible que los padres conozcan las oportunidades deportivas para que se produzca la participación de sus hijos/as (Columna et al., 2011).

Sobre la relación con los técnicos deportivos, en general existía desconocimiento por parte de los padres sobre su formación, aunque confían en ellos, ya que perciben como sus hijos/as estaban contentos/as, y veían un progreso y mejora de marcas. Sin embargo, la relación entre padres y madres con los/as entrenadores/as es limitada, no existiendo generalmente feedback sobre el progreso por parte de los técnicos.

Tanto los técnicos de las escuelas deportivas, como los padres y madres que involucran a sus hijos en las diferentes actividades, son básicos en la orientación y educación de esos niños dentro del ámbito deportivo (Garrido et al., 2010). Los entrenadores se consideran importantes activos externos responsables de crear climas motivadores y estructurar actividades que ayuden a satisfacer las necesidades de desarrollo de los jóvenes (De Sousa et al., 2018). A partir de los resultados obtenidos, consideramos que, si bien existe confianza en la labor de los técnicos, la comunicación debe ser más fluida con los padres, con el fin de trazar líneas comunes que confluyan en el entendimiento de los progenitores del proceso deportivo de sus hijos, y al mismo tiempo, los técnicos puedan conocer las necesidades y particularidades de cada deportista, para así asegurar la efectividad del entrenamiento y que el deporte se adapte mejor a cada uno.

Atendiendo al apoyo o soporte de los padres y madres, entre todas, posiblemente sea la dimensión que más información aporta. En general, existe una buena comunicación de los padres y madres con sus hijos/as sobre aspectos deportivos, perciben a sus hijos/as satisfechos/as, contentos/as, y motivados/as, y aluden a que la práctica es realizada para divertirse, estar con amigos y superarse a sí mismo y a los demás. La relación con el entrenador y los compañeros es buena y positiva.

El apoyo parental y social en el deporte ha sido analizado durante décadas. El apoyo de los padres respecto a la trayectoria deportiva de sus hijos orienta su desarrollo deportivo, constatándose que los jóvenes deportistas que reciben escaso ánimo por parte de sus padres tienden a no comprometerse efectivamente en la práctica deportiva (Santos et al., 2022). Entre los resultados hallados se comprueba cómo los padres aportan, siguiendo a Beets et al., (2010), tanto apoyo tangible (como el coste económico asociado a la participación, el compromiso en tiempo, o

los desplazamientos al entrenamiento y la competición), como intangible, mediante el apoyo emocional, el estímulo verbal y el asesoramiento. El apoyo de los padres se convierte en un imperativo para los niños y jóvenes en todos los niveles de la competición deportiva, con especial relevancia para aquellos que transitan en edades a niveles de competición más exigentes (Todd & Edwards, 2021).

El comportamiento de los padres y madres tiene el efecto de dirigir y controlar la experiencia y el progreso de sus hijos/as y es considerada una fuente poderosa de presión. Tanto los padres como los entrenadores ejercen influencias a través de sus estilos de liderazgo, respuestas afectivas y comportamientos.

En la categoría de comportamiento directivo los resultados están en consonancia con los del estudio cualitativo de Keegan et al., (2009), que explora el clima motivacional de los deportistas al principio de su carrera y las influencias de los agentes sociales, donde se categoriza a la forma que padres y entrenadores se comunican con el joven atleta, tanto para el apoyo como para la instrucción, "estilos de liderazgo", distinguiendo dos estilos centrales, un estilo controlador/autocrático y un estilo autonomista/democrático, que coinciden, en cuanto al significado, con las vertientes codificadas en el presente estudio, comunicación psicológica o emocional y comunicación directiva, ya que la comunicación no siempre tenía un componente valorativo, sino que reflejaba la tendencia del padre para mostrar afecto positivo, negativo o tolerancia. El estudio de Wing et al., (2016) se mostró que la percepción de control parental alta, fue asociada negativamente con el disfrute de la actividad física. En cambio, las actitudes y conductas de los padres que son consideradas como positivas y animadoras han sido vinculadas a consecuencias afectivas favorables para los niños y adolescentes en el deporte (Amenabar et al, 2008). Incluso, Van Yperen (1997, 1998) resaltó el impacto que tiene en la amortiguación del efecto de las experiencias



deportivas negativas, que el deportista perciba ánimos positivos de sus resultados por parte de los padres.

Los resultados obtenidos nos muestran que los padres y madres pueden evaluar la experiencia de la competición de sus hijo/as como una vivencia enriquecedora o como una vivencia intrascendente. A este respecto, Brustad (1996) propone que los padres juegan un papel importante al interpretar la información referida a los logros deportivos de sus hijos/as, influyendo a su vez en la cognición de estos, en cuanto a las atribuciones y autopercepciones en entornos de logro, añadiendo además que los padres/madres prefieren dar más oportunidades de práctica, en aquellos entornos donde perciben unas altas expectativas de éxito para sus hijos/as.

El séptimo bloque, Expectativas, analiza las relaciones que existen entre las expectativas deportivas de los/las atletas, lo que sus padres y madres piensan sobre ellas y las propias expectativas sobre el futuro de la participación deportiva de sus hijos/as. Encontramos, de forma general dos categorías, expectativas que coinciden y expectativas que difieren, y dos ámbitos, de rendimiento y de salud. La opinión de los padres sobre las capacidades de sus hijos, tienen una gran influencia en las percepciones de sus habilidades y la evolución de sus intereses. Si los jóvenes deportistas perciben creencias positivas sobre sus capacidades por parte de sus padres y madres, utilizarán criterios internos para evaluar sus capacidades y aceptarán mayores desafíos. Es importante determinar de manera objetiva si las expectativas de los jóvenes deportistas son realistas o expectativas irrealmente altas, ya que de ser así se sentirán frustrados en los deportes, porque incluso cuando tengan un buen desempeño, sus aspiraciones seguirán sin cumplirse.

Casi en la totalidad de los casos, los padres y madres tienen expectativas de que sus hijo/as continúen con su práctica deportiva, sobre todo desde un punto de

vista saludable. No son muchos los casos que encontramos donde el atleta tenga objetivos competitivos de rendimiento y los progenitores consideren que son alcanzables, bien porque no confían en las cualidades de sus hijos/as o bien porque es una forma de protegerse y protegerlos ante la frustración de no alcanzarlos. Puede influir en este sentido que el atletismo no es un deporte profesional y es muy difícil vivir de él, lo que influirá en que pocos padres tengan expectativas altas de rendimiento ya que consideran complicado poder llegar lejos.

Brustad (1996), observa que la autopercepción física de los niños está relacionada con la cantidad de ánimo que reciben por parte de sus padres lo que influye directamente en su intención de mantenerse físicamente activos. Los padres y madres que no quieren que su hijo/a practique deporte, no muestren interés, no los/as acompañen a las competiciones o si van comenten de manera despectiva el esfuerzo que hacen sus hijos/as para no conseguir nada, están volcando unas expectativas negativas sobre los jóvenes deportistas lo que podrá conducir al abandono deportivo. De manera contraria, cuando los padres tienen expectativas demasiado altas para sus hijos, pueden hacerles creer que son capaces de hacer más de lo que realmente pueden, esta situación es igualmente destructiva para el disfrute del deporte, ya que no importa lo bien que se desempeñen los/las niños/as, que nunca puede parece suficiente para sus padres/madres. Algunos padres se identifican de tal modo con sus hijos que vivencian el rendimiento de ellos como propio proyectando de esta manera expectativas desmedidas en sus hijos a las cuales los niños intentarán responder (Green & Chalip, 1997). De igual manera este caso también puede frustrar a los niños y frustrar su motivación para participar, ya que los sentimientos de valor personal, se equiparan con el éxito que tengan en los deportes, y pueden tener miedo al fracaso o el rechazo si perciben que el amor de sus padres depende de ganar. Como última opción también no influir las

expectativas de los padres y madres en sus hijos/as, debido que éstos/as han devaluado el valor o juicio de los padres y, por ende, de los propios padres.

En el último bloque, Presión parental, se busca información sobre la importancia que los/las padres y madres dan a los resultados de competición y la presión que pueden ejercer sobre sus hijos/as. La categoría de Participar o ganar está estrechamente vinculada con las orientaciones de meta. La orientación de meta es una vía para definir el éxito y juzgar la propia competencia (Duda, 1999). Se ha visto que la percepción que tienen los niños de la orientación de meta de los padres y su propia orientación de meta se presentan enlazadas (Ames, 1992). Los resultados obtenidos dan mayor importancia a la participación. Participar se relacionaría con una orientación a la tarea y ganar con una orientación al ego. En el primer caso se relaciona más con la adherencia deportiva, el éxito es subjetivo y la competencia percibida resulta de las de las mejoras personales, del dominio de la tarea y del esfuerzo y en el segundo de los casos, una persona se siente exitosa y competente a medida que ha demostrado una habilidad superior a los demás, lo que está relacionado con una mayor ansiedad competitiva y abandono de la práctica deportiva (Duda, 1999).

El modo en que los padres se involucran en el deporte de sus hijos ya sea a través del apoyo o la presión, constituye uno de los más importantes predictores de la continuidad de la participación deportiva de los niños (Turman, 2007). Un ambiente positivo creado por los padres con retroalimentación positiva, respuestas afectivas positivas, diversión, charlas de ánimo previas a la competición, estímulos, colaboración y apoyo parental positivo se relacionan positivamente de manera consistente con la motivación del deportista (Keegan et al., 2019).

Los resultados del presente estudio coinciden de manera casi unánime en que los/as hijos/as perciben que su actividad deportiva hace felices a sus progenitores;

que su presencia en competiciones y entrenamientos, hace que se sientan más seguros/as y están contentos, satisfechos y agradecidos de la implicación parental.

Cuando un sujeto percibe la implicación parental como moderada, entonces la presión ejercida también resultaría adecuada, encontrándose en un nivel de experiencia satisfactoria. Cuando los/as niños/as perciben a sus progenitores poco involucrados son susceptibles de abandonar el deporte debido a la falta de atención y apoyo emocional que requieren. Y cuando la intensidad de la implicación es percibida como alta, la presión lo es también. Sin embargo, existen diferencias individuales, ya que algunos niños/as pueden percibir como alta la implicación de sus padres, sin que esto signifique que se sienten presionados, ya que pueden percibirla como apoyo y experimentarla de manera satisfactoria y óptima (Lee & MacLean, 1997).

En la categoría de análisis de los resultados, encontramos que todos/as los progenitores dan un feedback a sus hijos después de competir, este puede ser positivo o negativo en función de los resultados obtenidos. La retroalimentación verbal la negativa está relacionada con respuestas afectivas negativas y el debilitamiento de la motivación y la positiva está vinculada con la adopción de metas de dominio y enfoque y relacionada a favor de la motivación. Los/as chicos/as que reciben retroalimentación positiva y consistente tanto por el resultado como por su esfuerzo por adquirir maestría, conseguirán sentir que son competentes y que dominan la ejecución deportiva (Keegan et al., 2009, 2019).

Los resultados coinciden con los de Keegan et al., (2009), donde aparece también el concepto de “comunicación evaluativa”, valorado a través de las subcategorías refuerzo conductual y la ya mencionada retroalimentación verbal. El refuerzo conductual se relaciona con el uso de castigos o recompensas, en este sentido podemos encontrar referencias en nuestro estudio en algún caso, donde si

el deportista obtenía un buen resultado competitivo los padres lo celebraban comiendo fuera, o si realizaba una mala actuación podían amenazarlo con no traerlo a futuras competiciones.

Centrándonos en la presión, la mayoría de los/as entrevistados/as expresan que sus hijos/as se ponen nerviosos en competición, muchos de ellos sin poder controlar los nervios y derivando en efectos fisiológicos, como dificultad para dormir o desayunar, siendo esto algo que preocupa a sus progenitores, en algún caso indicando, que si los nervios llegan a ese extremo, la competición deja de ser una buena opción. En este último caso, los padres y madres adoptan una posición sobreprotectora que puede llevar a los jóvenes atletas a intentar evitar las situaciones que les resulten estresantes en lugar de aprovechar esta oportunidad para aprender a gestionarlas. En otros casos, según la percepción de los progenitores, consigue canalizar esos nervios en activación, algo beneficioso de cara a la competición.

En general los/as padres y madres perciben que la presión que sienten sus hijos/as proviene de la competición y de cómo la interpretan, esto estaría relacionado con el término de ansiedad cognitiva, definida ésta, como el componente mental de la ansiedad, y que es causada por expectativas negativas sobre el éxito o por autoevaluación negativa (Craft et al., 2003). Weiss et al., (1989), encontraron relaciones positivas entre las preocupaciones cognitivas precompetitivas en jóvenes gimnastas y las preocupaciones acerca de una evaluación negativa por parte de sus progenitores.

El modo en que los padres se involucran en el deporte de sus hijos ya sea a través del apoyo o la presión, constituye uno de los más importantes predictores de la continuidad de la participación deportiva de los niños (Turman, 2007).

En el presente estudio más de la mitad de los casos consideran que no presionan a sus hijos/as pero seguidamente exponen una situación (alimentación, esfuerzo, compromiso, asistencia a entrenamientos, etc.) en la que quizá el/la niño/a sí lo haya podido interpretar o sentir así. Los atletas jóvenes y sus padres y madres tienen muy diferentes puntos de vista sobre qué comportamientos son de apoyo y el niño responderá en función del modo en que perciba la actitud de sus padres, sin importar sus intenciones reales (Lee & MacLean, 1997).

### VI.3. ESTUDIO 3: "DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN DE LA HERRAMIENTA DE FEEDBACK TÉCNICO"

Este estudio se centra en la creación y validación de planillas de feedback técnico en las diferentes pruebas del atletismo diferenciando por categorías (sub 14, sub 16 y sub 18), para poder generar, a través de ellas, informes técnicos centrando así hacia el proceso a entrenadores, padres y atletas.

Metodológicamente, la observación en el deporte es particularmente adecuada para la implementación de herramientas que evalúen el comportamiento del deportista. Entre las ventajas de esta metodología podemos destacar su flexibilidad, su capacidad de adaptación a diferentes situaciones y su rigor en la operacionalización de los datos en la valoración en un contexto natural, recogiendo los datos de forma sencilla y no invasiva (Louro et al, 2010).

El rendimiento en el atletismo depende de la condición física y de la técnica del deportista en la prueba concreta en la que se desempeña. Las herramientas de análisis técnico que se desarrollan están en consonancia con las edades de los sujetos del estudio, adaptando su complejidad al desarrollo madurativo y cognitivo de las distintas categorías y respetando sus fases sensibles.

Para lograr un análisis del movimiento técnico del deportista, es necesario definir la secuenciación de las fases del movimiento y las acciones motoras específicas, así como una escala evaluativa que pueda acoger las diferentes posibilidades que pueden darse en el entorno natural a evaluar. De esta manera los entrenadores pueden contar con un instrumento fácil de aplicar, con pocos recursos a emplear y con importantes resultados para el control del desempeño técnico de sus atletas.

Tal y como indica Bulgner y Housner (2007) las valoraciones cualitativas son indispensables a la hora de desarrollar un instrumento. Para la validación de las planillas de feedback técnico se han seguido las recomendaciones básicas de Dunn et al., (1999) que son las siguientes: (1) establecer los criterios de selección de los jueces expertos; (2) el número de jueces que comprenden el panel de expertos; (3) el procedimiento usado por los jueces para valorar la validez de contenido; (4) los procedimientos estadísticos o cuantitativos para evaluar las puntuaciones de los jueces; y (5) los criterios de selección utilizados para determinar si los ítems se mantienen, se modifican o se eliminan de la propuesta final de ítems para ser incluidos en el cuestionario.

Para que el proceso de validación del instrumento sea satisfactorio, se utilizó a jueces expertos en cada una de las pruebas que evaluaban. Debido a la complejidad de contar con la colaboración de un número alto de jueces que cumplieran con los criterios de inclusión y en base a que Lynn (1986) establece, que el número mínimo de expertos para evaluar la validez de contenido de un instrumento es de 3, se utilizaron 3 personas para realizar las evaluaciones de las planillas de feedback técnico, en las pruebas que eran expertas, alcanzando una participación total de 18 jueces expertos.

Los jueces evaluaron evaluar el contenido de las planillas de evaluación en función de su claridad, coherencia, relevancia y suficiencia (Escobar-Pérez & Cuervo-Martínez, 2008), y a través del coeficiente V de Aiken (1985) se decidió que los ítems con un valor menor a .68 serían eliminados, los ítems con valor .68-.78 serían reformulados y los ítems con un valor superior a .78 serían mantenidos en las planillas de evaluación (García-Martín et al., 2016), estos valores resultan más exigentes que los propuestos por muy superiores a los propuestos por Penfield y Giacobbi (2004) o Aiken (1985). Además, se añadieron ítems en los casos donde la valoración del componente de suficiencia fue menor a .68.

Dividiendo la evaluación las planillas por sectores, encontramos que en el sector de carreras se mantienen el 97,6% de los ítems con modificaciones en un 8,7% de ellos, en las planillas de vallas se mantiene el 100% de los ítems con modificaciones en un 16,1% de ellos y en las planillas de marcha se mantiene el 95,7% de los ítems de los cuales se modifican el 27,6% y en se añaden 2 ítems en total en base a la recomendación de los expertos.

En el sector de saltos, en las planillas de longitud se mantiene el 100% de los ítems, realizando modificaciones en el 10,3% de ellos y se añaden 9 ítems en total en base a la recomendación de los expertos. En las planillas de triple salto se mantienen el 100% de los ítems, modificando el 9,5% de ellos, además se añaden 6 ítems en total en base a las recomendaciones de los expertos. Mientras, en las planillas de la prueba de altura, se mantiene el 100% de los ítems, se modifica el 11,3% de ellos y se añaden 5 ítems en base a las recomendaciones de los expertos.

Para finalizar, dentro del sector de lanzamientos, en las planillas de las pruebas de Peso y Martillo, se mantienen el 100% de los ítems sin ninguna modificación. En las planillas de la prueba de Disco, se mantiene el 100% de los ítems con modificaciones en el 11,1% de ellos y en base a las recomendaciones de



los expertos se añaden 3 ítems más. Y por último en las planillas de la prueba de Jabalina se mantiene el 100% de los ítems con modificaciones en el 15,5% de ellos.

Es destacable que, de los 717 ítems en total de todas las planillas de feedback creadas solo se procedió a la eliminación de 3 ítems que estaban por debajo del índice establecido ( $<.68$ ), por lo que se puede considerar que los instrumentos creados tienen una alta validez.

Aunque se cumplieron los criterios de suficiencia, se decidió añadir ítems o información extra, proporcionada por los expertos, para crear instrumentos de observación de la máxima calidad posibles.

Resulta comprometido realizar un registro observacional directo, ya que la velocidad a la que se suceden las acciones técnicas hace que sea ciertamente compleja su observación con altos niveles de fiabilidad. Por ello es necesario que la herramienta recoja información fiable y que el observador que la utilice tenga un buen conocimiento de la técnica de la prueba a evaluar.

Los sistemas de observación que posibilitan la realización de una valoración objetiva de lo que sucede durante la ejecución deportiva, nos permite tomar decisiones adecuadas para optimizar los procesos de entrenamiento y por ende mejorar el rendimiento del deportista (Gorospe et al., 2005).

Establecer situaciones de aprendizaje enfocadas a la mejora técnica es muy ventajoso tanto para los deportistas de alto nivel como para los debutantes (Leser & Baca, 2009), ya que permite optimizar técnicas defectuosas o factores de condición física que están influyendo en ellas.

Proporcionar feedback específicos de ejecución se perfila como un óptimo instrumento de enseñanza (Choi et al., 2009). Facilitar este tipo de información a los deportistas puede ser clave para que establezcan expectativas realistas de ejecución

a partir de las cuales poder comparar su proceso y evolución, y conseguir a través de ello una sensación de competencia orientada al proceso y la mejora personal y con ello una mayor autoconfianza basada en fuentes de información estables.

#### VI.4. EFECTOS DE LA HERRAMIENTA DE FEEDBACK TÉCNICO EN LA AUTOCONFIANZA, ORIENTACIÓN COMPETITIVA Y ADHERENCIA DEPORTIVA EN ATLETAS DE CATEGORÍAS SUB 14 A SUB 18"

El propósito principal de este estudio, fue conocer los efectos de la herramienta de feedback técnico en la orientación competitiva y en la autoconfianza de atletas de categoría sub 14 a sub 18.

Para dar respuesta al primer objetivo, realizamos un análisis de las correlaciones entre la autoconfianza rasgo y la orientación competitiva tanto al inicio como al final de la temporada, distinguiendo por grupo de estudio.

En el grupo experimental, los resultados revelan que, a diferencia del primer estudio, no se encontraron correlaciones significativas entre las variables de estudio al inicio de temporada, pero se evidenció un cambio tras el tratamiento al final de temporada, aumentando las correlaciones y volviéndose significativa la relación de la autoconfianza rasgo con la orientación a la tarea y con la orientación al ego, mostrando igualmente una correlación significativa entre la autoconfianza rasgo al inicio y final de temporada.

Centrando el análisis en el grupo control, las tres variables analizadas mostraron correlaciones significativas entre las mediciones realizadas al inicio y final de la temporada, siendo alta para la autoconfianza rasgo inicial y final, y moderada para la orientación a la tarea y al ego, inicial y final de temporada. Se encontraron además, correlaciones moderadas significativas entre la autoconfianza rasgo y la orientación a la tarea, mientras que la correlación de la autoconfianza con

la orientación al ego paso de una correlación muy baja al inicio de la temporada, a una correlación moderada y significativa al final.

Estos resultados pueden indicar un efecto sobre la autoconfianza rasgo, a través de la administración a los deportistas de un feedback técnico orientado a la tarea, mientras que los deportistas que no obtuvieron dicho feedback, guiaron su autoconfianza hacia una orientación al ego.

Es posible encontrar evidencias que demuestran que la retroalimentación ofrecida por los entrenadores puede modificar tanto la orientación competitiva de los deportistas, como su percepción de confianza. Cecchini et al, (2004), en relación con la orientación hacia el logro de objetivos, han destacado el importante papel de las personas significativas en el entorno deportivo, como el entrenador. La retroalimentación interpersonal proporcionada por los entrenadores, desempeña un papel fundamental al ayudar al sujeto a comprender qué es el "éxito" en su nivel de competencia, siendo un factor importante en el desarrollo de la autoeficacia. (Saville et al, 2014). En un estudio experimental realizado por Gagnon-Dolbec et al., (2022), se manipuló la retroalimentación sobre el rendimiento para investigar el efecto de la confianza en el deporte, encontrando que la confianza estaba influenciada por la retroalimentación, ya fuera de manera negativa o positiva.

En los análisis de género en las diferentes categorías diferenciando por grupo de estudio, solo se encontraron diferencias, en la categoría sub 14 del grupo experimental al inicio de temporada, y a final de temporada en la categoría sub 16 del grupo control, donde las mujeres puntuaron significativamente más alto que los hombres en la orientación a la tarea.

Por norma general, las mujeres suelen puntuar por encima en la variable orientación a la tarea y los hombres en la orientación al ego. Pero los hallazgos sobre

las relaciones entre el género y la búsqueda de objetivos han sido inconsistentes en la investigación científica, ya que, en función de la edad de la muestra, el tipo de deporte y el cuestionario utilizado, los resultados pueden variar. Hay estudios donde no aparecen diferencias significativas entre el género en la orientación competitiva (Carlin et al., 2009; Guan et al., 2023; Vealey, 1988; Vosloo et al., 2009), estudios donde existen diferencias significativas a favor de las mujeres en la orientación de la tarea (Gill & Dzewaltowski, 1988; Hanrahan & Biddle, 2002; Hanrahan & Cerin, 2008), y/o a favor de los hombres en la orientación al ego (Gill & Dzewaltowski, 1988; Hanrahan & Biddle, 2002; Li et al., 1996; Marsh, 1994; Treasure & Roberts, 1994).

En cuanto a la variable de autoconfianza rasgo, la mayoría de los estudios muestran diferencias significativas en cuanto al género, donde los hombres muestran niveles de autoconfianza más altos (Vealey, 1988; Vosloo et al, 2009; Babic et al., 2014; Assar et al., 2022). En este caso, al igual que el primer estudio de este trabajo, no se hallaron diferencias significativas entre género, siguiendo la línea de los resultados encontrados por diferentes autores (Pozo, 2007; Fradejas et al, 2016).

En su metanálisis, Lirgg (1991), sugiere que las mujeres tendrán menos confianza que los hombres cuando la tarea está orientada a los hombres, de manera que, el considerar al Atletismo como un deporte neutro, puede ayudar a que, aunque haya mayor puntuación en la categoría masculina, estas diferencias no sean significativas.

En los análisis entre categorías diferenciando por género y grupo de estudio, dentro del género femenino, la autoconfianza rasgo inicial mostró diferencias significativas, siendo mayor la puntuación de la categoría sub 14 sobre la categoría sub 16 y sub 18 en el grupo experimental, y mayor la puntuación de la categoría sub14 que la sub 18 en el grupo control, evidenciando en ambos casos un descenso

progresivo de la autoconfianza rasgo según el aumento de categoría. Estos resultados siguen la línea de otros estudios que muestran que son los jóvenes deportistas de menor edad los que poseen mayores niveles de autoconfianza (Guillén & Álvarez-Malé, 2010). Pero estas diferencias desaparecieron a final de temporada, lo que puede deberse a que, los deportistas jóvenes o inexpertos puede que se perciban como suficientemente preparados para afrontar retos o eventos competitivos, pero luego en la práctica no resulta realmente así, por lo que al final de la temporada competitiva, la confianza tiende a disminuir en aquellos deportistas que no han cumplido con sus expectativas (Hernández et al., 2008).

Analizando las puntuaciones entre los grupos de estudio, se hallaron diferencias significativas en la categoría sub 14 para la variable autoconfianza rasgo, tanto en el género masculino y femenino, y para la orientación al ego en el género masculino, donde la puntuación del grupo experimental al final de temporada es mayor que la del grupo control. Al no existir estas diferencias al inicio de la temporada, podemos atribuir este resultado a la aplicación de la herramienta de feedback técnico en los atletas, gracias a la cual, además de conseguir una retroalimentación orientada a la tarea, se logrará una mayor atención por parte de los/as entrenadores/as, lo que resulta importante, ya que como se ha evidenciado en el primer estudio, las fuentes de confianza sociales era las más valoradas por los deportistas.

Teniendo en cuenta el entorno socialmente construido en el que se realizan la mayoría de los deportes, la retroalimentación interpersonal que emana de personas clave como el entrenador, puede generar percepciones positivas sobre creencias de autoeficacia (Saville et al., 2014), y el aumento de ésta (Lent & López, 2002).

El hecho de que la orientación al ego aumente en el grupo experimental a final de temporada, puede tener efectos positivos sobre la adherencia al deporte.

En el estudio de Rottensteiner et al., (2015) con deportistas de 14 y 15 años, el modelo planteado reveló que cuanto más orientados a la tarea y al ego estaban los jugadores, más competentes se sentían e incluso la orientación al ego por sí sola, tuvo un efecto significativo directo y positivo sobre la persistencia en el deporte. Ya de por sí, el género masculino presenta mayores expectativas positivas de comparación social con respecto a las destrezas deportivas y la competición que el género femenino, (Ebbeck 1990; Eccles & Harold, 1991; Vealey et al., 1998), por lo que al ser en esta categoría donde aparece la posibilidad de acceder a un Campeonato de España, es posible que los atletas interpreten la información obtenida a través de la herramienta de feedback o las instrucciones del entrenador, como elementos a trabajar de cara a mejorar el rendimiento deportivo con una orientación más competitiva que puede servir como motivación para que los atletas jóvenes sigan participando en el deporte.

Por último, para dar respuesta al objetivo de comprobar el efecto de la herramienta de feedback orientado a la tarea, en la orientación competitiva, la autoconfianza y la adherencia, se realizaron análisis de medidas repetidas, diferenciando por género, categoría y grupo de estudio.

Dentro del grupo control se hallaron diferencias significativas en la variable de autoconfianza rasgo, con indiferencia del género, siendo esta menor al final de temporada, y en la variable orientación a la tarea en el género femenino, siendo de igual manera menor a final de temporada.

Mientras que, en el grupo experimental, aparecen diferencias significativas dentro del género masculino en la variable de autoconfianza rasgo, siendo esta mayor al final de temporada, y en el género femenino en la variable orientación a la tarea, siendo esta menor a final de temporada, aunque esta disminución fue más baja que la del grupo control.

En este sentido, investigaciones anteriores sugieren que las mujeres podrían beneficiarse menos que los hombres al recibir retroalimentación orientada a la promoción (Deci, 1972). Kingston et al., (2010) sugieren que, las mujeres dependen más de fuentes que contribuyen a un clima positivo y que fomente los logros, que los atletas masculinos. La herramienta de feedback utilizada está orientada hacia un feedback descriptivo y evaluativo, de manera que, aunque el grupo femenino experimental desciende en menor medida que el grupo control en las variables de estudio, probablemente se necesita más tiempo de intervención y la utilización de feedback afectivo para aumentar en mayor medida las puntuaciones.

Los resultados en el género masculino del grupo experimental, están en consonancia con los de Carpentier y Mageau (2016), cuyos resultados mostraron que cuando los atletas reciben una retroalimentación mayor de la que reciben habitualmente, experimentan mayor motivación autónoma y confianza en sí mismos. Además, Hays et al., (2007), encontraron que los hombres obtenían mayor confianza de la creencia de que el entrenador establecería un programa de entrenamiento apropiado para mejorar el rendimiento, por lo que la información obtenida a través de la herramienta de feedback de su progresión técnica, puede llevar a los atletas a esta creencia.

Los resultados del análisis de medidas repetidas, de las puntuaciones en las variables de estudio diferenciando por categoría y grupo de estudio, muestran para el grupo control, una disminución significativa de la variable autoconfianza rasgo, en la categoría sub 14 y sub16, mientras que para el grupo experimental no se encontraron diferencias significativas.

En el paso de la categoría sub 14 a sub 16 y sub 16 a sub 18 es donde se produce la mayor cantidad de abandono deportivo, siendo por tanto lógico que sea

en estas categorías donde se hace más evidente la necesidad de implantar medidas de refuerzo para evitar estas cifras.

La competencia percibida, o la sensación de que uno tiene la capacidad de dominar una tarea, predice que aquellos individuos que se consideran muy competentes en una habilidad particular, persistirán más tiempo en esa habilidad y seguirán interesados en la actividad (Cervelló et al., 2007). Por el contrario, aquellos individuos que se consideran poco competentes en una habilidad particular no mantendrán la perseverancia y el interés en la tarea (Roberts et al., 1981; Whitehead et al, 2004). Burton (1992) expone la necesidad de que los entrenadores que minimicen las actuaciones que llevan a los atletas al abandono, evitando situaciones que contribuyan a una baja percepción de la capacidad de los atletas, e intentando cambiar las percepciones desadaptativas de los atletas.

En base a la continuidad de los atletas, en el análisis de medidas repetidas diferenciando por grupo de estudio, se hallaron diferencias significativas en la variable autoconfianza rasgo en el grupo control, siendo esta menor a final de temporada, tanto para los atletas que continúan como para los que abandonan el deporte, con indiferencia del género, mientras que para el grupo experimental no se encontraron diferencias significativas, siendo la autoconfianza mayor a final de temporada tanto en los atletas que continúan como los que abandonan el deporte.

Aportar mayor feedback, da a los participantes una sensación real de progreso del desempeño, ya que facilita una referencia del punto de partida, de manera que están mejor equipados para monitorear su progreso a lo largo del tiempo y hacer más juicios de eficacia mas precisos (Beattie et al., 2015). Según Bandura (1997), si los individuos no pueden monitorear su desempeño, no saben qué habilidades reclutar, cuánto esfuerzo movilizar, cuánto tiempo



mantenerlo, cuándo hacer ajustes correctivos en sus estrategias y serán menos capaces de emitir juicios informados sobre su eficacia.

Al diferenciar por géneros, dentro del grupo experimental se mostró un aumento significativo en los chicos y un descenso significativo en chicas, en la puntuación de la autoconfianza rasgo, para los/as atletas que continúan en el deporte.

En el grupo control los resultados mostraron un descenso significativo en las puntuaciones, de la autoconfianza rasgo para los chicos que continúan en el deporte, de la orientación al ego en los chicos que abandonan, y de la autoconfianza rasgo y la orientación a la tarea para las chicas que continúan en el deporte.

Resulta interesante analizar también de manera descriptiva el comportamiento de la orientación competitiva dentro de la adherencia o abandono de los atletas. Al distinguir por género, los chicos el grupo experimental que continúan en el deporte, aumentan la puntuación en todas las variables, mientras que en el grupo control, solo aumenta levemente la orientación al ego de los atletas que continúan, y disminuye el resto de variables, tanto en los sujetos que continúan como los que abandonan el deporte.

Investigaciones previas indican que el género masculino presenta mayores expectativas positivas de comparación social con respecto a las destrezas deportivas y la competición (Eccles & Harold, 1991; Vealey et al., 1998).

En el estudio de Rottensteiner et al., (2015), los datos mostraron que tanto la competencia percibida y la orientación a la tarea como la orientación del ego, de los atletas jóvenes era significativamente mayor en los atletas que continuaban en el deporte en comparación con los atletas que abandonaban. El autor argumenta que los motivos de participación, la evaluación de habilidades, la competencia o la

comparación con otros, pueden tener una relación positiva con la persistencia de los atletas jóvenes en entornos deportivos organizados.

En el caso de las chicas, la autoconfianza rasgo y la orientación a la tarea desciende en todos los casos, por lo que las diferencias se evidencian en la orientación al ego, que aumenta levemente en las atletas que continúan del grupo experimental, se mantiene en las en las atletas que continúan del grupo control y aumenta claramente en las en las atletas que abandonan del grupo control.

La autoconfianza está influida por los niveles y la relación de las variables de la orientación competitiva. Vosloo et al., (2009), informaron que los deportistas con una alta orientación a la tarea y alto ego informaron de niveles más altos de confianza en sí mismos, que aquellos con alta orientación a la tarea y bajo ego, baja orientación a la tarea y alto ego o de baja orientación a la tarea y bajo ego.

Fomentar tanto la orientación a la tarea como la orientación al ego es un prerrequisito esencial para el desarrollo de las habilidades de los atletas jóvenes, lo que a su vez tendrá efectos positivos en la motivación relativamente autónoma de los atletas jóvenes para continuar participando en deportes organizados (Rottensteiner et al., 2015). Sin embargo, si la puntuación de orientación al ego aumenta y la puntuación de orientación a la tarea disminuye a medida que uno pasa de una concepción de habilidad indiferenciada a una diferenciada, uno podría, especialmente con percepciones de habilidad bajas, suspender la participación deportiva (Vosloo et al., 2009). Investigaciones previas, encontraron que los individuos con una alta orientación al ego y una baja percepción de la capacidad serían los que tendrían más probabilidades de abandonar la actividad deportiva (Cervello et al., 2007; Ewing, 1981), por lo que es recomendable que los entrenadores enfatizen la adopción de un clima motivacional orientado a la tarea

que fomente la orientación a la tarea y la motivación autónoma, pero que no sea perjudicial para la orientación del ego de los atletas jóvenes (Biddle et al., 2003).

Los resultados obtenidos en el presente estudio indican, que la herramienta de feedback técnico utilizada provoca en el género masculino, una mejora en las puntuaciones de las variables de autoconfianza rasgo y orientación competitiva. Mientras que, en el género femenino, aunque las variables de autoconfianza rasgo y orientación a la tarea, descienden en menor medida en las atletas que recibieron el feedback que en las que no, parece que se necesita más tiempo de aplicación de la herramienta o añadir la utilización de otros tipos de feedback como el afectivo para aumentar el efecto de la persuasión verbal e incrementar la puntuación en las variables. Aun así, analizando el porcentaje de abandono deportivo dentro del género femenino, encontramos que tan solo un 9,4% del grupo experimental abandona el deporte, frente al 37,5% del grupo control, por lo que sería interesante en estudios posteriores conocer a través de análisis de regresión, qué variables y en qué medida, son predictoras de la adherencia deportiva.



## **VII – CONCLUSIONES**

■



## VII - CONCLUSIONES

El principal propósito de la presente tesis doctoral fue conocer la influencia de la autoconfianza rasgo y la orientación competitiva en la adherencia de jóvenes atletas, analizando posibles diferencias por categoría de competición, y género. A continuación, se presentan los objetivos de cada uno de los estudios contemplados en esta investigación.

### VII.1. ESTUDIO I: “VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y FASE EXPLORATORIA”

- Objetivo: (a) Adaptar y validar los cuestionarios *Fuentes de Confianza en el Deporte* (*Sources of Sport Confidence Questionnaire*. Vealey et al., 1998), el *Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego* (*Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire* or TEOSQ. Duda y Nicholls, 1992) y el *Inventario de Autoconfianza Deportiva Rasgo* (*Trait Sport-Confidence Inventory* or TSCI. Vealey, 1986).
- Se confirmó la hipótesis “Los cuestionarios *Fuentes de Confianza en el Deporte* (*Sources of Sport Confidence Questionnaire*. Vealey et al., 1998), el *Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego* (*Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire* or TEOSQ. Duda y Nicholls, 1992) y el *Inventario de Autoconfianza Deportiva Rasgo* (*Trait Sport-Confidence Inventory* or TSCI. Vealey, 1986), serán válidos y fiables”, puesto que, al examinar la validez de contenido, comprensión, y constructo de los instrumentos, los resultados mostraron una adecuada calidad psicométrica, consistencia interna, fiabilidad y bondad de ajuste.

- La versión final del *Fuentes de Confianza en el Deporte (Sources of Sport Confidence Questionnaire*. Vealey et al., 1998) (Anexo 1) comprende ocho dimensiones y se compone de 27 ítems. Se presenta, por tanto, una herramienta válida y fiable para evaluar las fuentes de confianza en el deporte.
- La versión utilizada del Cuestionario de orientación a la tarea y al Ego (*Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire* or TEOSQ. Duda y Nicholls, 1992), comprende 2 dimensiones y se compone de 16 ítems. Se presenta, por tanto, una herramienta válida y fiable para evaluar la orientación competitiva en el deporte.
- La versión utilizada del *Inventario de Autoconfianza Deportiva Rasgo (Trait Sport-Confidence Inventory* or TSCI. Vealey, 1986) comprende 1 dimensión compuesta por 13 ítems. Se presenta, por tanto, una herramienta válida y fiable para evaluar la autoconfianza rasgo en el deporte.
- Objetivo: (b) Conocer las fuentes de confianza deportiva más influyentes en los atletas de categorías sub 14 a sub 18 y como se relacionan con la autoconfianza rasgo en el deporte y la orientación competitiva.
- Se confirmó la hipótesis “*Las fuentes de confianza deportiva con mayor puntuación serán fuentes de confianza controlables y fuentes sociales*”. De manera general, las fuentes de confianza más valoradas, en las tres categorías y ambos géneros fueron, comodidad del entorno, liderazgo del entrenador, apoyo social, maestría y preparación física y mental, siendo consideradas estas dos últimas como fuentes de confianza controlables y las restantes como fuentes sociales.



## CAPÍTULO VII – CONCLUSIONES

- Se confirmó la hipótesis “*Existe una correlación significativa y positiva de la autoconfianza rasgo y la orientación a la tarea con la fuente de confianza Preparación física y Mental y con la dimensión de logro*”. Los resultados muestran una correlación significativa de la Autoconfianza rasgo y la orientación a la tarea, positiva y moderada, con la variable preparación física y mental y con la dimensión de logro. Por su parte la orientación a la tarea también presentó correlaciones significativas, positivas y moderadas con las fuentes de confianza maestría y Apoyo social, siendo estas fuentes de las más importantes para los atletas en estas categorías.
- Se confirmó la hipótesis “*Existe una correlación significativa y positiva entre la orientación al Ego y la fuente de confianza demostración de la habilidad*”. Por su parte, la orientación al ego mostró una correlación moderada con la variable demostración de la habilidad, Por su parte, la orientación al ego mostró una correlación moderada con la variable demostración de la habilidad, mientras que con el resto de las variables las correlaciones fueron de bajas a muy bajas, incluso llegando a ser negativas con la experiencia vicaria y comodidad del entorno. Las correlaciones con las variables pertenecientes a la dimensión clima social no resultaron significativas, incluyendo la correlación con dicha dimensión.
- Objetivo: (c) Identificar las relaciones de la autoconfianza rasgo con la orientación competitiva.
- Se confirmó la hipótesis “*Existe una correlación significativa y positiva entre la autoconfianza rasgo y las variables de orientación competitiva*”. Los resultados muestran correlaciones significativas de la Autoconfianza rasgo con las variables de orientación competitiva, siendo positiva y baja con la orientación a la tarea y positiva y muy baja con la orientación al ego.

- Objetivo: (d) Examinar si existen diferencias significativas entre género o categoría en las variables de estudio.
- Se confirma parcialmente la hipótesis *“Existen diferencias significativas de género en la puntuación de las fuentes de confianza deportiva demostración de la habilidad, maestría y Preparación física y Mental”*. Se encontraron diferencias significativas en las categorías sub 16 y sub 18, donde los chicos puntuaron más alto que las chicas en la variable demostración de la habilidad. En cambio no existieron diferencias significativas de género en ninguna de las tres categorías en las variables maestría y Preparación física y Mental.
- Se confirma parcialmente la hipótesis *“Existen diferencias significativas de género en la puntuación de la autoconfianza rasgo y la orientación competitiva”*. En la variable autoconfianza rasgo, no se hallaron diferencias significativas en función de la edad o el género, mientras que en la orientación competitiva, se encontraron diferencias significativas en las 3 categorías para la orientación a la tarea, donde las chicas puntuaron más alto que los chicos, y para la orientación al ego en la categoría sub 16, donde la puntuación de los chicos fue mayor.

Diferenciando en base a la continuidad en el deporte, encontramos que, se hallaron diferencias significativas entre género en los atletas que continúan en el deporte, en la categoría sub 16 en orientación a la tarea a favor del género femenino y en la fuente de confianza demostración de la habilidad a favor del género masculino, y en la categoría sub18, a favor de los chicos en la autoconfianza rasgo y a favor de las chicas en la orientación a la tarea y la dimensión de logro.

- Se confirma la hipótesis *“No existen diferencias significativas por categorías en las fuentes de confianza deportiva”*. Los resultados muestran que en la

## CAPÍTULO VII – CONCLUSIONES

categoría sub 14 la fuente de confianza más valorada es apoyo social y en la categoría sub 16 comodidad del entorno, ambas con independencia del género, mientras que en la categoría sub 18 la fuente de confianza más valorada es liderazgo del entrenador para los chicos y comodidad del entorno para las chicas, pero en ningún caso de los anteriormente descritos las diferencias fueron significativas.

- Se confirma parcialmente la hipótesis *“La autoconfianza rasgo descenderá de la categoría sub 14 a la categoría sub 18”*. No existen diferencias significativas según categoría, en la variable autoconfianza rasgo. Diferenciando por género encontramos que, en el género femenino la autoconfianza rasgo disminuye progresivamente desde la categoría sub 14 a sub 18, mientras que en el género masculino aumenta de la categoría sub 14 a sub 16 y aunque desciende de la categoría sub 16 a sub 18, sigue siendo más alta que en la categoría sub 14.
- Se confirmó parcialmente la hipótesis. *“No existen diferencias significativas según categoría, en las variables de orientación competitiva”*, ya que únicamente se encontraron diferencias significativas en la orientación a la tarea en las atletas que continuaban en el deporte, puntuando más alto en la categoría sub 16 que en la sub 14.
- Objetivo: (e) Analizar la relación de las fuentes de confianza deportiva, la autoconfianza rasgo y la orientación competitiva con el abandono deportivo según género y categoría.
- Se confirma parcialmente la hipótesis *“Los atletas que continúan en el deporte tendrán puntuaciones más altas en la dimensión de logro de las fuentes de confianza, en la orientación a la Tarea y a la autoconfianza en el deporte que los atletas que abandonan”*. En el género masculino, las

puntuaciones en las variables autoconfianza rasgo, orientación a la tarea y la dimensión de logro de las fuentes de confianza en el deporte, son mayores en los atletas que continúan que en los que abandonan. Del mismo modo, en la categoría sub 16 femenina, las atletas que continúan en el deporte obtienen puntuaciones más altas en la dimensión de logro, la orientación a la Tarea y a la autoconfianza en el deporte, que las atletas que abandonan la actividad deportiva, siendo incluso esta diferencia significativa. Pero no ocurre de igual manera, en las categorías sub 14 y sub 18 del género femenino, donde la autoconfianza rasgo en las atletas que abandonan el deporte es mayor que en las atletas que continúan. Esto puede ser debido a unas expectativas irreales, ya que en las variables orientación a la tarea y la dimensión de logro de las fuentes de confianza en el deporte resulta el caso contrario.

Por último, analizando la relación de las fuentes de confianza deportiva con el abandono deportivo según género y categoría, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas en las fuentes de confianza deportiva del género masculino entre los deportistas que continúan o abandonan el deporte. Pero si en el género femenino, donde las atletas de la categoría sub 18 que continúan en el deporte, puntuaron significativamente más alto, en la fuente de confianza comodidad del entorno, que las atletas que abandonan el deporte.

## VII.2. ESTUDIO II: “DESARROLLO Y REALIZACIÓN DE ENTREVISTAS”

- Objetivo: (f) Analizar las percepciones de padres y madres sobre la participación de sus hijos/as en el deporte.
- Se confirma la hipótesis “*Los padres/madres que practican deporte tendrán una valoración más positiva y darán mayor valor a la participación deportiva de sus hijos/as*”. La mayoría de los/las sujetos entrevistados/as practican o han practicado deporte durante su vida, incluso algunos de los/as entrevistados/as aprovechan el tiempo de entrenamiento de sus hijos/as para realizar práctica deportiva, incluso practican junto con otros/as padres y madres de los compañeros/as de entrenamiento de sus hijos/as. A todos los padres y madres entrevistados/as les complace que sus hijos/as practiquen deporte, principalmente porque es saludable y fomenta las relaciones sociales, pero también en gran parte porque mantiene a sus hijos/as alejados/as de ambientes negativos y de malos hábitos. Todos los/as entrevistados/a coinciden en que el deporte enseña y trabaja valores que son necesarios y transferibles a otros ámbitos de la vida, tales como el esfuerzo, compañerismo, responsabilidad, gestionar la derrota y llevar una vida sana. Algunos de los/as entrevistados/as aprovechan el tiempo de entrenamiento de sus hijos/as para realizar práctica deportiva, incluso practican junto con otros/as padres y madres de los compañeros/as de entrenamiento de sus hijos/as.
- Se confirma la hipótesis “*Los padres y madres que valoran positivamente la práctica deportiva de sus hijos/as estarán más implicados en ella*”. Muchos de los sujetos afirman tener una total implicación en la actividad deportiva de sus hijos/as, adaptando sus horarios, vida personal y deportiva para poder

cumplir con la logística en entrenamientos y competiciones, siempre que pueden. Son una minoría los padres y madres que no se sienten implicados en ese sentido por temas laborales, o que lo perciben como una pérdida de su tiempo. La mayoría dice a sus hijos/as que están muy contentos con su práctica deportiva, orgullosos de ver que se esfuerzan y de su capacidad de superación.

- Se confirma la hipótesis *“Los padres y madres que valoran positivamente la práctica deportiva de sus hijos/as no verán como negativa la afectación a su vida personal por dicha práctica”*. Algunos padres comparten la actividad deportiva con sus hijos/as, comenzando gracias a que sus hijos/as se iniciaron en el deporte. Todos/as los entrevistados/as coinciden en que les repercute principalmente en su tiempo; pero, en la mayoría de los casos, lo ven como algo positivo y satisfactorio, ya que lo importante es ver disfrutar a sus hijos/as. Así que organizan su vida social y familiar en torno al deporte; en las competiciones aprovechan para hacer turismo o deporte en la zona. Incluso, algunos progenitores van a entrenar con sus hijos/as fuera del horario de la escuela o aprovechan el tiempo de entrenamiento de la escuela para hacer ellos/as deporte. Además, supone una vida saludable para sus hijos/as y les aparta de otras actividades menos aconsejables. De manera más aislada, encontramos casos donde lo ven como algo negativo porque al atletismo se suman otras actividades de varios hijos; otros lo consideran un esfuerzo que reduce su tiempo personal, que se ha de ver compensado con la seriedad en que su hijo/a viva el deporte; y en un caso, la implicación es nula y por lo tanto no le afecta en su tiempo.
- Se confirma la hipótesis *“Existirá una escasa relación de padres/madres con el/la entrenador/a de sus hijos/as y la información que recibirán sobre el*

proceso será baja”. Existe una escasa relación entre padres y madres y entrenadores/as. Aunque los consideran accesibles, en la mayoría de los casos, solo tienen comunicación en persona en las competiciones. Aparte de la información general que se recibe por whatsapp, pueden acercarse a hablar con los entrenadores/as, si suceden situaciones especiales, como lesiones o falta de motivación en sus hijos/as. Todos/as coinciden que no reciben ningún tipo de información técnica sobre el proceso y evolución de sus hijos/as, algunos/as lo consideran necesario y otros no, pero todos/as agradecerían esa información al menos una vez al trimestre. Ninguno de los padres o madres entrevistados conocían la formación de los técnicos/as de sus hijos/as. En general pensaban que estaban bien formados porque sus hijos/as están contentos/as, progresan y mejoran marcas.

- Se confirma la hipótesis *“La mayoría de los padres y madres dan consejos o directrices a sus hijos/as sobre su participación deportiva”*. Cada padre o madre tiene su forma peculiar de comunicarse con su hijo/a pero, de manera general, se puede distinguir una vertiente psicológica o emocional y otra parte más directiva, en lo referente a recomendaciones o consejos técnicos para preparar o corregir la actuación de la competición. Hay sujetos que trasladan ambos mensajes, otros se decantan sólo por uno. Algunos padres no dan indicaciones técnicas porque no conocen la disciplina; en un caso, la hija no le deja, solo quiere escuchar a sus entrenadores/as. En todos los casos los/las padres y madres dan un feedback a sus hijos después de competir. En época competitiva, algunos sujetos hablan de estrategia competitiva, alimentación y descanso, y si ha ido mal la competición, intentan centrar a los hijos/as más en la mejora personal que en la comparación con los demás. Si la actuación era la esperada o deseada, lo celebran y felicitan a sus

hijos/as; si no se cumplen las expectativas, intentar animarlos/las y orientar la experiencia hacia el proceso de mejora personal. En casos aislados, restan importancia a los resultados o a la competición, para evitar la decepción de sus hijos/as. También puede aparecer un feedback negativo por parte de los padres y madres, si creen que no se ha alcanzado el resultado debido a que el/la atleta no estaba centrado/a en la competición, o no se ha esforzado lo suficiente.

- Se confirma la hipótesis *“La mayoría de los padres y madres perciben que sus hijos/as se sienten apoyados/as en su deporte”*. Los/as entrevistados/as coinciden de manera casi unánime, en que sus hijos/as perciben que su actividad deportiva hace felices a sus progenitores; que su presencia en competiciones y entrenamientos, hace que se sientan más seguros/as y están contentos, satisfechos y agradecidos de su implicación; aunque, en muchas ocasiones, no lo verbalizan, o simplemente creen que es algo implícito en las obligaciones de ser padre o madre.
- Se confirma la hipótesis *“La mayoría de los padres y madres tienen unas expectativas de rendimiento sobre la participación de sus hijos/as, más bajas que las de los/as propios atletas”*. Aunque existen diferentes tipos de relaciones en cuanto a las expectativas de padres/madres e hijos/as, superan en número los progenitores que piensan que sus hijo/as no llegarán lejos en el deporte competitivo, aunque de igual manera, les gustaría que sus hijos/as continuasen en el deporte.
- Se confirma la hipótesis *“La competición será percibida por los padres y madres como causante de presión en sus hijos/as”*. En pocos casos, padres y madres declaran que sus hijos/as están tranquilos y sin nervios a la hora de enfrentar la competición. La mayoría de atletas están nerviosos antes de



## CAPÍTULO VII – CONCLUSIONES

competir; unos, con nervios que sirven de activación competitiva; y otro, con nervios que les afecta negativamente en el sueño, alimentación y estado físico. En algún caso explican que sus hijos/as combaten estas sensaciones mediante una rutina que les ayuda a estar más centrados y calmados. En otros casos, los/as padres y madres opinan que si la competición es estresante deja de ser una buena opción.

## VII.3. ESTUDIO III: “DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN DE LA HERRAMIENTA DE FEEDBACK TÉCNICO”

- Objetivo: (g) Crear y validar planillas de feedback técnico en las diferentes pruebas del atletismo diferenciando por categorías (sub 14, sub 16 y sub 18), y generar, a través de ellas, informes técnicos centrando así hacia el proceso a entrenadores, padres y atletas.
- Se confirma la hipótesis “*La planillas de feedback técnico en las diferentes pruebas del atletismo diferenciando por categorías (sub 14, sub 16 y sub 18) serán validas y fiables*”. En base a los resultados de la valoración de las planillas de feedback técnico por parte de los expertos, se llevaron a cabo las modificaciones y adaptaciones necesarias para lograr una adecuada calidad psicométrica y validez de contenido, comprensión, claridad, relevancia, coherencia y suficiencia. Es destacable que, de los 717 ítems en total de las 30 planillas de feedback creadas (Anexos 5-30), solo se procedió a la eliminación de 3 ítems que estaban por debajo del índice establecido ( $<.68$ ), y la modificación del 10,3% de los ítems, por lo que se puede considerar que los instrumentos creados tienen una alta validez. Además, aunque se cumplieron los criterios de suficiencia, se decidió añadir ítems o información extra, proporcionada

por los expertos, para crear instrumentos de observación de la máxima calidad posible.

VII.4. ESTUDIO IV: “EFECTOS DE LA HERRAMIENTA DE FEEDBACK TÉCNICO EN LA AUTOCONFIANZA, ORIENTACIÓN COMPETITIVA Y ADHERENCIA DEPORTIVA EN ATLETAS DE CATEGORÍAS SUB 14 A SUB 18

- Objetivo: (h) Analizar la relación entre la autoconfianza rasgo y la orientación competitiva según género y categoría.
- Se confirma la hipótesis “*Existe una correlación significativa y positiva entre la autoconfianza rasgo y la orientación a la tarea*”. En el grupo experimental, los resultados revelan que, a diferencia del primer estudio, no se encontraron correlaciones significativas entre las variables de estudio al inicio de temporada, pero se evidenció un cambio tras el tratamiento al final de temporada, aumentando las correlaciones y volviéndose significativa la relación de la autoconfianza rasgo con la orientación a la tarea y con la orientación al ego. Centrando el análisis en el grupo control, se encontraron correlaciones moderadas significativas entre la autoconfianza rasgo y la orientación a la tarea tanto al inicio como al final de temporada, mientras que la correlación de la autoconfianza con la orientación al ego no resultó significativa ni al principio ni al final de temporada.
- Objetivo: (i) Examinar si existen diferencias significativas entre género o categoría en las variables de estudio.
- Se confirma la hipótesis “*No existirán diferencias significativas entre géneros en las variables autoconfianza rasgo y orientación al ego*”. De manera general el género masculino puntúa por encima del femenino en las variables

## CAPÍTULO VII – CONCLUSIONES

autoconfianza rasgo y orientación al ego, pero en ningún caso las diferencias son significativas.

- Se confirma parcialmente la hipótesis *“La orientación a la tarea será más alta en el género femenino que en el género masculino”*. Solo se encontraron diferencias, en la categoría sub 14 del grupo experimental al inicio de temporada, y a final de temporada en la categoría sub 16 del grupo control, donde las mujeres puntuaron significativamente más alto que los hombres en la orientación a la tarea, por lo que en líneas generales no existen diferencias significativas entre géneros en la orientación a la tarea.
- Se confirma la hipótesis *“No existirán diferencias significativas entre categorías en las variables orientación a la tarea y Orientación al ego”*. Aunque no existen diferencias significativas, de manera general tanto la orientación a la tarea como la orientación al ego aumentan desde la categoría sub 14 a la sub 18.
- Se confirma parcialmente la hipótesis *“La autoconfianza rasgo inicial descenderá de la categoría sub 14 a la categoría sub 18 en el género femenino”*. Dentro del género femenino, la autoconfianza rasgo inicial mostró diferencias significativas, siendo mayor la puntuación de la categoría sub 14 sobre la categoría sub 16 y sub 18 en el grupo experimental, y mayor la puntuación de la categoría sub 14 que la sub 18 en el grupo control, evidenciando en ambos casos un descenso progresivo de la autoconfianza rasgo según el aumento de categoría. Pero estas diferencias desaparecieron a final de temporada, lo que puede deberse a que, sobre todo los/las atletas de la categoría sub 18 aumentan su confianza a final de temporada, debido al trabajo en un grupo de especialización, y porque los deportistas jóvenes o inexpertos puede que se perciban como suficientemente preparados para afrontar retos o eventos competitivos, pero luego en la práctica no resulta

realmente así, por lo que al final de la temporada competitiva, la confianza tiende a disminuir en aquellos deportistas que no han cumplido con sus expectativas (Hernández et al., 2008).

- Objetivo: (j) Comprobar el efecto de la herramienta de feedback orientado a la tarea en la orientación motivacional, la autoconfianza y la adherencia deportiva en atletas, diferenciando por género y categoría.
- Se confirma parcialmente la hipótesis *“La aplicación de la herramienta de feedback técnico aumentará la autoconfianza rasgo y la orientación a la tarea de manera significativa”*. Los resultados del análisis de medidas repetidas, de las puntuaciones en las variables de estudio diferenciando por categoría y grupo de estudio, muestran para el grupo control, una disminución significativa de la variable autoconfianza rasgo, en la categoría sub14 y sub16, mientras que para el grupo experimental no se encontraron diferencias significativas. Diferenciando por género, encontramos que en el grupo experimental, existen diferencias significativas en la variable de autoconfianza rasgo, siendo esta mayor al final de temporada, pero solamente en el género masculino. En el género femenino las diferencias significativas se encuentran en la variable orientación a la tarea, siendo esta menor a final de temporada, aunque esta disminución fue más baja que la del grupo control. Dentro del grupo control se hallaron diferencias significativas en la variable de autoconfianza rasgo, con indiferencia del género, siendo esta menor al final de temporada, y en la variable orientación a la tarea en el género femenino, siendo de igual manera menor a final de temporada, por lo que podemos deducir que tanto la autoconfianza como la orientación a la tarea siguen una tendencia a disminuir a lo largo de la temporada, y lo que ha conseguido la herramienta de feedback en el género

## CAPÍTULO VII – CONCLUSIONES

femenino ha sido que esa disminución fuera menor, pero aun queda trabajo por hacer para conseguir aumentar esas variables con las chicas.

- Se confirma la hipótesis “El porcentaje de atletas que abandonan el deporte será significativamente más bajo en los/as atletas del grupo experimental”. Encontramos diferencias significativas entre los grupos de estudio en el porcentaje de abandono, donde los/las atletas del grupo experimental abandonan el deporte en menor medida que los/las del grupo control, con indiferencia de género. Distinguiendo por categorías, solo en la categoría sub 18 los porcentajes de atletas que abandonan y continúan son iguales en ambos grupos de estudio, mientras que en las categorías sub 14 y sub 16, el porcentaje de atletas que abandonan el deporte es significativamente menor en el grupo experimental. Es en el paso de la categoría sub 14 a sub 16 y sub 16 a sub 18 es donde se produce la mayor cantidad de abandono deportivo, siendo por tanto lógico que sea en estas categorías donde se hace más evidente la necesidad de implantar medidas de refuerzo para evitar estas cifras.

Se confirma parcialmente la hipótesis “Los atletas que continúan en el deporte tendrán una autoconfianza rasgo y una orientación a la tarea más altas que los atletas que abandonan el deporte”. De manera general, el grupo experimental puntúa más alto al final de temporada en las variables autoconfianza rasgo y orientación a la tarea, excepto en el género masculino de la categoría sub 18 donde es el grupo control quién puntúa por encima. Analizando las puntuaciones entre los grupos de estudio, se hallaron diferencias significativas en la categoría sub 14 para la variable autoconfianza rasgo, tanto en el género masculino y femenino, y para la orientación al ego en el género masculino, donde la puntuación del grupo experimental al final de temporada es mayor que la del grupo control. Al no existir

estas diferencias al inicio de la temporada, podemos atribuir este resultado a la aplicación de la herramienta de feedback técnico en los atletas, gracias a la cual, además de conseguir una retroalimentación orientada a la tarea, se logrará una mayor atención por parte de los/as entrenadores/as, lo que resulta importante, ya que como se ha evidenciado en el primer estudio, las fuentes de confianza sociales era las más valoradas por los deportistas.

## **VIII - LIMITACIONES Y FUTURAS LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN**





CAPÍTULO VIII – LIMITACIONES Y FUTURAS LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN  
**VIII - LIMITACIONES Y FUTURAS LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN**

VIII.1. ESTUDIO I: “VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y FASE EXPLORATORIA”

La principal limitación del estudio ha sido el pequeño tamaño de la muestra, lo que dificulta la generalización de los hallazgos. En un primer momento, se trató de que los sujetos de los clubs de atletismo seleccionados cumplimentaran los cuestionarios vía online, pero debido a la baja participación, se optó efectuar la toma de datos de manera presencial. Para futuras investigaciones se puede contactar con las Federaciones autonómicas para que fomenten la participación de los clubs de las diferentes comunidades y conseguir una mayor muestra.

Si bien la presente tesis doctoral ofrece tres instrumentos de evaluación válidos y fiables, sería conveniente considerar el cuestionario “Fuentes de Confianza en el Deporte” (Sources of Sport Confidence Questionnaire. Vealey et al., 1998) (Anexo 1), como una primera aproximación de este, al deporte del atletismo en categorías menores en el contexto español, ya que el instrumento original de Vealey (1998) ha sido adaptado en nuestro país a otros deportes, siendo la carga factorial diferente y manteniendo menor número de ítems que la propuesta actual, por lo que sería aconsejable que sea aplicado en una muestra mayor y de mayor extensión geográfica, para reafirmar la validez y la fiabilidad del mismo.

Aunque los dominios establecidos por Vealey et al., (1998) pueden ayudar a diseñar intervenciones generales, los hallazgos obtenidos, junto con investigaciones previas, sugieren que las clasificaciones de dominios propuestas por los autores originales, pueden no ser particularmente útiles, por lo que investigaciones futuras podrían considerar una clasificación más apropiada de delimitar las fuentes de confianza, como por ejemplo; fuentes adaptativas, desadaptativas y sociales, que posea una mayor validez predictiva.

Por otro lado, el cuestionario “Fuentes de Confianza en el Deporte” (Sources of Sport Confidence Questionnaire. Vealey et al., 1998) nos da una idea de que fuentes de confianza son más importantes para los deportistas, pero no nos da información sobre cuál es el nivel de satisfacción de los deportistas con dichas fuentes para conocer donde se ha de enfocar el trabajo de mejora para conseguir una mayor autoconfianza. Por lo que en futuras investigaciones podría diseñarse un cuestionario que cumpliera dicha función.

Además, nuestros resultados sugieren que el apoyo social es importante para la confianza de esta población de atletas. Por lo tanto, los entrenadores, familias y en entorno de los deportistas deben considerar la retroalimentación, el refuerzo y la comunicación, adaptados a cada atleta en función de sus necesidades, preferencias y niveles de confianza, para ayudar a los jóvenes a desarrollar una sólida confianza en el deporte.

Los/as atletas de este estudio demostraron diferencias por género en su concepción de la capacidad y preferencias por las fuentes de confianza. Dentro de las variables de orientación competitiva, pueden crearse perfiles según las relaciones existentes entre la orientación a la tarea y la orientación al ego, por ejemplo, orientación al ego y a la tarea alta, orientación al ego y a la tarea baja, orientación al ego alta y a la tarea baja o viceversa, al igual que la variable autoconfianza rasgo, que puede dividirse en niveles bajo, medio y alto. Investigaciones futuras pueden beneficiarse del uso del análisis de conglomerados como método para crear perfiles de objetivos que identifiquen grupos o conglomerados homogéneos en función de las características establecidas, para examinar la relación entre los distintos perfiles de orientación competitiva, las fuentes de confianza en el deporte y la autoconfianza deportiva.

Para mejorar las percepciones de competencia de los/as jóvenes deportistas, quienes trabajan con ellos/as deben conocer las diferentes definiciones de habilidad

## CAPÍTULO VIII – LIMITACIONES Y FUTURAS LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN

y éxito que pueden existir y qué fuentes de información prefieren los/as atletas al evaluar su habilidad. Gracias a ello, los/as entrenadores/as estarán en mejores condiciones de tomar decisiones relativas a la estructura de las sesiones y la comunicación con sus deportistas de tal manera que se mejoren los sentimientos de competencia.

En el estudio actual se ha distinguido por género y categoría, pero investigaciones posteriores se deberían comparar las fuentes y las implicaciones de la confianza deportiva de los atletas en diferentes aspectos, como la especialidad atlética, años de experiencia, nivel competitivo o resultados de rendimiento, lo que podría proporcionar información destacada.

En estudios anteriores como Vealey et al., (2004), sugieren que la selección de fuentes por parte de los atletas puede ser un constructo sensible al tiempo que cambia dependiendo de la situación, por lo que será interesante investigar, mediante estudios longitudinales, cómo el factor tiempo o temporada puede afectar la selección de fuentes de confianza de los atletas, cómo puede moderar la relación entre los factores personales o sociales y la selección de fuentes de confianza de los atletas, las variaciones en la orientación competitiva y en el nivel de autoconfianza deportiva.

## VIII.2. ESTUDIO II: “DESARROLLO Y REALIZACIÓN DE ENTREVISTAS”

Los resultados del estudio nos aportan información valiosa para avanzar en la comprensión de qué percepciones tienen padres y madres sobre la participación de sus hijos/as en el deporte y cómo esta percepción puede influir en el clima motivacional de los/as deportistas. En futuras investigaciones podría utilizarse la codificación realizada de las variables obtenidas en el análisis de la información,

para crear y validar un cuestionario que nos facilite una herramienta cuantitativa a través de la cuál poder alcanzar una muestra superior, ya que la metodología cualitativa requiere de una inversión de tiempo mucho mayor. El combinar ambas metodologías puede dar una visión mucho más amplia y fiable de los eventos estudiados.

Durante el desarrollo de las entrevistas se preguntaba a los padres y madres por la relación con el/la entrenador/a, la comunicación con sus hijos/as y la relación entre sus hijos/as con los compañeros/as o el entrenador, pero la percepción de los padres y madres puede no coincidir con las de el resto de personas implicadas, por lo que en estudios posteriores sería interesante poder conocer y comparar las percepciones de la familia, incluso de ambos progenitores, entrenador/a, compañeros /as de equipo y los/as propios/as deportistas.

### VIII.3. ESTUDIO III: "DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN DE LA HERRAMIENTA DE FEEDBACK TÉCNICO"

Si bien la presente tesis doctoral ofrece 30 planillas de feedback técnico (Anexos 5-30) como instrumentos de evaluación válidos y fiables, sería conveniente poder volver a evaluar las herramientas finales a través de una muestra de expertos mayor. Contar con expertos que cumplieran los requisitos de inclusión y que colaboraran con la investigación resultó una ardua tarea, debido a ello no se pudieron validar las planillas de la prueba de pértiga, puesto que los expertos contactados no enviaron sus valoraciones a tiempo. Para lograr una mayor muestra, en futuras investigaciones podría ayudar el contar con el apoyo de las federaciones autonómicas o nacional, para que desde dichos estamentos se inste a los/as entrenadores/as a una mayor participación.

## CAPÍTULO VIII – LIMITACIONES Y FUTURAS LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN

## VIII.4. ESTUDIO IV: “EFECTOS DE LA HERRAMIENTA DE FEEDBACK TÉCNICO EN LA AUTOCONFIANZA, ORIENTACIÓN COMPETITIVA Y ADHERENCIA DEPORTIVA EN ATLETAS DE CATEGORÍAS SUB 14 A SUB 18

Finalmente, en el cuarto estudio del presente trabajo, debido a la similitud de las características de la muestra y las variables de estudio, se repiten algunas de las limitaciones mencionadas en el primer estudio.

La principal limitación del estudio ha sido el pequeño tamaño de la muestra, a lo que se ha sumado la pérdida muestral, por el abandono prematuro de algunos/as atletas a lo largo de la temporada, lo que ha impedido en los análisis de medidas repetidas concretizar los resultados diferenciando conjuntamente por categoría y género. En futuras investigaciones se ha de contar con una mayor muestra para poder validar los resultados obtenidos, y controlar la pérdida de muestra, realizando una toma intermedia de datos.

La segunda limitación más importante encontrada ha sido la duración de la intervención, ya que hemos podido comprobar que, aunque se han evidenciado cambios en las variables de estudio, no ha sido suficiente para evitar una disminución en la confianza y la orientación a la tarea del género femenino.

Estas posibles diferencias entre género, también puede ser debidas al tipo de feedback utilizado, por lo que en estudios posteriores es aconsejable incluir otros tipos de feedback como el afectivo.

En la presente investigación se han encontrado, en algunos casos, diferencias significativas entre los grupos de estudio, pero sería conveniente incluir pruebas estadísticas que ayuden a comprobar si las variables de estudio controladas predicen la adherencia deportiva, en qué casos y en qué medida.

Al igual que en el primer estudio, dentro de las variables de orientación competitiva, pueden crearse perfiles según las relaciones existentes entre la

orientación a la tarea y la orientación al ego, por ejemplo, orientación al ego y a la tarea alta, orientación al ego y a la tarea baja, orientación al ego alta y a la tarea baja o viceversa, al igual que la variable autoconfianza rasgo, que puede dividirse en niveles bajo, medio y alto. Investigaciones futuras pueden beneficiarse del uso del análisis de conglomerados como método para crear perfiles de objetivos que identifiquen grupos o conglomerados homogéneos en función de las características establecidas, para examinar la relación entre los distintos perfiles de orientación competitiva, la autoconfianza rasgo y la adherencia deportiva.

En el estudio actual se ha distinguido por género y categoría, pero investigaciones posteriores podrían incluir otros aspectos, como la especialidad atlética, años de experiencia, nivel competitivo o resultados de rendimiento, lo que podría proporcionar información destacada, sobre la influencia de dichos factores en las variables de estudio.

Por último, sería conveniente incluir la variable clima motivacional para comprobar los efectos de la herramienta de feedback en las percepciones del clima motivacional en entrenadores/as, progenitores, compañeros/as y los/as propios/as deportistas.

## **IX - REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

■





**IX - REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- Abdolalizadeh, J., Taheri, H. R., Sohrabi, M., Mohammadi, J., & Tavakolian, A. (2010). The relationship between sources of sport confidence and athletic performance in young Iranian elite wrestlers. *Iranian Journal of Health and Physical Activity*, 1 (1), 8-14.
- Adams, J., & White, M. (2003). Are activity promotion interventions based on the Transtheoretical Model effective? A critical review. *British Journal of Sports Medicine*, 37(2), 106-114. <https://doi.org/10.1136/bjism.37.2.106>
- Adams, J., & White, M. (2005). Why don't stage-based activity promotion interventions work? *Health Education Research*, 20(2), 237-243. <https://doi.org/10.1093/her/cyg105>
- Adegbesan, O., Pindar, M. N., & Adewunmi, C. M. (2018). Analyses of the relationship between sources of sport-confidence and long term athletes' development in Nigeria. *International Journal of Coaching Science*, 12(2), 49-67.
- Aiken, L. R. (1985). Three coefficients for analyzing the reliability and validity of ratings. *Educational and Psychological Measurement*, 45(1), 131-142. <https://doi.org/10.1177/0013164485451012>
- Ajzen, I. (1985). From Intentions to Actions: A Theory of Planned Behavior. In J. Kuhl & J. Beckham (Eds.), *Action Control. From Cognition to Behavior*. Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-642-69746-3\\_2](https://doi.org/10.1007/978-3-642-69746-3_2)

- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179–211. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)
- Ajzen, I., & Fishbein, M. (1975). *Factors influencing intentions and the intention behavior relation*. Human Relations.
- Ajzen, I., & Fishbein, M. (1980). *Understanding Attitudes and Predicting Social Behavior*. Prentice-Hall.
- Ajzen, I., & Madden, T. J. (1986). Prediction of goal-directed behavior: Attitudes, intentions, and perceived behavioral control. *Journal of Experimental Social Psychology*, 22(5), 453–474. [https://doi.org/10.1016/0022-1031\(86\)90045-4](https://doi.org/10.1016/0022-1031(86)90045-4)
- Alaminos, A. y Castejón, J. L. (2006). *Elaboración, análisis e interpretación de encuestas, cuestionarios y escalas de opinión*. Editorial Marfil.
- Alcaraz-Ibáñez, M., Carrascosa-Ruiz, I., Martínez-Rosales, E. y Burgueño, R. (2022). Influencia de los contenidos de meta sobre la intención de práctica de ejercicio físico en adolescentes: La importancia de aspirar a desarrollar habilidades. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 17(52), 89-96. <https://doi.org/10.12800/ccd.v17i52.1615>
- Alfermann, D., Stambulova, N., & Zemaityte, A. (2004). Reactions to sport career termination: a cross-national comparison of German, Lithuanian, and Russian athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(1), 61-75. [https://doi.org/10.1016/s1469-0292\(02\)00050-x](https://doi.org/10.1016/s1469-0292(02)00050-x)
- Almagro, B. J., Conde, C., Murcia, J. A. y Sáenz-López, P. (2009). Análisis y comparación de la motivación en deportistas adolescentes: jugadores de baloncesto vs jugadores de fútbol. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 9, 26.

## CAPÍTULO IX – REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez, M., Balaguer, I., Castillo, I., & Duda, J. (2012). The coach-created motivational climate, young athletes' well-being, and intentions to continue participation. *Journal of Clinical Sport Psychology, 6*, 166-179. <https://doi.org/10.1123/jcsp.6.2.166>
- Amenabar, B., Sistiaga, J. J. y García, E. (2008). Revisión de los distintos aspectos de la influencia de los padres y las madres en la práctica de la actividad física y el deporte. *Apunts. Educacion Fisica y Deportes, 93*(3), 29-35.
- Ames, C. (1992). Classrooms: Goals, structure, and student motivation. *Journal of Educational Psychology, 84*(3), 261-271. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.84.3.261>
- Anguera, M. T. y Blanco, A. (2003). Registro y codificación en el comportamiento deportivo. *Psicología del Deporte, (2)*, 6-34.
- Antón, J. L. (1989). *Entrenamiento deportivo en edad escolar: bases de aplicación*. Universidad Internacional Deportiva.
- Arce, C., Garrido, J., Andrade, E., Torrado, J., De Francisco, C. y Arce, I. (2010). Adaptación del Cuestionario Fuentes de Confianza Deportiva (SSQC) al contexto español. *Escritos de Psicología, 3*(2), 37-40.
- Armitage, C. J. (2009). Is there utility in the transtheoretical model? *British journal of health psychology, 14*(2), 195–210. <https://doi.org/10.1348/135910708X368991>
- Armstrong, N., & McManus, A. (1994). Children's fitness and physical activity: A challenge for physical education. *The British Journal of Physical Education, 25*(1), 20-26.
- Assar, A., Weinberg, R., Ward, R. M., & Vealey, R. S. (2022). The Mediating Role of Self-Compassion on the Relationship Between Goal Orientation and

- Sport-Confidence. *The Sport Psychologist*, 36(4), 242-250.  
<https://doi.org/10.1123/tsp.2021-0187>
- Babbie, E. (2000). *Fundamentos de la investigación social*. Thompson.
- Babic, M. J., Morgan, P. J., Plotnikoff, R. C., Lonsdale, C., White, R.L., & Lubans, D. R. (2014). Physical activity and physical self-concept in youth: systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*, 44(11), 1589–1601.  
<https://doi.org/10.1007/s40279-014-0229-z>
- Bagozzi, R. P. (1981). Attitudes, intentions, and behavior: A test of some key hypotheses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41(4), 607–627.  
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.41.4.607>
- Balaguer, I., Escartí, A., Soler, M. J. y Jiménez, C. (1990). Influencia de la autoconfianza en el deporte y de la orientación competitiva sobre la ejecución en un grupo de nadadores orientados a la competición. En *Psicología española en la Europa de los 90. Ciencia y profesión* (pp. 90-95). Colegio oficial de psicólogos de Madrid.
- Balaguer, I., Duda, J. L., & Crespo, M. (1999). Motivational climate and goal orientations as predictors of perceptions of improvement, satisfaction and coach ratings among tennis players. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 9(6), 381-388. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.1999.tb00260.x>
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215. <https://doi.org/10.1037//0033-295x.84.2.191>
- Bandura, A. (1982). *Pensamiento y acción: Fundamentos sociales*. Espasa-Calpe.

## CAPÍTULO IX – REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 1-26. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.1>
- Barangué, J. (2004). Causas del abandono de la práctica deportiva. *Adolescencia y deporte* (pp. 45-56). INDE.
- Barr-Anderson, D. J., Flynn, J. I., Dowda, M., Ross, S. E. T., Schenkelberg, M. A., Reid, L. A., & Pate, R. R. (2017). The modifying effects of race/ ethnicity and socioeconomic status on the change in physical activity from elementary to middle school. *Journal of Adolescent Health*, 61(5), 562-570. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2017.05.007>
- Beattie, S., Woodman, T., Fakehy, M., & Dempsey, C. (2016). The role of performance feedback on the self-efficacy-performance relationship. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 5(1), 1-13. <https://doi.org/10.1037/spy0000051>
- Becker, M. H., & Maiman, L. (1975). Sociobehavioral determinants of compliance with health and medical recommendations. *Medical Care*, 13(1), 10-24.
- Becker, M. H., Drachman, R. H., & Kirscht, J. P. (1974). A new approach to explaining sick-role behavior in low-income populations. *American Journal of Public Health*, 64(3), 205-216. <https://doi.org/10.2105/ajph.64.3.205>
- Beets, M. W., Cardinal, B. J., & Alderman, B. L. (2010). Parental social support and the physical activity-related behaviors of youth: a review. *Health Education & Behavior*, 37(5), 621-644. <https://doi.org/10.1177/1090198110363884>
- Bengoechea, E. G., Streat, W. B., & Williams, D. J. (2004). Understanding and promoting fun in youth sport: coaches' perspectives. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 9(2), 197-214. <https://doi.org/10.1080/1740898042000294994>

- Bentler, P. M., & Speackart, G. (1981). Attitudes "cause" behaviors: A structural equation analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 40(2), 226-238. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.40.2.226>
- Berengüí, R. y Garcés De Los Fayos, E. J. (2007). Valores en el deporte escolar: estudio con profesores de educación física. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 7(2), 89-104.
- Berengüí, R. y López, J. M. (2018). *Introducción a la Psicología del Deporte*. Editorial EOS.
- Berengüí, R., Carralero, R., Castejón, M. A., Campos-Salinas, J. A., & Cantón, E. (2022). Values, motivational orientation and team cohesion amongst youth soccer players. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 17(5), 1049-1058. <https://doi.org/10.1177/17479541211055690>
- Berger, B. G., Pargman, D., & Weinberg, R. S. (2002). *Foundations of exercise psychology*. Fitness Information Technology.
- Berki, T., Piko, B. F., & Page, R. M. (2020). Sport commitment profiles of adolescent athletes: Relation between health and psychological behaviour. *Journal of Physical Education and Sport*, 20(3), 1392-1401. <https://doi.org/10.7752/jpes.2020.03192>
- Biddle, S. J. H., & Nigg, C. R. (1970). Theories of exercise behavior. *International Journal of Sport Psychology*, 17(2), 290-304. [https://doi.org/10.1016/S0167-8760\(99\)00113-0](https://doi.org/10.1016/S0167-8760(99)00113-0)
- Biddle, S. J. H., Wang, C. K. J.; Chatzisarantis, N. L. D., & Spray, C. M. (2003). Motivation for physical activity in young people: A systematic review of research. *European Journal of Sport Science*, 3(5), 1-20. <https://doi.org/10.1080/17461390300073504>

## CAPÍTULO IX – REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Biddle, S., Cury, F., Goudas, M., Sarrazin, P., Famose, J.P., & Durand, M. (1995). Development of scales to measure perceived physical education class climate: A cross-national project. *The British Journal of Educational Psychology*, 65(3), 341-358. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8279.1995.tb01154.x>
- Bock, B. C., Marcus, B. H., Pinto, B. M., & Forsyth, L. H. (2001). Maintenance of physical activity following an individualized motivationally tailored intervention. *Annals of Behavioral Medicine: A Publication of the Society of Behavioral Medicine*, 23(2), 79-87. [https://doi.org/10.1207/S15324796ABM2302\\_2](https://doi.org/10.1207/S15324796ABM2302_2)
- Boggiano, A. K., & Pittman, T. S. (Eds.). (1992). *Achievement and motivation: A social-developmental perspective*. Cambridge University Press.
- Boiché, J. C. S., & Sarrazin, P. G. (2009). Proximal and distal factors associated with dropout versus maintained participation in organized sport. *Journal of Sports Science & Medicine*, 8(1), 9–16.
- Boixadós, M., Cruz, J., Torregrosa, M., & Valiente, L. (2004). Relationships among motivational climate, satisfaction, perceived ability and fairplay attitudes in young soccer players. *Journal of Applied Sport Psychology*, 16(4), 301-317. <https://doi.org/10.1080/10413200490517977>
- Boixadós, M., Valiente, L., Mimbrero, J., Torregrosa, M. y Cruz, J. (1998). Papel de los agentes de socialización en deportistas en edad escolar. *Revista de Psicología del Deporte*, 7(2), 295-310.
- Brawley, L. R. (1993). The practicality of using social psychological theories for exercise and health research and intervention. *Journal of Applied Sport Psychology*, 5(2), 99–115. <https://doi.org/10.1080/10413209308411309>

- Brewer, B. W., Van Raalte, J., & Linder, D. E. (1993). Athletic identity: Hercules' muscles or Achilles heel? *International Journal of Sport Psychology*, 24(2), 237-254.
- Bridle, C., Riemsma, R. P., Pattenden, J., Sowden, A. J., Mather, L., Watt, I. S., & Walker, A. (2005). Systematic review of the effectiveness of health behavior interventions based on the trans-theoretical model. *Psychology and Health*, 20(3), 283-301. <https://doi.org/10.1080/08870440512331333997>
- Brustad, R. J. (1988). Affective outcomes in competitive youth sport: The influence of intrapersonal and socialization factors. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 10(3), 307-321. <https://doi.org/10.1123/jsep.10.3.307>
- Brustad, R. J. (1992). Integrating socialization influences into the study of children's motivation in sport. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 14(1), 59-77. <https://doi.org/10.1080/08870440512331333997>
- Brustad, R. J. (1996). Parental and peer influence on children's psychological development through sport. En F. L. Smoll y R. C. Smith (Eds.). *Children and youth in sport: a byopsychosocial perspective*. (pp. 112-155). Brown & Benchmark.
- Buceta, J. M. (1998). *Psicología del Entrenamiento Deportivo*. Dykinson.
- Bunger, S. M., & Housner, L. D. (2007). Modified delphi investigation of exercise science in physical education teacher education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 26(1), 57-80. <https://doi.org/10.1123/jtpe.26.1.57>
- Burton, D. (1992). Why young wrestlers «hang up» their singlet: An exploratory investigation comparing two models of sport attrition. *Journal of Sport Behavior*, 15(3), 209-226.



## CAPÍTULO IX – REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Burton, D. (1989). Winning isn't everything: Examining the impact of performance goals on collegiate swimmers' cognitions and performance. *The Sport Psychologist*, 3(2), 105–132. <https://doi.org/10.1123/tsp.3.2.105>
- Burton, D., & Martens, R. (1986). Pinned by their own goals: An exploratory investigation into why kids drop out of wrestling. *Journal of Sport Psychology*, 8(3), 183–197. <https://doi.org/10.1123/jsp.8.3.183>
- Byrne, B. M. (2006). *Structural equation modeling with EQS: Basic concepts, applications, and programming*. Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Campos, A. y Tomás, X. (2004). *Los Juegos Deportivos Municipales de Valencia: Estrategias de actuación para el Año Europeo de la Educación a través del deporte. En VVAA, Actas del III Congreso de la Asociación Española de Ciencias del Deporte «Hacia la Convergencia Europea»*. Universidad de Valencia.
- Cardinal, B. J., Engels, H. J., & Zhu, W. (1998). Application of the transtheoretical model of behavior change to preadolescents' physical activity and exercise behavior. *Pediatric Exercise Science*, 10(1), 69-80. <https://doi.org/10.1123/pes.10.1.69>
- Carlin, B. A., Gelb, B., Belinne, J. K., & Ramchand, L. (2018). Bridging the gender gap in confidence, *Business Horizons*, 61(5), 765-774. <https://doi.org/10.1016/j.bushor.2018.05.006>
- Carlin, M., Salguero, A., Márquez, S., y Garcés de los Fayos, E. J. (2009). Análisis de motivos de baja de la práctica en deportistas universitarios. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 9(1), 85-99.
- Carlman, P., Wagnsson, S., & Patriksson, G. (2013). Causes and consequences of dropping out from organized youth sports. *Swedish Journal of Sport Research*, 1(2), 26-54.

- Carpentier, J., & Mageau, G. A. (2016). Predicting sport experience during training: The role of change-oriented feedback in athletes' motivation, self-confidence and needs satisfaction fluctuations. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 38*(1), 45–58. <https://doi.org/10.1123/jsep.2015-0210>
- Carratalá, E. (2004). *Análisis de la teoría de las metas de logro y de la autodeterminación en los planes de especialización deportiva de la Generalitat Valenciana* [Tesis doctoral]. Universidad de Valencia.
- Casimiro A, J. (1999). *Comparación, evolución y relación de hábitos saludables y nivel de condición física-salud en escolares, entre final de Educación Primaria (12 años) y final de Educación Secundaria Obligatoria (16 años)* [Tesis doctoral]. Universidad de Almería.
- Cecchini, J. A., González, C., Carmona A. M., y Contreras, O. (2004). Relaciones entre clima motivacional, la orientación de meta, la motivación intrínseca, la auto-confianza, la ansiedad y el estado de ánimo en jóvenes deportistas. *Psicothema, 6*(1), 104-109.
- Cecchini, J. A., González, C., Méndez, A. Fernández-Río, J., Contreras, O. y Romero, S. (2008). Metas sociales y de logro, persistencia-esfuerzo e intenciones de práctica deportiva en el alumnado de EF. *Psicothema, 20*(2), 260-265.
- Cecchini, J. A., Méndez, A. y Contreras, O. (2005). *Motivos de abandono de la práctica del deporte juvenil*. Universidad de Castilla-La Mancha.
- Cecchini-Estrada, J. A., González, C., Carmona, M., Arruza, J., Escartí. A., & Balagué, G. (2001). The influence of the teacher of Physical Education on intrinsic motivation, self-confidence, anxiety and pre- and post-competition mood states. *European Journal of Sport Science, 1*(4), 12-36.

## CAPÍTULO IX – REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Cervelló, E. (1996). *La motivación y el abandono deportivo desde la perspectiva de las metas de logro* [Tesis doctoral]. Universidad de Valencia.
- Cervelló, E. (2002). Abandono deportivo: Propuestas para favorecer la adherencia a la práctica deportiva. En J. Dosil (Ed.), *Psicología y rendimiento Deportivo* (pp. 175-187).
- Cervelló, E. M. (1999). El abandono deportivo: Análisis conceptual y estrategias para disminuir la incidencia de abandono deportivo. *Revista de Entrenamiento Deportivo*, 13(3), 5-17.
- Cervelló, E. M., Escartí, A. y Guzmán, J. F. (2006). El abandono del deporte en jóvenes desde la Teoría de las Metas de Logro. *Psicothema*, 19(1), 65-71.
- Cervelló, E. M., Escarti, A., & Guzman, J. F. (2007). Youth sport dropout from the achievement goal theory. *Psicothema*, 19(1), 65–71.
- Chatzisarantis, N., Biddle, S., & Meek, G. (1997). A Self Determination Theory Approach to the Study of Intentions and the Intention–Behaviour Relationship in Children’s Physical Activity. *British Journal of Health Psychology*, 2(4), 343–60. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8287.1997.tb00548.x>
- Chen J., Liao Y., Li, Z., Tian, Y., Yang, S., He, C., Tu, D., & Sun, X. (2013). Determinants of salt-restriction-spoon using behavior in China: application of the health belief model. *PloS One*, 8(12), 1524 -1528. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0083262>
- Chillón, P., Ortega, F. B., Ruiz, J. R., Pérez, I. J., Martín-Matillas, M., Valtueña, J., Gómez-Martínez, S., Redondo, C., Rey-López, J. P., Castillo, M. J., Tercedor, P., Delgado, M., & AVENA Study Group. (2009). Socio-economic factors and active commuting to school in urban Spanish adolescents: the AVENA study. *European Journal of Public Health*, 19 (5), 470-476. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckp048>

- Choi, H. J., O'Donoghue, P. G., & Hughes, M. D. (2009). A comparison of whole match and individual set data in order to identify valid performance indicators for real-time feedback in men's single tennis matches. In A. Lees, D. Cabello y G. Torres (Eds.), *Science and Racket Sports IV* (pp. 249-253). Routledge.
- Choi, H. S., Johnson, B., & Kim, Y. K. (2014). Children's Development Through Sports Competition: Derivative, Adjustive, Generative, and Maladaptive Approaches. *Quest*, 66(2), 191-202. <https://doi.org/10.1080/00336297.2013.861757>
- Columna, L., Pyfer, J., & Senne, T. A. (2011). Physical recreation among immigrant Hispanic families with children with disabilities. *Therapeutic Recreation Journal*, 45(3), 214-233.
- Connolly, K., & Bruner, J. (1973). *The growth of competence*. Academic Press.
- Cortina, J. M. (1993). What is coefficient alpha? An examination of theory and applications. *Journal of Applied Psychology*, 78(1), 98-104. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.78.1.98>
- Côté, J. (1999). The influence of the family in the development of talent in sport. *The sport psychologist*, 13(4), 395-417. <https://doi.org/10.1123/tsp.13.4.395>
- Côté, J., & Hay, J. (2002). Family influences on youth sport participation and performance. In J. Silva & D. Stevens (Eds.), *Psychological foundations of sport* (pp. 503-519). Allyn and Bacon.
- Coumeya, K.S., & McAuley, E. (1995). Cognitive mediators of the social influence-exercise adherence relationship: A test of the theory of planned behavior. *Journal of Behavioural Medicine*, 18, 499-515.
- Cox, R. H. (2007). *Sport psychology: Concepts and applications* (6th ed.). McGraw-Hill.

## CAPÍTULO IX – REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Cox, R. H., Sadberry, S., McGuire, R. T., & McBride, A. (2009). Predicting Student Athlete Career Situation Awareness from College Experiences. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 3(2), 156–181. <https://doi.org/10.1123/jcsp.3.2.156>
- Craft, L. L., Pfeiffer, K. A., & Pivarnik, J. M. (2003). Predictors of physical competence in adolescent girls. *Journal of Youth and Adolescence*, 32(6), 431-438. <https://doi.org/10.1023/a:1025986318306>
- Crane, J., & Temple, V. (2015). A systematic review of dropout from organized sport among children and youth. *European Physical Education Review*, 21(1), 114-131. <https://doi.org/10.1177/1356336X14555294>
- Crawford D. W., Jackson, E.L., & Godbey, G. (1991). A hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 13(4), 309–320. <https://doi.org/10.1080/01490409109513147>
- Crawford, D. W., & Godbey, G. C. (1987). Reconceptualizing barriers to family leisure. *Leisure Sciences*, 9(2), 119-127. <https://doi.org/10.1080/01490408709512151>
- Crespo, M. (1995). *El liderazgo en el tenis* [Tesis doctoral]. Universidad de Valencia.
- Cruz, J., Mora, A., Sousa, C., & Alcaraz, S. (2016). Effects of an individualized program on coaches' observed and perceived behavior. *Revista de Psicología del Deporte*, 25(1), 137- 144.
- De Sousa, F., Camiréb, M., & Da Fonte, P. H. (2018). Youth sport coaches' role in facilitating positive youth development in Portuguese field hockey. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16(3), 221–234. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2016.1187655>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behaviour. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268. [https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104\\_01](https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01)

- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (Eds.). (2002). *Handbook of self-determination research*. University of Rochester Press.
- Deci, E. L. (1972). Intrinsic motivation, extrinsic reinforcement, and inequity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 22(1), 113-120. <https://doi.org/10.1037/h0032355>
- Deci, E. L., & Flaste, R. (1998). *Por que fazemos o que fazemos*. Negócio.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of Research in Personality*, 19(2), 109-134. [https://doi.org/10.1016/0092-6566\(85\)90023-6](https://doi.org/10.1016/0092-6566(85)90023-6)
- Demaine, C. J., & Short, S. E. (2007). Sources of sport confidence and their relationship with sport confidence in college basketball players. *Journal of Sport and Exercise Psychology* 29, 146-157.
- Dishman, R. K., Sallis, J. F., & Orenstein, D. R. (1985). The determinants of physical activity and exercise. *Public Health Reports*, 100(2), 158-171.
- Dosil, J. (2004). *Psicología de la actividad física y del deporte*. Mc Graw Hill.
- Duda, J. L. (1992). Motivation in sport settings: A goal perspective approach. In G. Roberts (Ed.), *Motivation in sport and exercise* (pp. 57-91). Human Kinetics Publishers.
- Duda, J. L. (1999). El clima motivacional y sus implicaciones para la motivación, la salud y el desarrollo de los desórdenes de alimentación en gimnastas. *Revista de Psicología Social Aplicada*, 9(1), 7-23.
- Duda, J. L. (1988). The relationship between goal perspectives, persistence and behavioral intensity among male and female recreational sport participants. *Leisure Sciences*, 10(2), 95-106. <https://doi.org/10.1080/01490408809512180>

## CAPÍTULO IX – REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Duda, J. L., & Hall, H. K. (2001). Achievement goal theory in sport: Recent extensions and future directions. In R. Singer, C. Janelle, & H. Hausenblas (Eds.), *Handbook of Research in Sport Psychology* (pp.417-443). John Wiley & Sons Inc.
- Duda, J. L., & Nicholls, J. G. (1992). Dimensions of achievement motivation in schoolwork and sport. *Journal of Educational Psychology*, *84*(3), 290–299. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.84.3.290>
- Duda, J. L., & Whitehead, J. (1998). Measurement of Goal Perspectives in the Physical Domain. In J. Duda (Ed.), *Advances in Sport and Exercise Psychology Measurement* (pp. 21-48). Fitness Information Technologies.
- Duncan, M. J., Eyre, E. L. J., Bryant, E., Seghers, J., Galbraith, N., & Nevill, A. M. (2017). Autonomous motivation mediates the relation between goals for physical activity and physical activity behavior in adolescents. *Journal of Health Psychology*, *22*(5), 595–604. <https://doi.org/10.1177/1359105315609089>
- Dunn, J. G., Bouffard, M., & Rogers, W. T. (1999). Assessing item content-relevance in sport psychology scale-construction research: Issues and recommendations. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, *3*(1), 15-36. [http://dx.doi.org/10.1207/s15327841mpee0301\\_2](http://dx.doi.org/10.1207/s15327841mpee0301_2)
- Dweck, C. S. (1986). Motivational processes affecting learning. *American Psychologist*, *41*(10), 1040-1048. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.41.10.1040>
- Dzewaltowski, D. A., Noble, J. M., & Shaw, J. M. (1990). Physical activity participation: Social cognitive theory vs. the theories of reasoned action and planned behavior. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, *12*(4), 388-405. <https://doi.org/10.1123/jsep.12.4.388>

- Ebbeck, V. (1990). Fuentes de información sobre el rendimiento en el entorno del ejercicio. *Revista de Psicología del Deporte y el Ejercicio*, 12, 56–65.
- Eccles, J., & Harold, R. D. (1991). Gender differences in sport involvement: Applying the Eccles' expectancy-value model. *Journal of Applied Sport Psychology*, 3(1), 7-35. <https://doi.org/10.1080/10413209108406432>
- Enoksen, E. (2011). Dropout rate and dropout reasons among promising Norwegian track and field athletes: A 25 year study. *Scandinavian sport studies forum*, 2, 19-43.
- Escartí, A., Roberts, G. C., Cervelló, E. M., & Guzmán, J. F. (1999). Adolescents goal orientations and the perception of criteria of success used by significant others. *International Journal of Sport Psychology*, 30(3), 309-324.
- Escobar-Pérez, J. y Cuervo-Martínez. A. (2008). Validez de contenido y juicio de expertos: una aproximación a su utilización. *Avances en medición*, 6, 27-36.
- Evans, J., & Roberts, G. C. (1987). Physical competence and the development of children's peer relations. *Quest*, 39(1), 23-35. <https://doi.org/10.1080/00336297.1987.10483854>
- Ewing, M. E. (1981). *Achievement motivation and sport behavior of males and females*. University of Illinois.
- Feltz, D. L. (1988). Self-confidence and sports performance. En K. B. Pandolf (Ed.), *Exercise and Sport Sciences Reviews* (pp. 423-458). MacMillan.
- Feltz, D. L., & Petlichkoff, L. (1983). Perceived competence among interscholastic sport participants and drop-outs. *Journal of Applied Sport Science*, 8(4), 231–235.
- Feltz, D. L., Chase, M. A., Moritz, S. A., & Sullivan, P. J. (1999). A conceptual model of coaching efficacy: Preliminary investigation and instrument



## CAPÍTULO IX – REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- development. *Journal of Educational Psychology*, 91(4), 765-776.  
<https://doi.org/10.1037/0022-0663.91.4.765>
- Feltz, S., & Short, P. (2008). *Self-efficacy in sport: Research and strategies for working with athletes, teams, and coaches*. Human Kinetics.
- Fernandez, A., Stephan, Y., & Fouquereau, E. (2006). Assessing reasons for sports career termination: Development of the Athletes' Retirement Decision Inventory (ARDI). *Psychology of Sport and Exercise*, 7(4), 407-421.  
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2005.11.001>
- Ferreira, A. M. y De Paula, A. (2001). Variables motivadoras que discriminan la intención de practicar actividad física o deporte en estudiantes de secundaria. En J. Dosil (Ed.), *Inicio Psicología y Deporte acción* (pp. 57-78). GERSAM
- Ferreira, M., & Armstrong, K. L. (2002). An investigation of the relationship between parents' causal attributions of youth soccer dropout, time in soccer organization, affect towards soccer and soccer organization, and post-soccer dropout behaviour. *Sport Management Review* 5, 149-178.  
[https://doi.org/10.1016/S1441-3523\(02\)70065-X](https://doi.org/10.1016/S1441-3523(02)70065-X)
- Ferriz-Valero, A., Sellés S., García-Jaén, M. y Cejuela, R. (2020). Efecto de la edad relativa para el desarrollo del talento en jóvenes triatletas. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 37, 27-32.
- Fishbein, M. (1990). AIDS and behavior change: An analysis based on the theory of reasoned action. *Revista Interamericana de Psicología*, 24(1), 37-55.
- Fishbein, M., & Ajzen, I. (1975). *Belief, Attitude, Intention, and Behavior: An Introduction to Theory and Research*. Addison-Wesley.

- Fletcher, J. S., & Banasik, J. L. (2001). Exercise self-efficacy. *Clinical Excellence for Nurse Practitioners: The International Journal of NPACE*, 5(3), 134-143. <https://doi.org/10.1054/xc.2001.24203>
- Fradejas, E., Espada, M. y Garrido, R. (2016). La Autoconfianza en el Deporte en Edad Escolar. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 2(44), 158-171. <https://doi.org/10.21865/RIDEP44.2.13>
- Franco, E., Pérez-Tejero, J. y Arrizabalaga, A. (2012). Motivación e intención de ser físicamente activo en los jugadores de swing información. Diferencias en términos de competencia. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(1), 23-26.
- Fraser-Thomas J. L., Côte, J., & Deakin, J. (2005). Youth sport programs: an avenue to foster positive youth development. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 10(1), 19-40. <https://doi.org/10.1080/1740898042000334890>
- Fraser-Thomas, J., Côté, J., & Deakin, J. (2008). Understanding dropout and prolonged engagement in adolescent competitive sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(5), 645-662. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2007.08.003>
- Frazer-Thomas, J., Cote, J., & Deakin, J. (2008). Examining adolescent sport dropout and prolonged engagement from a developmental perspective. *Journal of Applied Sport Psychology*, 20, 318-333. <https://doi.org/10.1080/10413200802163549>
- Gagnon-Dolbec, A., Mckelvie, S. J., & Eastwood, J. (2019). Feedback, Sport-Confidence and Performance of Lacrosse Skills. *Current Psychology*, 38(6), 1622-1633. <https://doi.org/10.1007/s12144-017-9720-7>
- García, M. (2001). *Los españoles y el deporte: prácticas y comportamientos en la última década del siglo XX*. Consejo Superior de Deportes.

## CAPÍTULO IX – REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- García, T., Cervelló, E., Jiménez, R., Iglesias, D., & Moreno, J. A. (2010). Uso de la teoría de la autodeterminación para explicar la persistencia y el abandono del deporte en deportistas adolescentes. *Revista Española de Psicología*, 13(2), 677-684. <https://doi.org/10.1017/S1138741600002341>
- García, T., Sánchez, P. A., Leo, F. M., Sánchez, D. y Amado, D. (2012). Análisis del grado de diversión e intención de persistencia en jóvenes deportistas desde la perspectiva de la teoría de la autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(1), 7-13.
- García-Calvo, T., Sánchez, P. A., Leo, F. M., Sánchez, D. y Amado, D. (2011). Incidencia de la Teoría de Autodeterminación sobre la persistencia deportiva. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 7(25), 266- 276. <https://doi.org/10.5232/ricyde2011.02502>
- García-Martín, A., Antúnez, A., e Ibáñez, S. J. (2016). Análisis del proceso formativo en jugadores expertos: validación de instrumento. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 16(61), 157-182. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2016.61.012>
- García-Roca, J. A, Sánchez-Pato, A. y Hernández, M. C. (2021). *Atletismo para jóvenes*. INDE.
- Gardner, L. A., Magee, C. A., & Vella, S. A. (2016). Social climate profiles in adolescent sports: associations with enjoyment and intention to continue. *Journal of Adolescence*, 52(1), 112–123. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.08.003>
- Garrido, M. E., González, G. y Romero, S. (2010). La actuación de los padres en las escuelas deportivas municipales de Sevilla. *Journal of Sport and Health Research*, 2(3), 261-276.

- Gazdowska, Z., Parzelski, D., & Vealey, R. (2017). Psychometric properties and validation of the Polish adaptation of the Trait Sport-Confidence Inventory (TSCI-PL). *Balt J Health Phys Act.* 9(3), 124-132. <https://doi.org/10.29359/bjhpa.09.3.12>
- Gil de Montes, L., Arruza, J. A., Arribas, S., Verde, A., Ortiz, G., y Irazusta, S. (2007). El papel de los otros significativos en la Motivación intrínseca de deportistas. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 2(1), 97-112.
- Gill, D. L., & Dzewaltowski, D. A. (1988). Competitive orientations among intercollegiate athletes: Is winning the only thing? *The Sport Psychologist*, 2(3), 212–221. <https://doi.org/10.1123/tsp.2.3.212>
- Glaser, B. & Strauss, A. (1967). *The discovery of grounded theory: Strategies for qualitative research*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203793206>
- Godbey, G., Crawford, D. W., & Shen, X. S. (2010). Assessing Hierarchical Leisure Constraints Theory after Two Decades, *Journal of Leisure Research*, 42(1), 111-134. <https://doi.org/10.1080/00222216.2010.11950197>
- Godín, G., Valois, P., & LePage, L. (1993). The patten of influence of perceived behavioral control upon exercising behavior: An application of Ajzen's theory of planned behavior. *Journal of Behavioral Medicine*, 16, 81-102. <https://doi.org/10.1007/BF00844756>
- González, M. D. y Bedoya J. (2008). Después del deporte, ¿Qué? Análisis Psicológico de la retirada deportiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 17(1), 61-69.

## CAPÍTULO IX – REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Gorospe, G., Hernández, A., Anguera, M. T. y Martínez, R. (2005). Desarrollo y optimización de una herramienta observacional en el tenis de individuales. *Psicothema*, 17(1), 123-127.
- Goudas, M., Biddle, S., Fox, K., & Underwood, M. (1995). It ain't what you do, it's the way you do it! Teaching style affects children's motivation in track and field lessons. *The Sport Psychologist*, 9(3), 254-264. <https://doi.org/10.1123/tsp.9.3.254>
- Gould, D. (1996). Personal motivation gone awry; Burnout in competitive athletes. *Quest*, 48(3), 275-289. <https://doi.org/10.1080/00336297.1996.10484197>
- Gould, D., Feltz, D., Horn, T. & Weis, M. (1982). Reasons for attrition in competitive youth swimming. *Journal of Sport Behavior* 5(3), 155–165.
- Granz, H. L., Schnell, A., Mayer, J., & Thiel, A. (2019). Risk profiles for athlete burnout in adolescent elite athletes: A classification analysis. *Psychology of Sport & Exercise*, 41, 130–141. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.11.005>
- Grasel, D., Silva T., Corazza, T., Santos D. A., Pelegrinia, A., & Pereira, E. (2023). The Role of Sport Confidence, Imagery Use and social Sport confidence and performance in adolescent athletes. *International Journal Sport Psychologist*, 54, 269-285. <https://doi.org/10.7352/IJSP.2023.54.269>
- Green, B. C. & Chalip, L. (1997). Enduring involvement in youth soccer: The socialization of parent and child. *Journal of Leisure Research*, 29(1), 61-77. <https://doi.org/10.1080/00222216.1997.11949783>
- Griffith, D., & Keogh, J. (1982). A model of movement confidence. En J. A. Kelso & J. Clark (Eds.), *The development of movement control and coordination* (pp. 213-236). John Wiley and sons.

- Griffiths, M. D. (2005). A components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use, 10*(4), 191-197. <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>
- Guan, J., Xiang, P., Land, W., & Hamilton, X. D. (2023). Age and gender differences in achievement goal orientations in relation to physical activity. *Perceptual and Motor Skills, 130*(1), 80-93. <https://doi.org/10.1177/00315125221139000>
- Guan, J., Xiang, P., McBride, R., & Bruene, A. (2006). Achievement goals, social goals, and students' reported persistence and effort in high school physical education. *Journal of Teaching in physical education, 25*(1), 58-74. <https://doi.org/10.1123/jtpe.25.1.58>
- Guba, E. G. (1989). Criterios de credibilidad en la investigación natural.-ejército de reserva. En J. Gimeno y A. Pérez (Eds.), *La enseñanza: su teoría y práctica* (pp. 148-165). Akal.
- Guillen, F. y Álvarez-Malé, M. L. (2010). Relación entre los motivos de la práctica deportiva y la ansiedad en jóvenes nadadores de competición. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte, 5*(2), 233-251.
- Guillén, F. y Martínez-Alvarado, J. R. (2018). Autoconfianza. En R. Berengüi, y J. M. López-Walle (Eds.), *Introducción a la Psicología del Deporte* (pp. 155-179). EOS Editorial.
- Guillén, F., & Laborde, S. (2014). Higher-order structure of Mental Toughness and the analysis of latent mean differences between athletes from 34 Disciplines and non-athletes. *Personality & Individual Differences, 60*, 30-35. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.11.019>
- Guillén, N. (2001). Implicaciones de la Autoeficacia en el rendimiento deportivo. *Pensamiento Psicológico, 3*(9), 21-32.

## CAPÍTULO IX – REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Guillet, E. (2000). *Facteurs et processus de l'abandon sportif: du rôle de l'entraîneur à l'impact des normes culturelles. Une recherche longitudinale en handball féminin* [Tesis doctoral]. Université Joseph Fourier.
- Guillet, E., Sarrazin, P., Carpenter, P. J., Troullioud, D., & Cury, F. (2002). Predicting persistence or withdrawal in female handballers with Social Exchange Theory. *International Journal of Sport Psychology*, 37(2), 92-104. <https://doi.org/10.1080/00207590143000243>
- Gumán, J. F. (1996). *Análisis de la Teoría de la Autoeficacia en una tarea atlética* [Tesis Doctoral]. Universidad de Valencia.
- Gustafson, S., & Rhodes, R. E. (2006). Parental correlates of physical activity in children and early adolescents. *Sports Medicine*, 36(1), 79-97. <https://doi.org/10.2165/00007256-200636010-00006>
- Gustafsson, H., Davis, P., Skoog, T., Kenttä, G., & Haberl, P. (2015). Mindfulness and Its Relationship with Perceived Stress, Affect, and Burnout in Elite Junior Athletes. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 9(3), 263-281. <https://doi.org/10.1123/jcsp.2014-0051>
- Hagger, M. S., Chatzisarantis, N. L., & Biddle, S. J. H. (2002). A meta-analytic review of the theories of reasoned action and planned behavior in physical activity: predictive validity and the contribution of additional variables. *Journal of sport & exercise psychology*, 24(1), 3-32. <https://doi.org/10.1123/jsep.24.1.3>
- Hagger, M. S., Chatzisarantis, N., & Biddle, S. (2001). The influence of self-efficacy and past behavior on the physical activity intentions of young people. *Journal of Sports Sciences*, 19(9), 111-725. <https://doi.org/10.1080/02640410152475847>

- Haladyna, T. M., & Downing, S. M. (2004). Construct-Irrelevant Variance in High-Stakes Testing. *Educational Measurement: Issues and Practice*, 23(1), 17–27. <https://doi.org/10.1111/j.1745-3992.2004.tb00149.x>
- Hall, H. (1990). *A social cognitive approach to goal setting: The mediating effects of achievement goals and perceptive ability* [Doctoral dissertation]. University of Illinois.
- Halliburton, A. L., & Wiss, M. R. (2002). Sources of Competence Information and Perceived Motivational Climate Among Adolescent Female Gymnasts Varying in Skill Level. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 24(4), 396–419. <https://doi.org/10.1123/jsep.24.4.396>
- Hambleton, R. K. (1996). Adaptación de tests para su uso en diferentes idiomas y culturas: fuentes de error, posibles soluciones y directrices prácticas. En J. Muñiz (Ed.), *Psicometría* (pp. 207-238). Universitas.
- Hanrahan, S. J., & Cerin, E. (2008). Gender, level of participation, and type of sport: differences in achievement goal orientation and attributional style. *Journal of science and medicine in sport*, 12(4), 508–512. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2008.01.005>
- Hanrahan, S., & Biddle, S. (2002). Measurement of achievement orientations: psychometric measures, gender and sport differences. *European Journal of Sport Sciences*, 2(5), 1-12. <https://doi.org/10.1080/17461390200072502>
- Harter, S. (1978). Effectance motivation reconsidered: A developmental model. *Human Development*, 21(1), 34-64.
- Harter, S. (1981). A New Self-Report Scale of Intrinsic Versus Extrinsic Orientation in the Classroom: Motivational and Informational Components.



## CAPÍTULO IX – REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Developmental Psychology*, 17(3), 300-312. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.17.3.300>
- Harter, S. (1992). The relationship between perceived competence, affect, and motivational orientation within the classroom: Processes and patterns of change. In A. K. Boggiano & T. S. Pittman (Eds.), *Achievement and motivation: A social-developmental perspective* (pp. 77–114). Cambridge University Press.
- Harter, S., & Chao, C. (1992). The role of competence in children's creation of imaginary friends. *Merrill-Palmer Quarterly*, 38(3), 350–363.
- Hausenblas, H. A., Carron, A. V., & Mack, D. E. (1997). Application of the theories of reasoned action and planned behavior to exercise behavior: A meta-analysis. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 19(1), 36–51. <https://doi.org/10.1123/jsep.19.1.36>
- Hays, K., Maynard, I., Thomas, O., & Bawden, M. (2007). Sources and Types of Confidence Identified by World Class Sport Performers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 19(4), 434-456. <https://doi.org/10.1080/10413200701599173>
- Hays, K., Thomas, O., Maynard I., & Bawden, M. (2009). The role of confidence in world-class sport performance. *Journal of Sports Sciences*, 27(11), 1185-1199. <https://doi.org/10.1080/02640410903089798>
- Hein, V., Müür, M., & Koka, A. (2004). Intention to be physically active after school graduation and its relationship to three types of intrinsic motivation. *European Physical Education Review*, 10(1), 5–19. <https://doi.org/10.1177/1356336x04040618>
- Hellstedt, J. C. (1990). Early adolescent perceptions of parental pressure in the sport environment. *Journal of Sport Behaviour*, 13(3), 135-144.

- Hernández, R., Olmedilla, A. y Ortego, E. (2008). Ansiedad y autoconfianza de jóvenes judokas en situaciones competitivas de alta presión. *Análisis Psicológica* 26(4), 689-696. <https://doi.org/10.14417/ap.531>
- Hernández-Guardiola, C. (2013). *Estudio de las variables psicológicas que influyen en el rendimiento deportivo y variaciones en la autoconfianza en atletas de pruebas combinadas en competición* [Tesis de máster]. Universidad Católica de Murcia.
- Holt, N. L., & Dunn, J. G. (2004). Toward a Grounded Theory of the psychosocial competencies and Environmental conditions associated with soccer success. *Journal of Applied Sport Psychology*, 16(3), 199-219. <https://doi.org/10.1080/10413200490437949>
- Holt, N. L., Tamminen, K. A., Black, D. E., Mandigo, J. L., & Fox, K. R. (2009). Youth sport parenting styles and practices. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 31(1), 37-59. <https://doi.org/10.1123/jsep.31.1.37>
- Horn, T. S. (1985). Coaches' feedback and changes in children's perceptions of their physical competence. *Journal of Educational Psychology*, 77(2), 174-186. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.77.2.174>
- Hornillos, I. (2000). *Atletismo (vol. 564)*. INDE.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6(1), 1-55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Hutchison, A. J., Breckon, J. D., & Johnston, L. H. (2009). Physical activity behavior change interventions based on the transtheoretical model: a systematic review. *Health Education and Behavior: The Official Publication of the Society*

## CAPÍTULO IX – REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- for Public Health Education*, 36(5), 829–845.  
<https://doi.org/10.1177/1090198108318491>
- Isogai, S., Lawson, N. D., Torrealday, S., Horiguchi, M., & Weinstein, B. M. (2003). Angiogenic network formation in the developing vertebrate trunk. *Development and Disease*, 130, 5281-5290. <https://doi.org/10.1242/dev.00733>
- Jackson, E. L., & Henderson, K. A. (1995). Gender-based analysis of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 17(1), 31-51.  
<https://doi.org/10.1080/01490409509513241>
- Janz, N., & Becker, M. H. (1984). The health belief model: A decade later. *Health Education Quarterly*, 11(1), 1-47.  
<https://doi.org/10.1177/109019818401100101>
- Jõesaar, H., & Hein, V. (2011). Psychosocial determinants of young athletes' continued participation over time. *Perceptual and Motor Skills*, 113(1), 51–66. <https://doi.org/10.2466/05.06.13.PMS.113.4.51-66>
- Johnson, J. A. (2012). Understanding the thoughts and attitudes related to participation in youth sports. *PCOM Psychology Dissertations*, 225.
- Kasser, T., & Ryan, R. M. (1996). Further examining the American dream: Differential correlates of intrinsic and extrinsic goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22(3), 280–287.  
<https://doi.org/10.1177/0146167296223006>
- Kavussanu, M. y Roberts, G. C. (2001). Funcionamiento moral en el deporte: una perspectiva de meta de logro. *Revista de Psicología del Deporte y el Ejercicio*, 23(1), 37–54.
- Kavussanu, M., & Roberts, G. C. (1996). Motivation in physical activity contexts: The relationship of perceived motivational climate to intrinsic motivation

and self-efficacy. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 18(3), 264–280.

<https://doi.org/10.1123/jsep.18.3.264>

Keegan, R. J. (2019). Physical literacy in young people: Guidelines and recommendations for the selection of measures in schools. *Journal of Teaching in Physical Education*, 38(1123), 2018-0219.

Keegan, R. J., Harwood, C. G., Spray, C. M., & Lavalley, D. E. (2009). A qualitative investigation exploring the motivational climate in early career sports participants: Coach, parent and peer influences on sport motivation. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(3), 361-372. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2008.12.003>

Kelley, B., & Carchia, C. (2013). "Hey, data data—swing!". *ESPN The Magazine*.

Kidman, L., McKenzie, A., & McKenzie, B. (1999). The nature and target of parents' comments during youth sport competitions. *Journal of Sport Behavior*, 22(1), 54-68.

Kingston, K., Lane, A., & Thomas, O. (2010). A temporal examination of elite performers' sources of sport-confidence. *The Sport Psychologist*, 24(3), 313-332. <https://doi.org/10.1123/tsp.24.3.313>

Kirscht, J. P. (1974). The health belief model and illness behavior. *Health Education Monographs*, 2(4), 387-408. <https://doi.org/10.1177/109019817400200406>

Klinger, E. (1975). Consequences of Commitment to and Disengagement from Incentives. *Psychological Review*, 82(1), 1-25. <http://dx.doi.org/10.1037/h0076171>

Koehn, S., Pearce, A. J., & Morris, T. (2013). The Integrated Model of Sport Confidence: A Canonical Correlation and Mediation Analysis. *Journal of*

## CAPÍTULO IX – REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Sport and Exercise Psychology*, 35(6), 644-654.  
<https://doi.org/10.1123/jsep.35.6.644>
- Koka A., & Hein, V. (2003). Perceptions of teacher's feedback and learning environment as predictors of intrinsic motivation in physical education. *Psychology of Sport and Exercise*, 4(4), 333-346.  
[https://doi.org/10.1016/s1469-0292\(02\)00012-2](https://doi.org/10.1016/s1469-0292(02)00012-2)
- Laird, Y., Fawkner, S., Kelly, P., McNamee, L., & Niven, A. (2016). The role of social support on physical activity behaviour in adolescent girls: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 13(79), 1-14. <https://doi.org/10.1186/s12966-016-0405-7>
- Latiesa, M. (2003). Validez y fiabilidad de las observaciones sociológicas. En M. García, J. Ibáñez y F. Alvira (Eds.), *El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de investigación* (pp. 409-443). Alianza Editorial.
- Lavallee, D., Sheridan, D., Coffee, P., & Daly, P. (2019). A Social Support Intervention to Reduce Intentions to Drop-out from Youth Sport: The GAA Super Games Psychosocial Intervention, 28(1), 11-17.  
<https://doi.org/10.5093/pi2018a15>
- Lee, M., & MacLean, S. (1997). Sources of parental pressure among age group swimmers. *European Journal of Physical Education*, 2(2), 167-177.  
<https://doi.org/10.1080/1740898970020204>
- Lent, R. W., & Lopez, F. G. (2002). Cognitive ties that bind: A tripartite view of efficacy beliefs in growth-promoting relationships. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 21(3), 256-286. <https://doi.org/10.1521/jscp.21.3.256.22535>

- Leser, R., & Baca, A. (2009). Practice oriented match analyses in table tennis as a coaching aid. En A. Lees, J. F. Kahn, & I. W. Mainard (Eds.), *Science and Racket Sports III* (pp.236-241). Routledge.
- Lewko, J. H., & Ewing, M. E. (1980). Sex differences and parental influence in sport involvement of children. *Journal of Sport Psychology*, 2(1), 62-68.  
<https://doi.org/10.1123/jsp.2.1.62>
- Li F., Harmer, P., & Acock, A. (1996). The task and ego orientation in sport questionnaire: Construct equivalence and mean differences across gender. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 67(2), 228-238.  
<https://doi.org/10.1080/02701367.1996.10607949>
- Light, R. L., & Harvey, S. (2017). Positive pedagogy for sport coaching. *Sport, Education and Society*, 22(2), 271-287.  
<https://doi.org/10.1080/13573322.2015.1015977>
- Linares, P. L. (2001). *Psicología de la Motricidad Humana*. Universidad de Granada.
- Lindner, K. J., Caine, D. J., & Johns, D. P. (1991). Withdrawal predictors among physical and performance characteristics of female competitive gymnasts. *Journal of sports sciences*, 9(3), 259-272.  
<https://doi.org/10.1080/02640419108729888>
- Lirgg, C. D. (1991). Gender differences in self-confidence in physical activity: A meta-analysis of recent studies. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 13(3), 294-310. <https://doi.org/10.1123/jsep.13.3.294>
- Lochbaum, M. R. & Roberts, G. C. (1993). Orientaciones de objetivos y percepciones de la experiencia deportiva. *Revista de Psicología del Deporte y el Ejercicio*, 15(2), 160-171.

## CAPÍTULO IX – REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Lochbaum, M. R., Kallinen, V., & Konttinen, N. (2017) Task and Ego Goal Orientations across the Youth Sports Experience. *Studia sportive*, 11(2), 99-105. <https://doi.org/10.5817/sts2017-2-10>
- Lochbaum, M. R., Zazo, R., Çetinkalp, Z., Wright, T., Graham, K. A., & Konttinen, N. (2016). A meta-analytic review of achievement goal orientation correlates in competitive sport. *Kineziologija*, 48(2), 159-173. <https://doi.org/10.26582/k.48.2.15>
- Lorenzo, A., y Calleja, J. (2010). *Factores condicionantes del desarrollo deportivo*. Diputación Foral de Bizkaia.
- Louro, H., Silva, A. J., Angüera, T., Marinho, D. A., Conceiçao, O., Conceiçao, A., & Campanico, J. (2010). Stability of patterns of behavior in the butterfly technique of the elite swimmers. *Journal of Sports Science and Medicine*, 9(1), 36-50.
- Lynn, M. R. (1986). Determination and quantification of content validity. *Nursing Research*, 35(6), 382-386. <http://dx.doi.org/10.1097/00006199-198611000-00017>
- Machida, M., Ward, R. M., & Vealey, R. S. (2012). Predictors of sources of self-confidence in collegiate athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10(3), 172–185. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2012.672013>
- Maehr, M. L. (1984). Meaning and Motivation Toward a Theory of Personal Investment. *Research on Motivation in Education*, 1, 115-144.
- Maehr, M., & Nicholls, J. (1980). Culture and achievement motivation: A second look. In N. Warren (Ed.), *Studies in cross cultural psychology (vol. 3)*. Academic Press.

- Magyar, T. M., & Feltz, D. L. (2003). The influence of dispositional and situational tendencies on adolescent girls' sport confidence sources. *Psychology of Sport and Exercise*, 4(2), 175-190. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(01\)00037-1](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(01)00037-1)
- Mandigo, J. L., & Holt, N. L. (1999). *Putting Theory Into Practice: How Cognitive Evaluation Theory Can Help Us Better Understand How To Motivate Children In Physical Activity Environments*. University of Alberta.
- Marcén, C., Gimeno, F., & Gómez, C. (2012). Evaluación del constructo "apoyo parental" en jóvenes deportistas de competición. *Revista Prisma Social*, 9, 209-224.
- Marcus, B. H., Bock, B. C., Pinto, B. M., Forsyth, L. A. H., Roberts, M. B., & Traficante, R. M. (1998). Efficacy of an individualized, motivationally-tailored physical activity intervention. *Annals of Behavioral Medicine: A Publication of the Society of Behavioral Medicine*, 20(3), 174-180. <https://doi.org/10.1007/BF02884958>
- Marí, P. (2011). *Aprender de los campeones*. Plataforma Editorial.
- Márquez, S., Vives, L. y Garcés de los Fayos, E. (2010). Adherencia y abandono en la actividad física y deportiva. En S. Márquez y N. Garatachea (Eds.), *Actividad Física y Salud* (pp. 225-239). Díaz de Santos.
- Marsh, H. W. (1994). Sport motivation orientations: Beware of jingle-jangle fallacies. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 16(4), 365-380. <https://doi.org/10.1123/jsep.16.4.365>
- Marshall, A. L., Bauman, A. E., Owen, N., Booth, M. L., Crawford, D., & Marcus, B. H. (2003). Population based randomized controlled trial of a stage-targeted physical activity intervention. *Annals of Behavioral Medicine*, 25(3), 194-202. [https://doi.org/10.1207/S15324796ABM2503\\_05](https://doi.org/10.1207/S15324796ABM2503_05)



## CAPÍTULO IX – REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Martens, R. (1993). Psychological perspectives. En B. Cahill y A. Pearl (Ed.), *Intensive participation in children's sport* (pp. 9-17). Human Kinetics.
- Martínez-Arias, M. R. (1995). *Psicometría: teoría de los tests psicológicos y educativos*. Síntesis.
- Masnou, M., y Puig, N. (1999). El acceso al deporte. Los itinerarios deportivos. En Blazquez, D. (Ed.), *La iniciación deportiva y el deporte escolar* (pp. 371-394). Inde.
- McAuley, E., & Jacobson, L. (1991). Self-efficacy and exercise participation in sedentary adult females. *American Journal of Health Promotion: AJHP*, 5(3), 185–207. <https://doi.org/10.4278/0890-1171-5.3.185>
- McCarthy, P. J., & Jones, M. V. (2007). A qualitative study of sport enjoyment in the sampling years. *The Sport Psychologist* 21(4), 400–416. <https://doi.org/10.1123/tsp.21.4.400>
- McFarlin, D. B., & Blascovich, J. (1981). Effects of self-esteem and performance feedback on future affective preferences and cognitive expectations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 40(3), 521–531. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.40.3.521>
- Moen, F., Federici, R. A., & Abrahamsen, F. (2015). Examining Possible Relationships between Self-Determination and Burnout among Junior Athletes in Sport. *International Journal of Coaching Science*, 9(2), 43–58.
- Molinero, O., Salguero del Valle, A. y Márquez, S. (2011). Autodeterminación y adherencia al ejercicio: estado de la cuestión. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 25(7), 287-304. <https://doi.org/10.5232/ricyde2011.02504>

- Molinero, O., Salguero, A., Tuero, C., Álvarez, E., & Márquez, S. (2006). Dropout reasons in young Spanish athletes: Relationship to gender, type of sport and level of competition. *Journal of Sport Behavior*, 29(3), 255–269.
- Montesano, P., Tafuri, D., & Mazzeo, F. (2017). The drop-outs in young players. *Journal of Physical Education and Sport*, 16(4), 1242–1246. <https://doi.org/10.7752/jpes.2016.04197>
- Morales, J. F., Gavira, E., Moya, M. y Cuadrado, I. (1999). *Psicología social*. Mc Graw Hill.
- Moreno, E. y Gil, J. (2003). El Modelo de Creencias de Salud: Revisión Teórica, Consideración Crítica y Propuesta Alternativa. I: Hacia un Análisis Funcional de las Creencias en Salud. *Revista Internacional de Psicología y Terapia Psicológica*, 3(1), 91-109.
- Moreno, J. A. y Martínez, A. (2006). Importancia de la teoría de la autodeterminación en la práctica físico-deportiva: Fundamentos e implicaciones prácticas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 6(2), 39-54.
- Moreno, M. P., Claver, F., Gil, A., Moreno, A., y Jiménez, R. (2014). Perfil cognitivo y emocional de los jugadores del campeonato de España de voleibol infantil y cadete 2013. *Revista Cronos*, 13(2), 1-9.
- Mudrak, J. (2010). Sprinters in the course of a marathon: Withdrawal from elite competitive sport in adolescence. *Gifted and Talented International* 25(2), 125–136. <https://doi.org/10.1080/15332276.2010.11673576>
- Música, D., & Olaya, J. (2022). Analysis of school-age dropout in endurance sports: a systematic review. *Journal of Physical Education and Sport*, 22(2), 311-320 <https://doi.org/10.7752/jpes.2022.02040>

## CAPÍTULO IX – REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Muñiz, J. y Hambleton, R. K. (2000). Adaptación de los tests de unas culturas a otras. *Metodología de las Ciencias del Comportamiento*, 2(2), 129-149.
- Myers, N. D., Feltz, D. L., Guillén, F., & Dithurbide, L. (2012). Development of, and initial validity evidence for, the Referee Self-Efficacy Scale: A multistudy report. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 34(6), 737-765. <https://doi.org/10.1123/jsep.34.6.737>
- Nache, C. M., Bar-Eli, M., Perrin, C., & Laurencelle, L. (2005). Predicting dropout in male youth soccer using the theory of planned behavior. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 15(3), 188–197. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2004.00416.x>
- Newton, M., Duda, J. L., & Yin, Z. (2000). Examination of the psychometric properties of the Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2 in a sample of female athletes. *Journal of Sport Sciences*, 18(4), 275-290. <https://doi.org/10.1080/026404100365018>
- Nicaise, V., Bois, J., Fairclough, S., Amorose, A., & Coggerino, G. (2007). Girls and boys perceptions of physical education teacher's feedback: effects on performance and psychological responses. *Journal of Sports Sciences*, 25(8), 915-926. <https://doi.org/10.1080/02640410600898095>
- Nicholls, J. G. (1989). *The competitive ethos and democratic*. Harvard University Press.
- Nichols, J. G. (1984). Achievement motivation: Conceptions of ability, subjective experience, task choice and performance. *Psychological Review*, 91(1), 328-346. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.91.3.328>
- Ntoumanis, N. (2005). Un estudio prospectivo de la participación en la educación física escolar opcional utilizando un marco de teoría de la autodeterminación. *Revista de Psicología Educativa*, 97(3), 444-453. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.97.3.444>

- Ntoumanis, N., & Biddle, S. (1999). A review of motivational climate in physical activity. *Journal of Sport Sciences*, 17(8), 643-665. <https://doi.org/10.1080/026404199365678>
- Ntoumanis, N., & Biddle, S. (2007). Affect and achievement goals in physical activity: A meta-analysis. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 9(6), 315- 332. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.1999.tb00253.x>
- Nunnally, J. C. y Bernstein, I. J. (1995). *Teoría psicométrica*. Editorial McGrawHill Latinoamericana.
- Nunomura, M., & Oliveira, M. S. (2013). Parents' support in the sports career of young gymnasts. *Science of Gymnastics Journal*, 5(1), 5-17.
- Nuviala, A. (2004). Una experiencia contrastada de dos modelos diferentes: la importancia de la profesionalización. En Nuviala, A., Zaragoza, J. y Julián, J. (Eds.), *El deporte en edad escolar desde la perspectiva municipal* (pp.108-122). Ayuntamiento de Huesca.
- Nuviala, A., Tamayo, J.A., Nuviala, R., Pereira, E. y Carvalho, J. (2012). Predicción del abandono deportivo en la adolescencia a través del estudio de la calidad percibida. *Movimiento*, 18(1), 221-239.
- O'Brien, S. J., & Vertinsky, P. A. (1991). Unfit survivors: Exercise as a resource for aging women. *The Gerontologist*, 31(3), 347-357. <https://doi.org/10.1093/geront/31.3.347>
- Ogilvie, B. y Howe, M. (1991). El trauma de la finalización de la vida deportiva. En J. Williams (Ed.), *Psicología aplicada al deporte* (pp. 523-548). Biblioteca Nueva.
- Ommundsen, Y., & Vaglum, P. W. (1997). Competence, perceived importance of competence and drop-out from soccer: a study of young players.

## CAPÍTULO IX – REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 7(6), 373-383.  
<https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.1997.tb00170.x>
- Pallarés, J. (1998). Los agentes psicosociales como moduladores de la motivación en deportistas jóvenes orientados al rendimiento: un modelo causal. *Revista de Psicología del Deporte*, 7(2), 275-281.
- Papaioannou, A. (1994). Development of a questionnaire to measure achievement goals in physical education. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 65, 11-20. <https://doi.org/10.1080/02701367.1994.10762203>
- Papaioannou, A. (2000). *Attitudes, Perception and Behaviors in (1) the Physical Education Lesson, (2) the Sport Context, (3) Towards a Healthy Lifestyle, of Persons Differing in Age, Gender, Socio- economic Status, Religion and Level of Motor Difficulty*. Center of Educational Research.
- Parlebás, P. (1988). *Elementos de sociología del deporte*. Universidad Internacional Deportiva.
- Parlebas, P. (2001). *Léxico de praxiología motriz*. Paidotribo
- Parra, C. M., Restrepo, G., Usuga, O. C., Castañeda, E., Estrada, P., Uñates, E. M., Gil, A. M. y Mendoza, R. R. (2015). Relación del autoconcepto y del acompañamiento psicopedagógico con el rendimiento académico en estudiantes de primer semestre de ingeniería. *Ingeniería y Sociedad*, (9), 41-66.
- Pastorelli, C., Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Rola, J., Rozsa, S., & Bandura, A. (2001). The structure of children's perceived self-efficacy: a crossnational study. *European Journal of Psychological Assessment*, 17(2), 87-97.  
<https://doi.org/10.1027/1015-5759.17.2.87>

- Patel, D. R., Yamasaki, A., & Brown, K. (2017). Epidemiology of sports-related musculoskeletal injuries in young athletes in United States. *Translational Pediatrics*, 6 (3), 160-166. <https://doi.org/10.21037/tp.2017.04.08>
- Pedhazur, E. J. (1982). *Multiple regressions in behavioral research* (2d ed.). Holt, Rinehart & Winston.
- Peiró, C. (1999). La teoría de las perspectivas de meta y la educación física: Un estudio sobre los climas motivacionales. *Revista de psicología social aplicada*. 9(1), 25-44
- Penfield, R. D., & Giacobbi, P. R., Jr. (2004). Applying a score confidence interval to Aiken's item content-relevance index. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 8(4), 213-225. [https://doi.org/10.1207/s15327841mpee0804\\_3](https://doi.org/10.1207/s15327841mpee0804_3)
- Pennington, C. G. (2001). Applying the Transtheoretical Model of Behavioral Change to Establish Physical Activity Habits. *International Journal of Leisure Recreation Patterns Science (JLRP)*, 2(1), 1-8.
- Pensgaard, A. M., & Roberts, G. C. (2003). Achievement goal orientations and the use of coping strategies among Winter Olympians. *Psychology of Sport and Exercise*, 4(2), 101-116. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(01\)00031-0](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(01)00031-0)
- Peña, J., Gil-Puga, B., Piedra, A., Altarriba-Bartés, A., Loscos-Fàbregas, E., Chulvi-Medrano, I., Casals, M. & García de Alcaraz, A. (2023). Epidemiology and risk factors in young female athletes: basketball, soccer, and volleyball. *Apunts Educación Física y Deportes*, 2(152), 1-12. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2023/2\).152.01](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2023/2).152.01)
- Pérez, J. A. y Suárez, C. (2007). Estudio del abandono de los jóvenes de la competición deportiva. *Revista de deporte y ejercicio humano*, 2(1), 28-34.

## CAPÍTULO IX – REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Petitpas, A. J. (1978). Identity foreclosure: A unique challenge. *Personnel and Guidance Journal*, 56(9), 558-561. <https://doi.org/10.1002/j.2164-4918.1978.tb05310.x>
- Petlichkoff, L. M. (1992). Youth sport participation and withdrawal: Is it simply a matter of fun? *Pediatric Exercise Science*, 4(2), 105-110. <https://doi.org/10.1123/pes.4.2.105>
- Polischuk, V. (2003). *Atletismo y perfeccionamiento*. Paidotribo.
- Pooley, J. C. (1980). Drop outs. *Coaching Review*, 3, 36-38.
- Pozo, A. (2007). Intensidad y dirección de la ansiedad competitiva y expectativas de resultados en atletas y nadadores. *Revista de Psicología del Deporte*, 16(2), 137-150.
- Prochaska, J. O., & DiClemente, C. C. (1983). Stages and processes of self-change in smoking: Toward an integrative model of change. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51(3), 390-395. <https://doi.org/10.1037//0022-006x.51.3.390>
- Prochaska, J. O., DiClemente, C. C., & Norcross, J. C. (1992). In search of how people change: Applications to addictive behaviors. *American Psychologist*, 47(9), 1102-1114. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.47.9.1102>
- Puig, N. (1996). *Joves i esport*. Generalitat de Catalunya.
- Raymore, L., Godbey, G. C., Crawford, D. W., & Eye, A. V. (1993). The nature and process of leisure constraints: An empirical test. *Leisure Sciences*, 15(2), 99-118. <https://doi.org/10.1080/01490409309513191>
- Rees, T., & Freeman, P. (2007). The effects of perceived and received support on self-confidence. *Journal Sports Science*. 25(9), 1057–1065. <https://doi.org/10.1080/02640410600982279>

- Reyes, L. (2007). La Teoría de la Acción Razonada: Implicaciones para el estudio de las actitudes. *Investigación Educativa*, 7, 66-77.
- RFEA. (2009). *Reglamento de la Real Federación Español de Atletismo*. RFEA.
- Riddoch, C. J., Andersen, L. B., & Wedderkopp, N., (2004). Physical activity levels and patterns of 9- and 15-yr- old European children. *Medicine and Science in Sports and Exercise* 36, 86-92. <https://doi.org/10.1249/01.MSS.0000106174.43932.92>
- Rintaugu, E. G., Mwangi, F. M., & Toriola, A. L. (2018). Sources of sports confidence and contextual factors among university athletes. *Journal of physical education and sport*, 18(2), 889-895. <https://doi.org/10.7752/jpes.2018.02132>
- Rius, J. (1997). *Metodología del Atletismo*. Paidotribo.
- Roberts, G. C. (2001). Understanding the dynamics of motivation in physical activity: The influence of achievement goals on motivational processes. In G. C. Roberts (Ed.), *Advances in motivation in sport and exercise* (pp. 1-50). Human Kinetics.
- Roberts, G. C., Hall, H., Jackson, S. A., Kimiecik, J., & Tonymon, P. (1995). Implicit theories of achievement and the sport experience: Effect of goal orientation on achievement strategies and perspectives. *Perceptual and Motor Skills*, 81(1), 219-224. <https://doi.org/10.2466/pms.1995.81.1.219>
- Roberts, G. C., Kleiber, D. A., & Duda, J. L. (1981). An analysis of motivation in children's sport: The role of perceived competence in participation. *Journal of Sport Psychology*, 3(3), 206-216. <https://doi.org/10.1123/jsp.3.3.206>
- Robinson, T. T., & Carron, A. V. (1982). Personal and situational factors associated with dropping out versus maintaining participation in competitive sport. *Journal of Sport Psychology*, 4(4), 364-378. <https://doi.org/10.1123/jsp.4.4.364>



## CAPÍTULO IX – REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Rokka, S., Mavridis, G., Bebetos, E., & Mavridis, K. (2009). Competitive state anxiety among junior handball players. *The Sport Journal*, 12(3), 1-7.
- Rosenstock, I. M. (1974). Historical origins of the health belief model. *Health Education Monographs*, 2(4), 328-335.  
<https://doi.org/10.1177/109019817400200403>
- Rotella, R. J., Hanson, T., & Coop, R. H. (1991). Burnout in youth sports. *The Elementary School Journal*, 91(5), 421-428. <https://doi.org/10.1086/461664>
- Rottensteiner, C., Tolvanen, A., Laakso, L., & Konttinen, N. (2015). Youth Athletes' Motivation, Perceived Competence, and Persistence in Organized Team. *Journal of Sport Behavior*, 38(4), 432-449.
- Ruiz, L. M., y Sánchez, F. (1997). *Rendimiento deportivo claves para la optimización de los aprendizajes*. Gymnos.
- Ryan, R. M., Frederick, C. M., Lepes, D., Rubio, N., & Sheldon, K. M. (1997). Intrinsic motivation and exercise adherence. *International Journal of Sport Psychology*, 28(4), 335-354.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). The darker and brighter sides of human existence: Basic psychological needs as a unifying concept. *Psychological Inquiry*, 11(4), 319-338. [https://doi.org/10.1207/s15327965pli1104\\_03](https://doi.org/10.1207/s15327965pli1104_03)
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. The Guilford Press.  
<https://doi.org/10.1521/978.14625/28806>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2019). Brick by brick: The origins, development, and future of self-determination theory. In A. J. Elliot (Ed.), *Advances in motivation science* (pp. 111-156). Elsevier Academic Press.  
<https://doi.org/10.1016/bs.adms.2019.01.001>

Sagar, S., & Jowett, S. (2012). The Effects of Age, Gender, Sport Type and Sport Level on Athletes' Fear of Failure: Implications and Recommendations for Sport Coaches. *International Journal of Coaching Science*, 6(2), 61-82.

Salguero, A., Gonzalez-Boto, R., Tuero, C., & Márquez, S. (2003). Identification of dropout reasons in young competitive swimmers. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness* 43(4), 530–534.

Sallis, J. F., & Patrick, K. (1994). Physical activity guidelines for adolescent: consensus statement. *Pediatric Exercise Science*, 6, 302-314. <https://doi.org/10.1123/pes.6.4.302>

Sallis, J. F., Prochaska, J. J., & Taylor, A. C. (2000). A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Medicine and Science in Sport and Exercise*, 32(5), 963-975. <https://doi.org/10.1097/00005768-200005000-00014>

Sánchez, M. (2002). *El proceso de llegar a ser experto en baloncesto: Un enfoque psicosocial* [Tesis doctoral]. Universidad de Granada.

Sánchez-Miguel, P. A., Leo, F. M., Sánchez-Oliva, D., Amado, D., & García-Calvo, T. (2013). The Importance of Parents' Behavior in their Children's Enjoyment and Amotivation in Sports. *Journal of Human Kinetics*, 36(1), 169–177. <https://doi.org/10.2478/hukin-2013-0017>

Sánchez-Miguel, P. A., Pulido, J. J., Amado, D., Leo, F. M., Sánchez-Oliva, D. y González, I. (2015). Perfiles de comportamiento de los padres en el deporte y su relación con los procesos motivacionales de sus hijos. *Motricidade*, 11(2), 129-142. <https://dx.doi.org/10.6063/motricidade.3777>

Santos, F., Grava de Moraes, M., Pestana, D., Barroso, V., & Lopes, C. E. (2022). Motivation and Perception of Parental Support: A Study with Young Athletes of Individual and Team Sports. *Retos*, (45), 671-678.

## CAPÍTULO IX – REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Sarrazin, P., Vallerand, R., Guillet, E., Pelletier, L., & Cury, F. (2002). Motivation and dropout in female handballers: A 21-month prospective study. *European Journal of Social Psychology*, 32(3), 395–418. <https://doi.org/10.1002/ejsp.998>
- Saville, P., Bray, S. R., Martin Ginis, K. A., Calrney, J., Marinoff-Shupe, D., & Pettit, A. (2014). Sources of Self-Efficacy and Coach/Instructor Behaviors Underlying Relation-Inferred Self-Efficacy (RISE) in Recreational Youth Sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 36(2), 146-56. <https://doi.org/10.1123/jsep.2013-0144>
- Scanlan, T. K., Carpenter, P. J., Schmidt, G. W., Simons, J. P., & Keeler, B. (1993). An introduction to the sport commitment model. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 15(1), 1- 15. <https://doi.org/10.1123/jsep.15.1.1>
- Scanlan, T. K., Russell, D. G., Beals, K. P. & Scanlan, L. A. (2003). Project on EliteAthlete Commitment (PEAK): II. A direct test and expansion of the Sport Commitment Model with elite amateur sportsmen. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 25(3), 377-401. <https://doi.org/10.1123/jsep.25.3.377>
- Scanlan, T. K., Simons, J. P., Carpenter, P. J., Schmidt, G. W., & Keeler, B. (1993). The Sport Commitment Model: measurement development for the youth-sportdomain. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 15(1), 16-38. <https://doi.org/10.1123/jsep.15.1.16>
- Scanlan, T. K, Chow, C., Sousa, C., Scalan, L. A., & Knifsend C. A. (2016). The Development of the Sport Commitment Questionnaire-2 (English Version). *Psychology of Sport and Exercise*, 22, 233-246. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.08.002>

- Sebire, S. J., Standage, M., & Vansteenkiste, M. (2008). Development and validation of the Goal Content for Exercise Questionnaire. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 30*(4), 353–377. <https://doi.org/10.1123/jsep.30.4.353>
- Segado, F. (2009). *El papel de los incidentes críticos en el complemento de la información sobre la calidad de los servicios, en las instalaciones de ocio náutico de la Región de Murcia: relación entre percepción de la calidad, satisfacción y lealtad del consumidor* [Tesis doctoral]. UCAM.
- Sheeran, P., Norman, P., & Orbell, S. (1999). Evidence that intentions based on attitudes better predict behaviour than intentions based on subjective norms. *European Journal of Social Psychology, 29*(2-3), 403–406. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-0992\(199903/05\)29:2/3<403::AID-EJSP942>3.0.CO;2-A](https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-0992(199903/05)29:2/3<403::AID-EJSP942>3.0.CO;2-A)
- Sheridan, D., Coffee, P., & Lavalley, D. (2014). A systematic review of social support in youth sport. *International Review of Sport and Exercise Psychology, 7*(1), 198-228. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2014.931999>
- Sherwood, N. E., & Jeffery, R. W. (2000). The behavioral determinants of exercise: implications for physical activity interventions. *Annual Review of Nutrition, 20*(1), 21-44. <https://doi.org/10.1146/annurev.nutr.20.1.21>
- Sibley, B. A., & Bergman, S. M. (2016). Relationships among goal contents, exercise motivations, physical activity, and aerobic fitness in university physical education courses. *Perceptual and Motor Skills, 122*(2), 678–700. <https://doi.org/10.1177/0031512516639802>

## CAPÍTULO IX – REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Smith, J. A., & Osborn, M. (2008). Interpretative phenomenological analysis. In J. A. Smith (Ed.), *Qualitative psychology: A practical guide to research methods* (pp. 53-81). Sage.
- Smith, N., Tessier, D., Tzioumakis, T., Fabra, P., Quested, E., Appleton, P., Sarrazin, P., Papaioannou, A., Balaguer, I., & Duda, J. L. (2016). The relationship between observed and perceived assessments of the coach-created motivational environment and links to athlete motivation. *Psychology of Sport and Exercise*, 23, 51-63. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.11.001>
- Smith, R. E. (1986). Toward a cognitive-affective model of athletic burnout. *Journal of Sport Psychology*, 8(1), 36–50. <https://doi.org/10.1123/jsp.8.1.36>
- Smoll, F. L. (1991). Relaciones padres-entrenador: Mejorar la calidad de la experiencia deportiva. En J.M. Williams (Ed.), *Psicología aplicada al deporte* (pp. 92-110). Biblioteca Nueva.
- Snyder, R. (1996). Recruiting and retaining swimmers. *Consulta*, 24(1), 1.
- Steinberg, G. M., Robert, N., & Murphey, M. (2000). The benefits to sport achievement when a multiple goal orientation is emphasized. *Journal of Sport Behavior*, 23(4) 407-423.
- Taylor I. M., Ntoumanis N., Standage M., & Spray C. M. (2010). Motivational predictors of physical education students' effort, exercise intentions, and leisure-time physical activity: A multilevel linear growth analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology* 32(1), 99-120. <https://doi.org/10.1123/jsep.32.1.99>
- Taylor, S. J. y Bogdan, R. (1989). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Paidós.

- Teixeira, P. J., Carraça, E. V., Markland, D., Silva, M. N., & Ryan, R. M. (2012). Exercise, physical activity, and self-determination theory: a systematic review. *International Journal Behaviour Nutrition Physical Activity*, 9(78), 1-30. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-9-78>
- Terry, D. J., & O'Leary, J. E. (1995). The theory of planned behaviour: The effects of perceived behavioural control and self-efficacy. *British Journal of Social Psychology*, 34(2), 199-220. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8309.1995.tb01058.x>
- Thogersen, C., & Ntoumanis, N. (2006). The role of self-determined motivation to the understanding of exercise-related behaviours, cognitions and physical self-evaluation. *Journal of Sport Sciences*, 24(4), 393-404. <https://doi.org/10.1080/02640410500131670>
- Thomas, J., & Nelson, J. (2007). *Métodos de investigación en actividad física*. Editorial Paidotribo.
- Thomas, J., Cote, J., & Deakin, J. (2008). Understanding dropout and prolonged engagement in adolescent competitive sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(5), 645-662. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2007.08.003>
- Todd, J., & Edwards, J. R. (2021). Understanding parental support in elite sport: a phenomenological approach to exploring midget triple a hockey in the Canadian Maritimes. *Sport in Society*, 24(9), 1590-1608. <https://doi.org/10.1080/17430437.2020.1763311>
- Torregrosa, M., Cruz, J., Sousa, C., Vildarich, C., Villamarín, F., Garcia Mas, A., y Palou, P. (2007). La influencia de padres y madres en el compromiso deportivo de futbolistas jóvenes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 39(2), 227-237.

## CAPÍTULO IX – REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Torregrosa, M., Sousa, C., Viladrich, C., Villamarín, F. y Cruz, J. (2008). El clima motivacional y el estilo de comunicación del entrenador como predictores del compromiso en futbolistas jóvenes. *Psicothema*, 20(2), 254-259.
- Treasure, D. C., & Roberts, G. C. (1994). Cognitive and affective concomitants of task and ego goal orientations during the middle school years. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16(1), 15-28. <https://doi.org/10.1123/jsep.16.1.15>
- Triadó, C. (2021). El Salto de Altura. En García-Roca, J. A, Sánchez-Pato, A. y Hernández, M.C. (Eds.), *Atletismo para Jóvenes* (pp. 111-120). INDE.
- Tsopani, D., Dallas, G., & Skordilis, E. K. (2011). Competitive state anxiety and performance in young female rhythmic gymnasts. *Perceptual and motor skills*, 112(2), 549–560. <https://doi.org/10.2466/05.09.20.PMS.112.2.549-560>
- Turman, P. D. (2007). Parental Sport Involvement: Parental Influence to Encourage Young Athlete Continued Sport Participation. *Journal of Family Communication*, 7(3), 151-175. <https://doi.org/10.1080/15267430701221602>
- Turnnidge, J., Vierimaa, M., & Côté, J. (2012). An in-depth investigation of a model sport program for athletes with a physical disability. *Psychology*, 7(3), 1131–1141. <https://doi.org/10.4236/psych.2012.312A167>
- Ullrich-French, S., & Smith, A. L. (2009). Social and motivational predictors of continued youth sport participation. *Psychology Sport Exercise*, 10(1), 87–95. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2008.06.007>
- Valero, A. y Gómez-Mármol, A. (2013). Fundamentos del modelo ludotécnico para la iniciación al atletismo. *Trances: Revista de Transmisión del Conocimiento Educativo y de la Salud*, 5(5), 391-410.

- Van Yperen, N. W. (1997). Inequity and vulnerability to dropout symptoms: An exploratory causal analysis among highly skilled youth soccer players. *The Sport Psychologist*, 11(3), 318-325. <https://doi.org/10.1123/tsp.11.3.318>
- Vealey R.S., Hayashi, S.W., Gamer-Holman, M., & Giacobbi, P. (1998). Sources of sport confidence: Conceptualization and instrument development. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 20(1), 54-80. <https://doi.org/10.1123/jsep.20.1.54>
- Vealey, R. S. (1986). Conceptualization of sport-confidence and competitive orientation: Preliminary investigation and instrument development. *Journal of Sport Psychology*, 8(3), 221-246. <https://doi.org/10.1123/jsp.8.3.221>
- Vealey, R. S. (1988). Sport-confidence and competitive orientation: An addendum on scoring procedures and gender differences. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 10(4), 471-478. <https://doi.org/10.1123/jsep.10.4.471>
- Vealey, R. S., & Campbell, J. L. (1988). Achievement goals of adolescent figure skaters: Impact on self-confidence, anxiety, and performance. *Journal of Adolescent Research*, 3(2), 227- 243. <https://doi.org/10.1177/074355488832009>
- Vélez, M. (2008). *Rendiment Atletisme I*. I.N.E.F.
- Vélez, M. y Marín J. (2008). Carreras y Marcha: Marcha atlética. En Vélez, M. (Ed.), *Rendiment Atletisme I* (p. 10). I.N.E.F.
- Villwock, G., & Valentini, N. C. (2007). Percepção de competência atlética, orientação motivacional e competência motora em crianças de escolas públicas: estudo desenvolvimentista e correlacional. *Revista Brasileira Educação Física Esporte*, 21(4), 245-257. <https://doi.org/10.1590/S1807-55092007000400001>



## CAPÍTULO IX – REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Vives, L. y Garcés de Los Fayos, E. J. (2002). Autoconfianza y deporte: Aportaciones de de la psicología del deporte para su optimización. En A. Olmedilla, E. J. Garcés de Los Fayos, y G. Nieto (Eds.), *Manual de psicología del deporte* (pp. 235-257). Diego Marín.
- Vosloo, J., Ostrow, A., & Watson, J. C. (2009). The relationships between motivational climate, goal orientations, anxiety, and self-confidence among swimmers. *Journal of Sport Behavior*, 32(3), 376–393.
- Wang, C. K. J., Liu, W. C., Sun, Y., Lim, B. S. C., & Chatzisarantis, N. L. D. (2010). Chinese students' motivation in physical activity: Goal profile analysis using Nicholl's achievement goal theory. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 8(3), 284–301. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2010.9671954>
- Wang, C. K. J., Pyun, D. Y., Kim, J. Y., & Chatzisarantis, N. L. D. (2009). Testing for multigroup invariance of the perceived locus of causality in sport. *Personality and Individual Differences*, 47(6), 590-594. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.05.008>
- Weiss, M. R., Ebbeck, V., & Horn, T. S. (1997). Children's self-perceptions and sources of physical competence information: A cluster analysis. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 19(1), 52–70. <https://doi.org/10.1123/jsep.19.1.52>
- Weiss, M. R., Wiese, D. M., & Klint, K. A. (1989). Head over heels with success: The relationship between self-efficacy and performance in competitive youth gymnastics. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 11(4), 444–451. <https://doi.org/10.1123/jsep.11.4.444>
- Weiss, M. R., & Chaumeton, N. (1992). Motivational orientations in sport. In T. S. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology* (pp. 61-99). Human Kinetics.

West, G. S., & Strand, B. (2016). Preventing youth sports dropouts. *Louisiana Association of Health, Physical Education, Recreation, and Dance (LAHPERD) Journal*, 79(2), 13–15.

White, R. W. (1959). Motivation reconsidered: The concept of competence. *Psychological Review*, 66(5), 297–333. <https://doi.org/10.1037/h0040934>

White, S. A., Duda, J. L., & Keller, M. R. (1998). The relationship between goal orientation and perceived purposes of sport among youth sport participants. *Journal Sport Behaviour*, 21, 474–484.

Whitehead, J. R., Andrée, K. V., & Lee, M. J. (2004). Achievement perspectives and perceived ability: How far do interactions generalize in youth sport? *Psychology of Sport and Exercise*, 5(3), 291-317. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(03\)00016-5](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(03)00016-5)

Wiersma, L. D. (2001). Conceptualization and Development of the Sources of Enjoyment in Youth Sport Questionnaire. *Measurement in Physical Education and Exercise Science* 5(3), 153-177. [https://doi.org/10.1207/S15327841MPPE0503\\_3](https://doi.org/10.1207/S15327841MPPE0503_3)

Williams, T. (26 de septiembre de 2017). *Reasons why kids drop out of sports. Our Everyday Life*. How to adult. <http://oureverydaylife.com/reasons-kids-drop-out-sports-10440.html>

Wilson, R., Sullivan, P., Myers, N., & Feltz, D. (2004). Sources of Sport Confidence of Master Athletes. *Journal of sport & exercise psychology*, 26(1), 369-384. <https://doi.org/10.1123/jsep.26.3.369>

Wing, E. K., Bélanger, M., & Brunet, J. (2016). Linking parental influences and youth participation in physical activity in- and out- of-school: the mediating role

## CAPÍTULO IX – REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- of self-efficacy and enjoyment. *American Journal of Health Behavior*, 40(1), 31-37. <https://doi.org/10.5993/AJHB.40.14>
- Wu, S., Feng, X., & Sun, X. (2020). Development and evaluation of the health belief model scale for exercise. *International Journal of Nursing Sciences*, 7(1), 23-30. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2020.07.006>.
- Yerkes, R. M., & Dodson, J. D. (1908). The relation of strength of stimulus to rapidity of habit-formation. *Journal of Comportamental and Neurological Psychology*, 18(1), 459-482. <https://doi.org/10.1002/cne.920180503>
- Yoo, J., & Kim, B. (2002). Young Korean athletes' goal orientation and sources of enjoyment. *Perceptual and Motor Skills*, 94(3), 1043-1049. <https://doi.org/10.2466/PMS.94.3.1043-1049>
- Yordy, G., & Lent, R. (1993). Predicting aerobic exercise participation: Social cognitive, reasoned action and planned behavior models. *Perceptual and Motor Skills*, 15(4), 363-374. <https://doi.org/10.1123/jsep.15.4.363>
- Yuan, K.-H., & Bentler, P. M. (2000). Robust mean and covariance structure analysis through iteratively reweighted least squares. *Psychometrika*, 65(1), 43-58. <https://doi.org/10.1007/BF02294185>
- Zurlo de Mirotti, S., & Casanovas, O. (2003). Edad de iniciación deportiva: óptimo momento psicofísico. *Archivos argentinos de pediatría*, 101(4), 296-311.



**X – ANEXOS**

■



## X - ANEXOS

## ANEXO 1. Cuestionario Fuentes de Confianza en el Deporte.

**SSCQ: Cuestionario de fuentes de confianza en el deporte  
(adaptación al contexto español)****INSTRUCCIONES:**

Piense en alguno de los momentos en que se sintió muy confiado mientras participaba en su deporte. ¿Qué cosas le hacían sentir confianza?, ¿qué cosas le ayudaron a creer en sus habilidades y le dieron confianza para que conseguir hacerlo bien y tener éxito?

La lista que proponemos más adelante son algunas de las cosas que pueden ayudar a los atletas a sentir confianza en situaciones deportivas. Para cada afirmación haga un círculo en el número que indica, cómo de importante es esto para ayudarle a tener confianza en su deporte. Por favor, responda a todas las preguntas a pesar de que puedan parecer repetitivas. No existen respuestas correctas o incorrectas porque cada atleta es diferente. Por favor, sea honesto en sus respuestas, estas serán completamente confidenciales.

**EJEMPLO:**

“Suelo ganar confianza como atleta cuando *mis amigos me animan*”

Nada							Muy
Importante							Importante
	1	2	3	4	5	6	7

**Algunos datos sobre ti:**

Nombre:

Fecha de Nacimiento:

Categoría:

Años de práctica:

Ciudad de residencia:

Club:

Entrenador/es:

Pruebas:

¿Has competido alguna vez?

En caso afirmativo rellena las cuestiones siguientes:

Mejores marcas:

Mejores posiciones (Campeonato, prueba y año):



## CAPÍTULO X – ANEXOS

AFIRMACIONES	Nada Importante					Muy Importante	
	1	2	3	4	5	6	7
1. Veo que mis compañeros me animan	1	2	3	4	5	6	7
2. Mantengo mi concentración en la tarea	1	2	3	4	5	6	7
3. Consigo mentalizarme	1	2	3	4	5	6	7
4. Domino nuevas habilidades en mi deporte (prueba)	1	2	3	4	5	6	7
5. Practico mi deporte en un ambiente que me gusta	1	2	3	4	5	6	7
6. Me siento bien con mi peso	1	2	3	4	5	6	7
7. Creo en las habilidades (capacidades) de mi entrenador	1	2	3	4	5	6	7
8. Se que me apoyan las personas importantes para mi	1	2	3	4	5	6	7
9. Demuestro que soy mejor que los otros	1	2	3	4	5	6	7
10. Veo el rendimiento exitoso de otros atletas	1	2	3	4	5	6	7
11. Se que estoy mentalmente preparado	1	2	3	4	5	6	7
12. Consigo Ganar	1	2	3	4	5	6	7
13. Mejoro en alguna acción técnica	1	2	3	4	5	6	7
14. Me siento bien con mi aspecto	1	2	3	4	5	6	7
15. Sé que mi entrenador va a tomar decisiones acertadas	1	2	3	4	5	6	7
16. Sé que los demás creen en mi y en mis habilidades. (capacidades)	1	2	3	4	5	6	7

17. Demuestro mi habilidad para ganar y/o clasificarme	1	2	3	4	5	6	7
18. Veo a otro atleta hacerlo bien	1	2	3	4	5	6	7
19. Estoy enfocado en lo que quiero conseguir	1	2	3	4	5	6	7
20. Mejoro mis habilidades técnicas	1	2	3	4	5	6	7
21. Me siento cómodo en la pista	1	2	3	4	5	6	7
22. Me siento a gusto con mi cuerpo	1	2	3	4	5	6	7
23. Sé que el entrenador es un buen líder	1	2	3	4	5	6	7
24. Me siento motivado por entrenadores y/o familiares	1	2	3	4	5	6	7
25. Se que puedo superar a mis oponentes	1	2	3	4	5	6	7
26. Observo como un compañero de entrenamiento lo hace bien.	1	2	3	4	5	6	7
27. Me preparo física y mentalmente	1	2	3	4	5	6	7
28. Incremento el numero de acciones técnicas que puedo realizar	1	2	3	4	5	6	7
29. Me gusta el ambiente en la pista	1	2	3	4	5	6	7
30. Confío en las decisiones de mi entrenador	1	2	3	4	5	6	7
31. Recibo ánimos de entrenadores y/o de familiares.	1	2	3	4	5	6	7
32. Demuestro que soy mejor que mis oponentes	1	2	3	4	5	6	7
33. Veo a mis amigos tener un rendimiento exitoso	1	2	3	4	5	6	7
34. Creo en mi habilidad para esforzarme al	1	2	3	4	5	6	7

## CAPÍTULO X – ANEXOS

máximo

35. Recibo apoyo y reconocimiento de los demás	1	2	3	4	5	6	7
36. Demuestro que soy uno de los mejores	1	2	3	4	5	6	7
37. Observo a compañeros de mi nivel tener éxito	1	2	3	4	5	6	7
38. Desarrollo nuevas habilidades y mejoro gracias a ello	1	2	3	4	5	6	7
39. Siento que mi entrenador proporciona un liderazgo efectivo	1	2	3	4	5	6	7

**ANEXO 2.- Guión entrevista.****DIMENSIONES:**

- VALORES DEL DEPORTE SEGÚN PADRES-MADRES.
  - ¿Cuál es su relación con el deporte?
  - ¿Qué opina sobre que su hijo/a practique deporte? /¿Porqué piensas que tu hijo debe hacer deporte?
  - ¿Qué valores cree que hay implícitos en el deporte que sean buenos para su hijo/a?
  - ¿Qué importancia le da al deporte de su hijo/a sobre sus otras actividades?( escuela, actividades extraescolares, tiempo libre...)
- RELACIÓN PADRE-MADRE Y ESCUELAS DEPORTIVAS
  - ¿Qué piensa sobre la oferta deportiva de ...(nombre de la ciudad)?
  - ¿Qué piensa sobre las escuelas deportivas de...( nombre de la ciudad)?
  - ¿Qué piensa sobre la escuela deportiva a la que va su hijo/a?
- IMPLICACIÓN PADRE-MADRE DEPORTE DE SU HIJO/A
  - ¿De qué manera está involucrado/a en el deporte de su hijo/a?
  - ¿Qué relación mantiene con los otros padres o madres de la escuela deportiva?
  - ¿Colabora de alguna manera con la escuela deportiva?
  - ¿Cómo le afecta a su vida la participación de su hijo/a en el deporte?
- RELACIÓN PADRE -MADRE Y ENTRENADOR
  - ¿Qué relación y comunicación tiene con el técnico de su hijo/a?

## CAPÍTULO X – ANEXOS

- ¿Comparte con el técnico lo que piensa sobre el entrenamiento y las competiciones de su hijo/a?
- ¿Cómo considera la forma en que el técnico entrena y dirige a su hijo/a?
- ¿Qué información le da el técnico sobre el proceso de su hijo/a?
- ¿Habla con el técnico sobre cómo debería entrenar a su hijo/a?
- APOYO Y COMPRENSIÓN
  - ¿Qué conversaciones mantiene con su hijo/a sobre cómo le va en el deporte?
  - ¿Cómo cree que se siente su hijo/a con su práctica deportiva?
  - ¿Para qué hace deporte su hijo/a?
  - ¿Qué relación diría que tiene su hijo/a con su entrenador/a?
  - ¿Y con sus compañeros/as?
  - ¿Cómo diría que apoya a su hijo/a en su práctica deportiva?
  - ¿Le demuestra a su hijo/a lo que siente sobre su participación deportiva?
- COMPORTAMIENTO DIRECTIVO
  - ¿Le da direcciones o consejos a su hijo/a sobre su participación deportiva?
  - Cuénteme cómo es ir a ver un entrenamiento y/o competición de su hijo/a
- EXPECTATIVAS DE PADRES-MADRES SOBRE LOS HIJOS/AS
  - ¿Qué expectativas tiene su hijo/a en el deporte?, ¿Qué piensa de esas expectativas?
  - ¿Qué expectativas tiene usted sobre la participación de su hijo/a en el deporte?

- ACTUACIÓN PADRE-MADRE EN LAS COMPETICIONES.
  - ¿Cuántas competiciones o entrenamientos ha ido a ver a su hijo/a?
  - ¿Cómo se siente cuándo ve a su hijo/a competir?
  - ¿Cómo cree que su hijo/a afronta las competiciones?
  - ¿Comparte lo que piensa con su hijo/a sobre su actuación deportiva?, ¿Qué suele decirle?
- PRESIÓN PARENTAL
  - ¿Participar o ganar?, ¿Qué es lo importante?
  - ¿Cómo piensa que se siente tu hijo/a con su involucración en su participación deportiva?
  - ¿Cree que su hijo/a funciona bien bajo presión?
  - ¿Diría que en algún momento ha presionado a su hijo/a?

**ANEXO 3. Codificación Entrevista de padres y madres de jóvenes atletas**

Bloques de Contenidos	Categorías	Subcategorías	Códigos
Valor que los padres y madres otorgan a la práctica deportiva	Ejemplo Deportivo	No practica deporte.	No practica deporte
		Practica deporte	Deporte relacionado con la práctica de su hijo/a Practica deporte no relacionado con la práctica de su hijo/a
	Evaluación de la práctica deportiva	Positiva	
		Negativa	
		Indiferente	
	Valores del deporte	Instrumentales	Esfuerzo, constancia, salud, responsabilidad, autoconfianza, autoestima, organización, ambición, competitividad, autorregulación seguridad, disciplina, compromiso, perseverancia y fuerza de voluntad
		Éticos o finales	Respeto, sacrificio, compañerismo, admiración y humildad
	Gestión del tiempo	Compagina estudios y atletismo	Los estudios son más importantes Son igual de importantes estudios y deporte
		Compagina estudios, atletismo y otras actividades	Estudios lo más importante y después el atletismo Estudios lo más importante y después el resto de actividades (atletismo inclusive)
	Satisfacción de los padres y madres con la oferta deportiva	Oferta deportiva local	Suficiente
Insuficiente			Insuficiente en cantidad y calidad
Desconocida			
Satisfacción con las escuelas deportivas		Satisfacción Insatisfacción	
Satisfacción con la escuela de atletismo		Satisfacción en general Insatisfacción parcial	
Implicación parental	Implicación en la actividad deportiva		Total Parcial
		Relación	Dentro de la actividad deportiva Dentro y fuera de la actividad deportiva
		Ningún tipo de relación	
	Implicación en la escuela deportiva		Implicados No implicados

## MARIA CARIDAD HERNÁNDEZ GUARDIOLA

	Afectación en la vida personal.	Afectación	Económica Tiempo personal Social y Familiar	
		No afectación	No afecta	
	Relación y comunicación con el técnico deportivo	Comunicación frecuente	Vía electrónica y personal	
		Comunicación esporádica	Vía electrónica Personal	
		No existe comunicación	No existe relación	
Relación con el técnico deportivo	Opinión personal		Comunica sus opiniones No comunica sus opiniones	
	Opinión sobre la dirección formativa		Satisfechos Insatisfechos*	
	Información del proceso	Recibe	Suficiente Insuficiente	
		No recibe	No lo ve necesario Necesidad de una mayor información	
Apoyo y soporte	Comunicación con los hijos/as.		Frecuente Ocasional* Nula*	
	Satisfacción del atleta con la práctica deportiva		Satisfecho Insatisfecho	
	Razones de participación deportiva			Diversión
				Relacional
				Superación personal
				Competitiva
				Salud
Relación del atleta con el entrenador		Buena	Instrumental Profesional De confianza	
		Mala*	El atleta no se siente cómodo con el entrenador	
		Sin relación*	No existe relación	
		Desconocida	Desconocida por el padre	
Apoyo y soporte	Relación del atleta con sus compañeros/as	Buena	Dentro de la actividad deportiva Dentro y fuera de la actividad deportiva	
		A mejorar	Problemas de relación por competitividad Problemas de relación por timidez	
	Apoyo parental		Apoyo interno emocional Apoyo externo Instrumental	



## CAPÍTULO X – ANEXOS

			Ambos progenitores
	Presencia Parental		Solo un progenitor
			Ningún progenitor
			Con hechos y palabras, lo consideran beneficioso
	Demostración de apoyo		Con hechos, no consideran necesario expresarlo verbalmente
			Con hechos, creen contraproducente expresarlo verbalmente
Comportamiento directivo	Comportamiento directivo con su hijo/a	Se dan instrucciones	Recomendaciones psicológicas o emocionales
		No se dan instrucciones	Recomendaciones directivas técnicas
	Evaluación de la competición		Experiencia enriquecedora
			Experiencia intrascendente
Expectativas	Expectativas atleta Vs Expectativas padre o madre	Expectativas que coinciden	En altas expectativas de rendimiento
		Expectativas que difieren	En bajas expectativas de rendimiento
			Atleta y progenitor coinciden en expectativas de salud
			Atleta con expectativas de rendimiento y progenitor de salud
Presión parental	Participar o ganar.	Participar	Participar para superarse a si mismo
		Ganar	Participar para ganar
			Ganar para seguir participando
			Ganar en el alto nivel
	Percepción hijo/a.	Percepción positiva	Perciben que su participación hace feliz a su progenitor y agradecen su implicación
		Percepción negativa	Perciben que su participación hace feliz a su progenitor y sobreentienden que es algo implícito en la labor parental
			Perciben críticas de sus progenitores
	Afrontamiento competitivo	Con nervios	Afectan positivamente (activación)
		Sin nervios	Afecta negativamente
			Afecta positivamente
		Afecta negativamente	
Análisis de resultados competitivos.	Feedback Positivo	Celebran los resultados	
	Feedback negativo	Confortan los resultados	
		Responsabilizan al atleta	
Efecto presión		Presión propia del atleta	
		Presión del progenitor	
Presión parental		Presión consciente	
		Presión inconsciente	
		Sin presión	

**ANEXO 4. Documentación para Jueces expertos en la validación de las planillas de feedback técnico****VALIDACIÓN PLANILLAS DE EVALUACIÓN TÉCNICA ATLETISMO**

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento “**Planilla Feedback en (nombre de la prueba)**” en las categorías sub 14, sub 16 y sub 18, que es parte de la investigación “**Autoconfianza: Influencia sobre la adherencia de jóvenes atletas y el efecto de terceros**”

La evaluación de los instrumentos es de gran relevancia para lograr que sean válidos y que los resultados obtenidos a partir de estos sean considerados fiables.

**Nombres y Apellidos del juez:**

**Formación en el sector:**

**Áreas de experiencia profesional:**

**Tiempo**

**Cargo actual:**

**Institución:**

**Mayores logros deportivos:**

**Objetivos de la investigación:**

- **Objetivo 1:** Crear herramientas que ayuden a los entrenadores a centrar la orientación del feedback en la tarea.
- **Objetivo 2:** Dotar de feedback orientado a la tarea a entrenadores, padres y atletas.
- **Objetivo 3:** Aumentar la confianza de jóvenes atletas para crear adherencia al deporte.

**Objetivo del juicio de expertos:** dar una opinión informada que utilizaremos como juicio para dar validez de contenido a este instrumento.

**Objetivo de la prueba:** dar validez de contenido a través de la evaluación del instrumento mediante la opinión informada de un panel de expertos cualificados, reconocidos y con trayectoria en el tema a fin de adquirir información, evidencia y juicios y valoraciones.

**De acuerdo con los siguientes indicadores califica cada uno de los ítems según corresponda:**

<b>Categoría</b>	<b>Calificación</b>	<b>Indicador</b>
<b>Suficiencia</b> Los ítems que pertenecen a una misma dimensión bastan para obtener la medición de ésta	1. No cumple con el criterio	Los ítems no son suficientes para medir la dimensión
	2. Bajo nivel	Los ítems miden algún aspecto de la dimensión, pero no corresponden con la dimensión total
	3. Moderado nivel	Se deben incrementar algunos ítems para poder evaluar la dimensión completamente
	4. Alto nivel	Los ítems son suficientes
<b>Claridad</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro
	2. Bajo nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de las mismas
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem

	4. Alto nivel	El ítem es claro tiene semántica y sintaxis adecuada
<b>Coherencia</b>	1. No cumple con el criterio	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión
El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	2. Bajo nivel	El ítem tiene una relación leve con la dimensión
	3. Moderado nivel	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que está midiendo
	4. Alto nivel	El ítem se encuentra completamente relacionado con la dimensión que está midiendo
<b>Relevancia</b>	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afecta la medición de la dimensión
El ítem es esencial o importante, es decir, debe ser incluido	2. Bajo nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido

### ANEXO 5. Planilla Feedback técnico Técnica de Carrera y Salida de Tacos Sub 14

#### PLANILLA FEEDBACK CARRERA CATEGORÍA SUB 14

##### NOMBRE ATLETA:

**Objetivo:** Realizar carrera circular, con apoyo de metatarso cerca de la proyección de la línea de la cadera, sin oscilaciones verticales. Tronco erguido con pelvis neutra o en retroversión, hombros relajados y codos a 90° grados aproximadamente. Saber realizar cambios de ritmo sin desvirtuar la técnica y de manera relajada

<b>PIERNA LIBRE PLANO POSTERIOR: Objetivo:</b> Aproximación isqueoglútea del talón de la pierna libre.					
Movimiento circular de la pierna libre	NMM	NM	B	MB	E
Aproximación isqueoglútea del talón de la pierna libre	NMM	NM	B	MB	E
Lleva rápidamente la cadera de la pierna libre hacia delante	NMM	NM	B	MB	E
<b>PIERNA LIBRE PLANO ANTERIOR: Objetivo:</b> Posición de tándem					
Rodilla de la pierna libre a la altura de la cadera.	NMM	NM	B	MB	E
Pie debajo de la rodilla formando ángulo de 90° aproximadamente	NMM	NM	B	MB	E
Pie armado	NMM	NM	B	MB	E
<b>PIERNA DE APOYO, FASE AMORTIGUACIÓN. Objetivo:</b> apoyo de metatarso cerca de la proyección de la línea de la cadera.					
Apoyo del pie de metatarso.	NMM	NM	B	MB	E
El contacto del pie en el suelo no se realiza por delante de la rodilla.	NMM	NM	B	MB	E

Apoyo del pie a menos de 15cm de la línea de la proyección de la cadera	NMM	NM	B	MB	E
Acción de zarpazo del pie al llegar al suelo.	NMM	NM	B	MB	E
<b>PIERNA DE APOYO, FASE SOSTÉN: Objetivo:</b> Apoyo activo en el suelo, musculatura activa para evitar flexión excesiva de la pierna de apoyo					
Fase de sostén corta. Poco tiempo de contacto	NMM	NM	B	MB	E
Ligera flexión de la rodilla de apoyo.	NMM	NM	B	MB	E
<b>PIERNA DE APOYO, FASE IMPULSO: Objetivo:</b> Realizar un impulso horizontal evitando oscilaciones.					
Extensión casi completa de la pierna de apoyo	NMM	NM	B	MB	E
Relación óptima frecuencia y amplitud	NMM	NM	B	MB	E
<b>POSICIÓN TRONCO Y PELVIS. Objetivo:</b> Favorecer los movimientos de las piernas, Buen trabajo de Core y relajación para disminuir el gasto energético					
Posición del tronco en la vertical del C.G	NMM	NM	B	MB	E
Pelvis neutra o en retroversión.	NMM	NM	B	MB	E
<b>ACCIÓN DE BRAZOS. Objetivo:</b> Favorecer los movimientos de las piernas y relajación para disminuir el gasto energético					
Movimiento coordinado con las piernas	NMM	NM	B	MB	E
Hombros relajados	NMM	NM	<b>B</b>	MB	E
Recorrido de brazos por delante la mano no sube más de la barbilla y por detrás no va más allá de la cadera.	NMM	NM	B	MB	E
La articulación del codo se mantiene durante todo el movimiento entre 80°-90°	NMM	NM	B	MB	E

## CAPÍTULO X – ANEXOS

**SALIDA DE TACOS. Objetivo:** Ayudarse de los tacos para conseguir una salida más explosiva.

<b>COLOCACIÓN DE LOS TACOS. Objetivo:</b> Aprender a colocar los tacos con medida de iniciación en la que puedan adoptar una posición cómoda de salida.					
Colocación correcta de los tacos (primer taco se coloca a una distancia aproximada de 2 pies de la línea de salida y el segundo taco se coloca a 1 pie del primero)	NMM	NM	B	MB	E
Se coloca el starting a un pie de la línea de salida y en la dirección de carrera	NMM	NM	B	MB	E
El taco trasero con un punto de angulación mayor que el taco delantero	NMM	NM	B	MB	E
<b>FASE A SUS PUESTOS. Objetivo:</b> Colocarse en los tacos alineados con la dirección de la carrera					
Pies alineados con el taco	NMM	NM	B	MB	E
Pierna trasera en dirección a la carrera con la rodilla apoyada en el suelo	NMM	NM	B	MB	E
Pierna delantera en dirección a la carrera con la rodilla entre los brazos	NMM	NM	B	MB	E
Cadera más baja que los hombros	NMM	NM	B	MB	E
Manos colocadas detrás de la línea	NMM	NM	B	MB	E
Brazos extendidos y relajados	NMM	NM	B	MB	E
Separación de los brazos a la anchura de los hombros	NMM	NM	B	MB	E
Cabeza mirando el suelo	NMM	NM	B	MB	E
<b>FASE LISTOS. Objetivo:</b> Familiarizarse con la posición de listos soportando progresivamente más peso en los brazos. Subir las caderas a una posición óptima.					
Se extiende ligeramente la rodilla trasera	NMM	NM	B	MB	E
Suben las caderas por encima de los hombros	NMM	NM	B	MB	E

Brazos extendidos por los codos soportando el 25% de peso del cuerpo aproximadamente.	NMM	NM	B	MB	E
Cabeza en línea con el tronco	NMM	NM	B	MB	E
<b>SALIDA. Objetivo:</b> Empujar en los tacos de salida hacia delante, evitando acción de rebote, y mantener una buena posición del tronco					
Extensión de la pierna delantera	NMM	NM	B	MB	E
El pie trasero pisa por delante de la línea de salida.	NMM	NM	B	MB	E
Los brazos acompañan al movimiento de las piernas	NMM	NM	B	MB	E
Cabeza, tronco y cadera alineados	NMM	NM	B	MB	E
Buen encadenamiento de los primeros apoyos	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NMM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico, pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente.



## ANEXO 6. Planilla Feedback técnico Técnica de Carrera y Salida de Tacos Sub 16

### PLANILLA FEEDBACK CARRERA CATEGORÍA SUB 16

#### NOMBRE ATLETA:

**Objetivo:** Realizar carrera circular, con apoyo de metatarso cerca de la proyección de la línea de la cadera, sin oscilaciones verticales. Tronco erguido con pelvis neutra o en retroversión, hombros relajados y codos a 90º grados aproximadamente. Saber realizar cambios de ritmo sin desvirtuar la técnica y de manera relajada

<b>PIERNA LIBRE PLANO POSTERIOR: Objetivo:</b> Aproximación isqueoglútea del talón de la pierna libre.					
Movimiento circular de la pierna libre	NMM	NM	B	MB	E
Aproximación isqueoglútea del talón de la pierna libre	NMM	NM	B	MB	E
Lleva rápidamente la cadera de la pierna libre hacia delante	NMM	NM	B	MB	E
<b>PIERNA LIBRE PLANO ANTERIOR: Objetivo:</b> Posición de tándem					
Rodilla de la pierna libre a la altura de la cadera.	NMM	NM	B	MB	E
Pie debajo de la rodilla formando ángulo de 90º aproximadamente	NMM	NM	B	MB	E
Pie armado	NMM	NM	B	MB	E
<b>PIERNA DE APOYO, FASE AMORTIGUACIÓN. Objetivo:</b> apoyo de metatarso cerca de la proyección de la línea de la cadera.					
Apoyo del pie de metatarso.	NMM	NM	B	MB	E
El contacto del pie en el suelo no se realiza por delante de la rodilla.	NMM	NM	B	MB	E

Apoyo del pie a menos de 15cm de la línea de la proyección de la cadera	NMM	NM	B	MB	E
Acción de zarpazo del pie al llegar al suelo.	NMM	NM	B	MB	E
<b>PIERNA DE APOYO, FASE SOSTÉN: Objetivo:</b> Apoyo activo en el suelo, musculatura activa para evitar flexión excesiva de la pierna de apoyo					
Fase de sostén corta. Poco tiempo de contacto	NMM	NM	B	MB	E
Ligera flexión de la rodilla de apoyo.	NMM	NM	B	MB	E
<b>PIERNA DE APOYO, FASE IMPULSO: Objetivo:</b> Realizar un impulso horizontal evitando oscilaciones.					
Extensión casi completa de la pierna de apoyo	NMM	NM	B	MB	E
Relación óptima frecuencia y amplitud	NMM	NM	B	MB	E
<b>POSICIÓN TRONCO Y PELVIS. Objetivo:</b> Favorecer los movimientos de las piernas, Buen trabajo de Core y relajación para disminuir el gasto energético					
Posición del tronco en la vertical del C.G	NMM	NM	B	MB	E
Pelvis neutra o en retroversión.	NMM	NM	B	MB	E
<b>ACCIÓN DE BRAZOS. Objetivo:</b> Favorecer los movimientos de las piernas y relajación para disminuir el gasto energético					
Movimiento coordinado con las piernas	NMM	NM	B	MB	E
Hombros relajados	NMM	NM	<b>B</b>	MB	E
Recorrido de brazos por delante la mano no sube más de la barbilla y por detrás no va más allá de la cadera.	NMM	NM	B	MB	E
La articulación del codo se mantiene durante todo el movimiento entre 80°-90°	NMM	NM	B	MB	E

## CAPÍTULO X – ANEXOS

**SALIDA DE TACOS. Objetivo:** Ayudarse de los tacos para conseguir una salida más explosiva.

<b>COLOCACIÓN DE LOS TACOS. Objetivo:</b> Aprender a colocar los tacos con medida de iniciación en la que puedan adoptar una posición cómoda de salida.					
Colocación correcta de los tacos (primer taco se coloca a una distancia aproximada de 2 pies de la línea de salida y el segundo taco se coloca a 1 pie del primero)	NMM	NM	B	MB	E
Se coloca el starting a un pie de la línea de salida y en la dirección de carrera	NMM	NM	B	MB	E
El taco trasero con un punto de angulación mayor que el taco delantero	NMM	NM	B	MB	E
<b>FASE A SUS PUESTOS. Objetivo:</b> Colocarse en los tacos alineados con la dirección de la carrera					
Pies alineados con el taco	NMM	NM	B	MB	E
Pierna trasera en dirección a la carrera con la rodilla apoyada en el suelo	NMM	NM	B	MB	E
Pierna delantera en dirección a la carrera con la rodilla entre los brazos	NMM	NM	B	MB	E
Cadera más baja que los hombros	NMM	NM	B	MB	E
Manos colocadas detrás de la línea apoyando los dedos pulgar, índice y corazón	NMM	NM	B	MB	E
Brazos extendidos y relajados con hombros encima de la línea de salida	NMM	NM	B	MB	E
Separación de los brazos a la anchura de los hombros	NMM	NM	B	MB	E
Cabeza mirando el suelo	NMM	NM	B	MB	E
<b>FASE LISTOS. Objetivo:</b> Familiarizarse con la posición de listos soportando progresivamente más peso en los brazos. Subir las caderas a una posición óptima.					
Se extiende ligeramente la rodilla trasera, quedando en un ángulo aproximado de 120º	NMM	NM	B	MB	E

Angulación de la pierna adelantada entre (90°-100°)	NMM	NM	B	MB	E
Suben las caderas por encima de los hombros	NMM	NM	B	MB	E
Brazos extendidos por los codos soportando el 25% de peso del cuerpo aproximadamente.	NMM	NM	B	MB	E
Cabeza en línea con el tronco	NMM	NM	B	MB	E
<b>SALIDA. Objetivo:</b> Empujar en los tacos de salida hacia delante, evitando acción de rebote, y mantener una buena posición del tronco					
Empujar en ambos tacos de salida	NMM	NM	B	MB	E
Extensión de la pierna delantera	NMM	NM	B	MB	E
La pierna atrasada se dirige hacia delante y arriba con la rodilla en 90° aprox	NMM	NM	B	MB	E
El pie trasero pisa por delante de la línea de salida.	NMM	NM	B	MB	E
Los brazos acompañan al movimiento de las piernas	NMM	NM	B	MB	E
Cabeza, tronco y cadera alineados	NMM	NM	B	MB	E
Buen encadenamiento de los primeros apoyos	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NMM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico, pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente.

**ANEXO 7. Planilla Feedback técnico Técnica de Carrera y Salida de Tacos  
Sub 18**

**PLANILLA FEEDBACK CARRERA CATEGORÍA SUB 18**

**NOMBRE ATLETA:**

**Objetivo:** Realizar carrera circular, con apoyo de metatarso cerca de la proyección de la línea de la cadera, sin oscilaciones verticales. Tronco erguido con pelvis neutra o en retroversión, hombros relajados y codos a 90º grados aproximadamente. Saber realizar cambios de ritmo sin desvirtuar la técnica y de manera relajada

<b>PIERNA LIBRE PLANO POSTERIOR: Objetivo:</b> Aproximación isqueoglútea del talón de la pierna libre.					
Movimiento circular de la pierna libre	NMM	NM	B	MB	E
Aproximación isqueoglútea del talón de la pierna libre	NMM	NM	B	MB	E
Lleva rápidamente la cadera de la pierna libre hacia delante	NMM	NM	B	MB	E
<b>PIERNA LIBRE PLANO ANTERIOR: Objetivo:</b> Posición de tándem					
Rodilla de la pierna libre a la altura de la cadera.	NMM	NM	B	MB	E
Pie debajo de la rodilla formando ángulo de 90º aproximadamente	NMM	NM	B	MB	E
Pie armado	NMM	NM	B	MB	E
<b>PIERNA DE APOYO, FASE AMORTIGUACIÓN. Objetivo:</b> apoyo de metatarso cerca de la proyección de la línea de la cadera.					
Apoyo del pie de metatarso.	NMM	NM	B	MB	E
El contacto del pie en el suelo no se realiza por delante de la rodilla.	NMM	NM	B	MB	E

Apoyo del pie a menos de 15cm de la línea de la proyección de la cadera	NMM	NM	B	MB	E
Acción de zarpazo del pie al llegar al suelo.	NMM	NM	B	MB	E
<b>PIERNA DE APOYO, FASE SOSTÉN: Objetivo:</b> Apoyo activo en el suelo, musculatura activa para evitar flexión excesiva de la pierna de apoyo					
Fase de sostén corta. Poco tiempo de contacto	NMM	NM	B	MB	E
Ligera flexión de la rodilla de apoyo.	NMM	NM	B	MB	E
<b>PIERNA DE APOYO, FASE IMPULSO: Objetivo:</b> Realizar un impulso horizontal evitando oscilaciones.					
Extensión casi completa de la pierna de apoyo	NMM	NM	B	MB	E
Relación óptima frecuencia y amplitud	NMM	NM	B	MB	E
<b>POSICIÓN TRONCO Y PELVIS. Objetivo:</b> Favorecer los movimientos de las piernas, Buen trabajo de Core y relajación para disminuir el gasto energético					
Posición del tronco en la vertical del C.G	NMM	NM	B	MB	E
Pelvis neutra o en retroversión.	NMM	NM	B	MB	E
<b>ACCIÓN DE BRAZOS. Objetivo:</b> Favorecer los movimientos de las piernas y relajación para disminuir el gasto energético					
Movimiento coordinado con las piernas	NMM	NM	B	MB	E
Hombros relajados	NMM	NM	<b>B</b>	MB	E
Recorrido de brazos por delante la mano no sube más de la barbilla y por detrás no va más allá de la cadera.	NMM	NM	B	MB	E
La articulación del codo se mantiene durante todo el movimiento entre 80°-90°	NMM	NM	B	MB	E

## CAPÍTULO X – ANEXOS

**SALIDA DE TACOS. Objetivo:** Ayudarse de los tacos para conseguir una salida más explosiva.

<b>COLOCACIÓN DE LOS TACOS. Objetivo:</b> Aprender a colocar los tacos con medida de iniciación en la que puedan adoptar una posición cómoda de salida.					
Colocación correcta de los tacos (primer taco se coloca a una distancia aproximada de 2 pies de la línea de salida y el segundo taco se coloca a 1 pie del primero)	NMM	NM	B	MB	E
Se coloca el starting a un pie de la línea de salida y en la dirección de carrera	NMM	NM	B	MB	E
El taco trasero con un punto de angulación mayor que el taco delantero	NMM	NM	B	MB	E
<b>FASE A SUS PUESTOS. Objetivo:</b> Colocarse en los tacos alineados con la dirección de la carrera					
Pies alineados con el taco	NMM	NM	B	MB	E
Pierna trasera en dirección a la carrera con la rodilla apoyada en el suelo	NMM	NM	B	MB	E
Pierna delantera en dirección a la carrera con la rodilla entre los brazos	NMM	NM	B	MB	E
Cadera más baja que los hombros	NMM	NM	B	MB	E
Manos colocadas detrás de la línea apoyando los dedos pulgar, índice y corazón	NMM	NM	B	MB	E
Brazos extendidos y relajados con hombros encima de la línea de salida	NMM	NM	B	MB	E
Separación de los brazos a la anchura de los hombros	NMM	NM	B	MB	E
Cabeza mirando el suelo	NMM	NM	B	MB	E
<b>FASE LISTOS. Objetivo:</b> Familiarizarse con la posición de listos soportando progresivamente más peso en los brazos. Subir las caderas a una posición óptima.					
Se extiende ligeramente la rodilla trasera, quedando en un ángulo aproximado de 120º	NMM	NM	B	MB	E

Angulación de la pierna adelantada entre (90º-100º)	NMM	NM	B	MB	E
Suben las caderas por encima de los hombros	NMM	NM	B	MB	E
Brazos extendidos por los codos soportando el 25%-40% de peso del cuerpo aproximadamente.	NMM	NM	B	MB	E
Hombros en la línea de salida	NMM	NM	B	MB	E
Cabeza en línea con el tronco	NMM	NM	B	MB	E
<b>SALIDA. Objetivo:</b> Empujar en los tacos de salida hacia delante, evitando acción de rebote, y mantener una buena posición del tronco					
Empujar en ambos tacos de salida	NMM	NM	B	MB	E
Extensión de la pierna delantera	NMM	NM	B	MB	E
La pierna atrasada se dirige hacia delante y arriba con la rodilla en 90º aprox	NMM	NM	B	MB	E
El pie trasero pisa por delante de la línea de salida.	NMM	NM	B	MB	E
Los brazos acompañan al movimiento de las piernas	NMM	NM	B	MB	E
Cabeza, tronco y cadera alineados	NMM	NM	B	MB	E
Buen encadenamiento de los primeros apoyos	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NMM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico, pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente.



**ANEXO 8. Planilla Feedback técnico Carrera de vallas Sub 14****PLANILLA FEEDBACK CARRERA DE VALLAS CATEGORÍA SUB 14****NOMBRE ATLETA:**

**Objetivo:** Con vallas de 0,76, pasar las vallas sin saltos verticales y sin perder velocidad. Atacar la valla mediante extensión de rodilla, previa flexión de cadera y rodilla 90° aprox. Llevar la pierna de paso paralela al travesaño con un movimiento envolvente. Realizar correctamente ejercicios técnicos de vallas. Salir de las vallas sin hundirse manteniendo el ritmo de carrera. Ser hábil pasando las vallas con ambas piernas. Buena movilidad coxofemoral y flexibilidad isquiosural.

<b>FASE DE ATAQUE. Objetivo:</b> No tener miedo a las vallas. Pasarlas, no salto vertical. Mantener el ritmo de carrera. Movimiento correcto de la pierna de ataque. Tronco y brazos que faciliten el movimiento					
Recortar el último paso para la batida	NMM	NM	B	MB	E
El tronco ligeramente inclinado hacia delante en línea con la cadera.	NMM	NM	B	MB	E
Atacar la valla mediante extensión de rodilla, previa flexión de cadera y rodilla 90° aprox	NMM	NM	B	MB	E
No atacar las vallas cerca	NMM	NM	B	MB	E
Llevar la pierna de ataque en dirección a la carrera	NMM	NM	B	MB	E
La pierna de ataque mantiene una ligera extensión de rodilla	NMM	NM	B	MB	E
Batida horizontal evitando verticalidad	NMM	NM	B	MB	E
<b>FASE DE FRANQUEO. Objetivo:</b> Salir de la valla lo antes posible. Movimiento correcto de la pierna de paso. Tronco y brazos que faciliten el movimiento					
Llevar la pierna de paso paralela al travesaño	NMM	NM	B	MB	E
Realizar el movimiento envolvente de la pierna de paso, donde el pie quede por debajo de la rodilla	NMM	NM	B	MB	E

Llevar un movimiento coordinado de brazos, llevándolos pegados al cuerpo y sin cruzarlos	NMM	NM	B	MB	E
Tronco ligeramente inclinado hacia delante	NMM	NM	B	MB	E
<b>FASE DE RECEPCIÓN. Objetivo:</b> Salir de las vallas sin hundirse manteniendo el ritmo de carrera.					
Buscar el suelo con la pierna de ataque activa para evitar hundirnos en la caída	NMM	NM	B	MB	E
Amortiguación en línea o próxima a la proyección del centro de masas	NMM	NM	B	MB	E
Tronco erguido o ligeramente inclinado hacia delante.	NMM	NM	B	MB	E
La rodilla de la pierna de paso en 90ª y mirando a la dirección de la carrera.	NMM	NM	B	MB	E
Los brazos pegados al cuerpo evitando desequilibrios.	NMM	NM	B	MB	E
<b>CARRERA ENTRE VALLAS. Objetivo:</b> Mantener el ritmo de carrera. Ir a 4 pasos entre vallas, por lo que hay que ser hábil con ambas piernas.					
Realizar apoyos activos sin pérdida de velocidad.	NMM	NM	B	MB	E
Realizar 4 apoyos entre vallas (dominio de ambas piernas)	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NNM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico, pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente.

**ANEXO 9. Planilla Feedback técnico Carrera de vallas Sub 16****PLANILLA FEEDBACK CARRERA DE VALLAS CATEGORÍA SUB 16****NOMBRE ATLETA:**

**Objetivo:** Pasar las vallas acelerando a la entrada de la valla. Realizar los movimientos técnicos de ataque y recogida correctamente. Salir de las vallas de manera activa sin perder el ritmo de carrera. Ser hábil pasando las vallas con ambas piernas. Buena movilidad coxofemoral y flexibilidad isquiosural.

<b>FASE DE ATAQUE. Objetivo:</b> Acelerar para atacar las vallas. Movimiento correcto de la pierna de ataque. Tronco y brazos que faciliten el movimiento					
Recortar el último paso para la batida	NMM	NM	B	MB	E
El tronco ligeramente inclinado hacia delante (depende de la altura del sujeto y de las vallas), en línea con la cadera.	NMM	NM	B	MB	E
Atacar la valla mediante extensión de rodilla, previa flexión de cadera y rodilla 90° aprox	NMM	NM	B	MB	E
Atacar la valla a una distancia más alejada que en la categoría anterior	NMM	NM	B	MB	E
Llevar la pierna de ataque en dirección a la carrera	NMM	NM	B	MB	E
La pierna de ataque mantiene una ligera extensión de rodilla	NMM	NM	B	MB	E
Llevar un movimiento coordinado de brazos	NMM	NM	B	MB	E
Batida horizontal evitando verticalidad	NMM	NM	B	MB	E
<b>FASE DE FRANQUEO. Objetivo:</b> Salir de la valla lo antes posible. Movimiento correcto de la pierna de paso. Movimiento sinérgico de piernas. Tronco y brazos que faciliten el movimiento					
Llevar la pierna de paso paralela al travesaño	NMM	NM	B	MB	E
Realizar el movimiento envolvente de la pierna de paso, donde el pie quede por debajo de la rodilla	NMM	NM	B	MB	E

Llevar un movimiento coordinado de brazos, llevándolos pegados al cuerpo y sin cruzarlos	NMM	NM	B	MB	E
Tronco ligeramente inclinado hacia delante	NMM	NM	B	MB	E
Cuando el pie de ataque sobrepasa el travesaño se inicia el descenso	NMM	NM	B	MB	E
La rodilla de la pierna de paso va hacia delante alta dirigiendo el movimiento.	NMM	NM	B	MB	E
<b>FASE DE RECEPCIÓN. Objetivo:</b> Salir de las vallas sin hundirse manteniendo el ritmo de carrera.					
Buscar el suelo con la pierna de ataque activa para evitar hundirnos en la caída	NMM	NM	B	MB	E
Amortiguación en línea o próxima a la proyección del centro de masas.	NMM	NM	B	MB	E
Tronco erguido o ligeramente inclinado hacia delante.	NMM	NM	B	MB	E
La rodilla de la pierna de paso en 90º y mirando a la dirección de la carrera.	NMM	NM	B	MB	E
Los brazos pegados al cuerpo evitando desequilibrios.	NMM	NM	B	MB	E
<b>CARRERA ENTRE VALLAS. Objetivo:</b> Mantener el ritmo de carrera. Ir a 3 pasos entre vallas, para ello es importante mantener la velocidad de carrera.					
Realizar apoyos activos sin pérdida de velocidad.	NMM	NM	B	MB	E
Realizar 3 apoyos entre vallas	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NMM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico, pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente.

**ANEXO 10. Planilla Feedback técnico Carrera de vallas Sub 18****PLANILLA FEEDBACK CARRERA DE VALLAS CATEGORÍA SUB 18****NOMBRE ATLETA:**

**Objetivo:** Pasar las vallas acelerando a la entrada de la valla. Realizar los movimientos técnicos de ataque y recogida correctamente. Salir de las vallas de manera activa sin perder el ritmo de carrera. Ser hábil pasando las vallas con ambas piernas. Buena movilidad coxofemoral y flexibilidad isquiosural.

<b>FASE DE ATAQUE: Objetivo:</b> Acelerar para atacar las vallas. Movimiento correcto de la pierna de ataque. Tronco y brazos que faciliten el movimiento					
Recortar el último paso para la batida	NMM	NM	B	MB	E
Cadera, rodilla y tobillo de la pierna de impulso se extienden	NMM	NM	B	MB	E
El tronco ligeramente inclinado hacia delante (depende de la altura del sujeto y de las vallas), en línea con la cadera.	NMM	NM	B	MB	E
Atacar la valla mediante extensión de rodilla, previa flexión de cadera y rodilla 90° aprox	NMM	NM	B	MB	E
Caderas altas.	NMM	NM	B	MB	E
Atacar la valla a una distancia más alejada que en la categoría anterior	NMM	NM	B	MB	E
Llevar la pierna de ataque en dirección a la carrera	NMM	NM	B	MB	E
La pierna de ataque mantiene una ligera extensión de rodilla	NMM	NM	B	MB	E
Llevar un movimiento coordinado de brazos (brazo contrario-pierna de ataque)	NMM	NM	B	MB	E
Batida horizontal evitando verticalidad	NMM	NM	B	MB	E
<b>FASE DE FRANQUEO. Objetivo:</b> Salir de la valla lo antes posible. Movimiento correcto de la pierna de paso. Movimiento sinérgico de piernas. Tronco y brazos que faciliten el movimiento					

Llevar la pierna de paso paralela al travesaño	NMM	NM	B	MB	E
Realizar el movimiento envolvente de la pierna de paso, donde el pie quede por debajo de la rodilla	NMM	NM	B	MB	E
Llevar un movimiento coordinado de brazos, llevándolos pegados al cuerpo y sin cruzarlos	NMM	NM	B	MB	E
Tronco ligeramente inclinado hacia delante	NMM	NM	B	MB	E
Cuando el pie de ataque sobrepasa el travesaño se inicia el descenso	NMM	NM	B	MB	E
La rodilla de la pierna de paso va hacia delante alta dirigiendo el movimiento.	NMM	NM	B	MB	E
<b>FASE DE RECEPCIÓN. Objetivo:</b> Salir de las vallas sin hundirse manteniendo el ritmo de carrera.					
Buscar el suelo con la pierna de ataque activa para evitar hundirnos en la caída	NMM	NM	B	MB	E
Amortiguación en línea o próxima a la proyección del centro de masas.	NMM	NM	B	MB	E
Tronco erguido o ligeramente inclinado hacia delante.	NMM	NM	B	MB	E
La rodilla de la pierna de paso en 90º y mirando a la dirección de la carrera.	NMM	NM	B	MB	E
Los brazos pegados al cuerpo evitando desequilibrios.	NMM	NM	B	MB	E
<b>CARRERA ENTRE VALLAS. Objetivo:</b> Mantener el ritmo de carrera. Ir a 3 pasos entre vallas, para ello es importante mantener la velocidad de carrera.					
Realizar apoyos activos sin pérdida de velocidad.	NMM	NM	B	MB	E
Realizar 3 apoyos entre vallas	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...)**

**ANEXO 11. Planilla Feedback técnico Marcha Sub 14****PLANILLA FEEDBACK MARCHA CATEGORÍA SUB 14****NOMBRE ATLETA:**

**Objetivo:** Conocer y experimentar la técnica básica de marcha atlética a través del juego. Control postural durante la marcha, braceo pendular, impulsar para evitar “caminar” sin ejercer presiones completas del pie en el apoyo. Trabajo de movilidad articular de cadera. Ejercicios siempre en distancia corta, y con alta frecuencia.

<b>ACCIÓN DE PIERNAS</b>					
Apoyo de talón.	NNM	NM	B	MB	E
En la fase de doble apoyo el pie trasero contacta con la punta de los dedos y su tobillo tiene un ángulo de 90º	NNM	NM	B	MB	E
Extensión de pierna en el intervalo que va, desde que el pie de ataque contacta con el suelo, hasta que dicha pierna llega a la vertical.	NNM	NM	B	MB	E
Tracción del pie de apoyo	NNM	NM	B	MB	E
No “caminar” sin ejercer presiones completas del pie en el apoyo. (focalizar el impulso en los apoyos)	NNM	NM	B	MB	E
Impulso horizontal evitando grandes oscilaciones verticales del centro de masas, gracias a la movilidad y acción de la cadera.	NNM	NM	B	MB	E
En la fase de Oscilación, la rodilla flexionada (no elevada) para no correr el peligro de pérdida de contacto con el suelo	NNM	NM	B	MB	E
Apoyos de los pies en línea o paralelos (sin cruzarlos)	NNM	NM	B	MB	E
<b>ACCIÓN DE CADERAS</b>					
Movilidad de cadera que permita oscilación vertical para favorecer la extensión de rodilla y oscilación horizontal para desplazarse con mayor garantía en el plano horizontal.	NMM	NM	B	MB	E
<b>POSICIÓN DEL TRONCO</b>					
Posición del tronco en la vertical del Centro de Gravedad	NMM	NM	B	MB	E

ACCIÓN DE BRAZOS					
Braceo enérgico, proyectando fuerzas horizontales (hacia delante.	NMM	NM	B	MB	E
Codos flexionados entre 90º y 100º	NMM	NM	B	MB	E
Hombros relajados	NMM	NM	B	MB	E
Torsión de hombros en sentido contrario al de la cadera	NMM	NM	B	MB	E
Braceo simétrico, ganar recorrido hacia delante y atrás sin generar fuerzas verticales.	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NNM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente.



**ANEXO 12. Planilla Feedback técnico Marcha Sub 16****PLANILLA FEEDBACK MARCHA CATEGORÍA SUB 16****NOMBRE ATLETA:**

**Objetivo:** Conocer y experimentar la técnica básica de marcha atlética a través del juego. Control postural durante la marcha, braceo pendular, movilidad de cadera e impulsar y lograr una buena amplitud del paso. Mejora aeróbica con rodajes de marcha.

<b>ACCIÓN DE PIERNAS:</b>					
Apoyo de talón. 90° ángulo del tobillo en la entrada del pie.	NMM	NM	B	MB	E
Recorrido pie apoyo: talón, parte externa del pie y acaban en el dedo gordo	NMM	NM	B	MB	E
En la fase de doble apoyo el pie trasero contacta con la punta de los dedos y su tobillo tiene un ángulo de 90°	NMM	NM	B	MB	E
Extensión de pierna en el intervalo que va desde que el pie de ataque contacta con el suelo hasta que dicha pierna llega a la vertical.	NMM	NM	B	MB	E
Tracción del pie de apoyo	NMM	NM	B	MB	E
Buena amplitud del paso	NMM	NM	B	MB	E
Impulso horizontal ( <b>a través de la cadera</b> )	NMM	NM	B	MB	E
En la fase de Oscilación, la rodilla flexionada (no elevada) para no correr el peligro de pérdida de contacto con el suelo	NMM	NM	B	MB	E
Apoyos de los pies en línea o paralelos (sin cruzarlos)	NMM	NM	B	MB	E
<b>ACCIÓN DE CADERAS</b>					
Movilidad de cadera que permita oscilación vertical para favorecer la extensión de rodilla y oscilación horizontal para desplazarse con mayor garantía en el plano horizontal.	NMM	NM	B	MB	E
Cadera en su punto más alto en la fase de sostén en la pierna de apoyo y más bajo en la pierna libre.	NMM	NM	B	MB	E

POSICIÓN DEL TRONCO					
Posición del tronco en la vertical del Centro de Gravedad	NMM	NM	B	MB	E
ACCIÓN DE BRAZOS					
Braceo enérgico, proyectando fuerzas horizontales (hacia delante)	NMM	NM	B	MB	E
Codos flexionados entre 90º y 100º	NMM	NM	B	MB	E
Hombros relajados	NMM	NM	B	MB	E
Torsión de hombros en sentido contrario al de la cadera	NMM	NM	B	MB	E
Braceo simétrico, ganar recorrido hacia delante y atrás sin generar fuerzas verticales.	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NMM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente

**ANEXO 13. Planilla Feedback técnico Marcha Sub 18****PLANILLA FEEDBACK MARCHA CATEGORÍA SUB 18****NOMBRE ATLETA:**

**Objetivo:** Optimización de la biomecánica de la marcha. Marchar con fluidez. Control postural durante la marcha, braceo enérgico, movilidad de cadera e impulsar y lograr una buena amplitud del paso. Aumento de kilometraje para mejora aeróbica. Propiciar una velocidad gestual que le permita marchar en distancias cortas a una alta velocidad con un nivel técnico correcto y el estilo más idóneo posible.

<b>ACCIÓN DE PIERNAS:</b>					
Apoyo de talón. 90º ángulo del tobillo en la entrada del pie.	NMM	NM	B	MB	E
Recorrido pie apoyo: talón, parte externa del pie y acaban en el dedo gordo	NMM	NM	B	MB	E
En la fase de doble apoyo el pie trasero contacta con la punta de los dedos y su tobillo tiene un ángulo de 90º	NMM	NM	B	MB	E
Extensión de pierna en el intervalo que va desde que el pie de ataque contacta con el suelo hasta que dicha pierna llega a la vertical.	NMM	NM	B	MB	E
Tracción del pie de apoyo	NMM	NM	B	MB	E
Buena amplitud del paso	NMM	NM	B	MB	E
Impulso horizontal ( <b>a través de la cadera</b> )	NMM	NM	B	MB	E
En la fase de Oscilación, la rodilla flexionada (no elevada) para no correr el peligro de pérdida de contacto con el suelo	NMM	NM	B	MB	E
Apoyos de los pies en línea o paralelos (sin cruzarlos)	NMM	NM	B	MB	E
<b>ACCIÓN DE CADERAS</b>					
Movilidad de cadera que permita oscilación vertical para favorecer la extensión de rodilla y oscilación horizontal para desplazarse con mayor garantía en el plano horizontal.	NMM	NM	B	MB	E
Basculación Vertical. Cadera en su punto más alto en la fase de sostén en la pierna de apoyo y más bajo en la pierna libre.	NMM	NM	B	MB	E

Distribución del peso en una pierna y en otra	NMM	NM	B	MB	E
<b>POSICIÓN DEL TRONCO</b>					
Posición del tronco en la vertical del Centro de Gravedad	NMM	NM	B	MB	E
<b>ACCIÓN DE BRAZOS</b>					
Braceo enérgico, proyectando fuerzas horizontales (hacia delante)	NMM	NM	B	MB	E
Codos flexionados entre 90º y 100º	NMM	NM	B	MB	E
Hombros relajados	NMM	NM	B	MB	E
Torsión de hombros en sentido contrario al de la cadera	NMM	NM	B	MB	E
Braceo simétrico, ganar recorrido hacia delante y atrás sin generar fuerzas verticales.	NMM	NM	B	MB	E
Ajustar el braceo al eje cabeza-tronco-apoyo plantar (durante fase de extensión de la rodilla en la vertical).	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NMM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente.

**ANEXO 14. Planilla Feedback técnico Salto de Longitud Sub 14****PLANILLA FEEDBACK SALTO LONGITUD CATEGORÍA SUB 14****NOMBRE ATLETA:**

<b>CARRERA.</b> Objetivo: Respetar las fases de la carrera. Correr con buena técnica. No perder velocidad al final					
Tener una carrera talonada de máximo 12-14 apoyos (En función del desarrollo evolutivo y la capacidad de correr rápido del atleta)	NMM	NM	B	MB	E
Saber talonar la carrera de parado (realizar siempre la misma carrera)	NMM	NM	B	MB	E
Empujar en los primeros apoyos con ciclo anterior de carrera	NMM	NM	B	MB	E
Realizar una carrera central con cuerpo erguido, carrera circular y apoyos activo	NMM	NM	B	MB	E
Correr sin oscilaciones, con una trayectoria horizontal del centro de masa del atleta	NMM	NM	B	MB	E
Correr con ritmo progresivamente creciente	NMM	NM	B	MB	E
Realizar últimos pasos de carrera en aceleración	NMM	NM	B	MB	E
<b>BATIDA:</b> Objetivo: Recortar el último apoyo. Realizar una batida activa de arriba abajo (zarpazo), sin miedo al nulo. Mantener la tensión en pierna de batida (que no ceda). Tronco erguido. Posición Tándem					
Recorta el último apoyo para batir	NMM	NM	B	MB	E
Batida activa con acción de arriba abajo	NMM	NM	B	MB	E
Batida de planta	NMM	NM	B	MB	E
Pierna de batida casi extendida en la amortiguación (evitar frenado)	NMM	NM	B	MB	E
Caderas altas en la batida	NMM	NM	B	MB	E
Tronco erguido	NMM	NM	B	MB	E
Posición de tándem en el momento de la salida de la batida	NMM	NM	B	MB	E
Acompañamiento coordinado de los brazos	NMM	NM	B	MB	E

<b>FASE AÉREA.</b> Objetivos: Buena acción de segmentos libres. Encontrar la técnica de vuelo más acorde al atleta, priorizando técnica natural o de 1 y ½					
No precipitar la salida de la pierna libre	NMM	NM	B	MB	E
Realización de la técnica (Natural, Extensión, 1 y ½)	NMM	NM	B	MB	E
Correcta postura del tronco encima de las caderas, a pesar del movimiento de las piernas, sin adelantar hombros precipitadamente.	NMM	NM	B	MB	E
Acompañamiento de los brazos según la técnica de vuelo.	NMM	NM	B	MB	E
<b>CAÍDA.</b> Objetivos: Rentabilizar el salto al máximo. Evitar caída prematura por bajar piernas o adelantar el tronco. Amortiguar correctamente en la arena.					
Movimiento coordinado de adelantamiento de hombros con la extensión de piernas	NMM	NM	B	MB	E
Extensión de las piernas para preparar la caída	NMM	NM	B	MB	E
Brazos movimiento de arriba abajo y atrás	NMM	NM	B	MB	E
Entrada a la arena con talones	NMM	NM	B	MB	E
Entrada con ambos pies a la vez (que no caiga un pie antes de tiempo)	NMM	NM	B	MB	E
Flexionar rodillas al contactar con el suelo y adelantar las pelvis	NMM	NM	B	MB	E
Realizar correctamente la técnica de caída con pies juntos, deslizando al lateral o hacia el frente para evitar golpes bruscos.	NMM	NM	B	MB	E

CAPÍTULO X – ANEXOS

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NNM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente.

**ANEXO 15. Planilla Feedback técnico Salto de Longitud Sub 16****PLANILLA FEEDBACK SALTO LONGITUD CATEGORÍA SUB 16****NOMBRE ATLETA:**

<b>CARRERA. Objetivo:</b> Mantener los objetivos de la anterior etapa con mayor velocidad de carrera					
Tener una carrera talonada de máximo 14-16 apoyos (En función del desarrollo evolutivo y la capacidad de correr rápido del atleta)	NMM	NM	B	MB	E
Talonamiento correcto de la carrera de parado. (Realizar siempre la misma carrera)	NMM	NM	B	MB	E
Empujar en los primeros apoyos de carrera con ciclo anterior de carrera	NMM	NM	B	MB	E
Realizar una carrera central con cuerpo erguido, carrera circular y apoyos activo	NMM	NM	B	MB	E
Correr sin oscilaciones con una trayectoria horizontal del centro de masa del atleta	NMM	NM	B	MB	E
Dominar ritmo progresivamente creciente	NMM	NM	B	MB	E
Realizar últimos pasos de carrera en aceleración	NMM	NM	B	MB	E
Dominio del ajuste visual en los últimos 4 pasos de carrera	NMM	NM	B	MB	E
<b>BATIDA: Objetivo:</b> Realizar una batida activa con tensión muscular recortando el último apoyo. Saber batir con ambas piernas para realizar un trabajo compensado. Lograr una correcta salida de parábola de vuelo					
Recorta el último apoyo para batir	NMM	NM	B	MB	E
Batida activa con acción de arriba abajo	NMM	NM	B	MB	E
Batida de planta con acción rodada	NMM	NM	B	MB	E
Pierna de batida casi extendida en la amortiguación (evitar frenado)	NMM	NM	B	MB	E
Caderas altas en la batida	NMM	NM	B	MB	E
Tronco erguido	NMM	NM	B	MB	E
Acción rápida de la pierna libre hacia delante	NMM	NM	B	MB	E



## CAPÍTULO X – ANEXOS

Posición de tandem	NMM	NM	B	MB	E
Acompañamiento coordinado de los brazos	NMM	NM	B	MB	E
Saber batir con ambas piernas.	NMM	NM	B	MB	E
Buen ángulo de salida para el vuelo	NMM	NM	B	MB	E
<b>FASE AÉREA. Objetivos:</b> Dominar la técnica de vuelo preferiblemente tijeras.					
No precipitar la salida de la pierna libre	NMM	NM	B	MB	E
Dominar la técnica ( Natural, Extensión, 1 y ½)	NMM	NM	B	MB	E
Acompañamiento de los brazos según la técnica de vuelo.	NMM	NM	B	MB	E
<b>CAIDA. Objetivos:</b> Rentabilizar el salto al máximo. Evitar caída prematura por bajar piernas o adelantar el tronco. Amortiguar correctamente en la arena.					
Movimiento coordinado de adelantamiento de hombros con la extensión de piernas	NMM	NM	B	MB	E
Extensión de las piernas para preparar la caída	NMM	NM	B	MB	E
Brazos movimiento de arriba abajo y atrás	NMM	NM	B	MB	E
Entrada a la arena con talones	NMM	NM	B	MB	E
Entrada con ambos pies a la vez	NMM	NM	B	MB	E
Flexionar rodillas al contactar con el suelo y adelantar las pelvis	NMM	NM	B	MB	E
Realizar correctamente la técnica de caída con pies juntos , deslizando al lateral o hacia el frente.	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NMM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente.

**ANEXO 16. Planilla Feedback técnico Salto de Longitud Sub 18****PLANILLA FEEDBACK SALTO LONGITUD CATEGORÍA SUB 18****NOMBRE ATLETA:**

<b>CARRERA.</b> Objetivo: Mantener los objetivos de la anterior etapa con mayor velocidad de carrera					
Tener una carrera talonada de máximo 16-18 apoyos (En función del desarrollo evolutivo y la capacidad de correr rápido del atleta)	NMM	NM	B	MB	E
Talonamiento correcto de la carrera. (Realizar siempre la misma carrera)	NMM	NM	B	MB	E
Empujar en los primeros apoyos de carrera con ciclo anterior de carrera	NMM	NM	B	MB	E
Realizar una carrera central con cuerpo erguido, carrera circular y apoyos activo	NMM	NM	B	MB	E
Correr sin oscilaciones con una trayectoria horizontal del centro de masa del atleta	NMM	NM	B	MB	E
Dominar ritmo progresivamente creciente	NMM	NM	B	MB	E
Realizar últimos pasos de carrera en aceleración	NMM	NM	B	MB	E
Los apoyos de carrera producen un desplazamiento horizontal eficaz.	NMM	NM	B	MB	E
Dominio del ajuste visual en los últimos 4 pasos de carrera.	NMM	NM	B	MB	E
El penúltimo apoyo se realiza con una extensión incompleta de las articulaciones, pero elevando el centro de masas.	NMM	NM	B	MB	E
<b>BATIDA:</b> Objetivo: El penúltimo paso será más largo para hacer descender ligeramente el centro de masas del atleta lo que le permitirá alargar el camino de impulsión y generar impulso vertical en la fase de batida. Realizar una batida activa con tensión muscular recortando el último apoyo. Saber batir con ambas piernas, para realizar un trabajo compensado. Lograr una correcta salida de parábola de vuelo.					
Recorta el último apoyo para batir. (Enlace penúltimo – último)	NMM	NM	B	MB	E

## CAPÍTULO X – ANEXOS

Batida activa con acción de arriba abajo (el pie no se “encuentra” con el suelo, sino que busca la batida activo)	NMM	NM	B	MB	E
Batida de planta con acción rodada	NMM	NM	B	MB	E
Pierna de batida casi extendida en la amortiguación (evitar frenado)	NMM	NM	B	MB	E
Caderas altas en la batida	NMM	NM	B	MB	E
Tronco erguido	NMM	NM	B	MB	E
Acción rápida de la pierna libre hacia delante (lo cual se facilita al alargar el penúltimo paso)	NMM	NM	B	MB	E
Posición de tándem en el momento de la salida de la batida	NMM	NM	B	MB	E
Acompañamiento coordinado de los brazos	NMM	NM	B	MB	E
Saber batir con ambas piernas.	NMM	NM	B	MB	E
Buen ángulo de salida para el vuelo	NMM	NM	B	MB	E
<b>FASE AÉREA. Objetivos:</b> Dominar la técnica de vuelo preferiblemente tijeras.					
No precipitar la salida de la pierna libre	NMM	NM	B	MB	E
Dominar la técnica ( Natural, Extensión, 1 y ½)	NMM	NM	B	MB	E
Acompañamiento de los brazos según la técnica de vuelo.	NMM	NM	B	MB	E
<b>FASE AÉREA. Objetivos:</b> Dominar la técnica de vuelo preferiblemente tijeras.					
Movimiento coordinado de adelantamiento de hombros con la extensión de piernas	NMM	NM	B	MB	E
Extensión de las piernas para preparar la caída	NMM	NM	B	MB	E
Brazos movimiento de arriba abajo y atrás	NMM	NM	B	MB	E
Entrada a la arena con talones	NMM	NM	B	MB	E
Entrada con ambos pies a la vez (que no caiga un pie antes de tiempo)	NMM	NM	B	MB	E
Flexionar rodillas al contactar con el suelo y adelantar las pelvis	NMM	NM	B	MB	E
Realizar correctamente la técnica de caída con pies juntos , deslizándose al lateral o hacia el frente.	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NNM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente.

**ANEXO 17. Planilla Feedback técnico Triple Salto Sub 14****PLANILLA FEEDBACK TRIPLE SALTO CATEGORÍA SUB 14****NOMBRE ATLETA:**

CARRERA. <b>Objetivo:</b> Lograr la máxima velocidad controlable y colocar el cuerpo para la batida del hop. Respetar las fases de la carrera. Correr con buena técnica.					
Tener una carrera talonada de máximo 15 metros	NMM	NM	B	MB	E
Saber talonar la carrera de parado. (realizar siempre la misma carrera)	NMM	NM	B	MB	E
Empujar en los primeros apoyos de carrera con ciclo anterior de carrera	NMM	NM	B	MB	E
Realizar una carrera central con cuerpo erguido, carrera circular y apoyos activo	NMM	NM	B	MB	E
Correr sin oscilaciones con una trayectoria horizontal del centro de masa del atleta	NMM	NM	B	MB	E
Correr con ritmo progresivamente creciente	NMM	NM	B	MB	E
Realizar últimos pasos de carrera en aceleración	NMM	NM	B	MB	E
Dominio del ajuste visual en los últimos 4 pasos de carrera.	NMM	NM	B	MB	E
. MULTISALTOS: <b>Objetivo:</b> Realizar multisaltos manteniendo la velocidad y el equilibrio, con tronco, cadera y apoyo alineados. (ranas y alternos)	NMM	NM	B	MB	E
HOP: <b>Objetivo:</b> Parábola de vuelo larga y plana con mínima pérdida de velocidad horizontal.					
La batida es un enlace activo entre la carrera de impulso y la fase de vuelo	NMM	NM	B	MB	E
Batida activa con acción de zarpazo, de arriba abajo, pie debajo del C.G.	NMM	NM	B	MB	E
Batida de planta rodada con empuje potente y tronco compacto	NMM	NM	B	MB	E
Pierna de batida casi extendida en la amortiguación (evitar frenado)	NMM	NM	B	MB	E

Paso en el aire completo y amplio (talón-gluteo). Movimiento circular, de la pierna de batida para volver a aterrizar.	NMM	NM	B	MB	E
Pierna de aterrizaje busca activa el suelo por delante del C.G	NMM	NM	B	MB	E
Tronco erguido	NMM	NM	B	MB	E
Acompañamiento coordinado de los brazos	NMM	NM	B	MB	E
<b>STEP: Objetivos:</b> Realizar un salto con momento aéreo.					
Batida activa con movimiento de zarpazo	NMM	NM	B	MB	E
Mantener la velocidad	NMM	NM	B	MB	E
Realizar un salto y no un paso.	NMM	NM	B	MB	E
La rodilla de la pierna libre flexionada con ambas caderas y tronco alineados	NMM	NM	B	MB	E
Pierna de batida se flexiona por atrás pero no puede superar la línea de la cadera	NMM	NM	B	MB	E
Mantener el equilibrio	NMM	NM	B	MB	E
Tronco ligeramente adelantado	NMM	NM	B	MB	E
Los brazos acompañan. (movimiento alterno)	NMM	NM	B	MB	E
<b>JUMP: Objetivos:</b> Lograr la máxima distancia posible. Batida potente con óptimo ángulo de despegue					
Batida activa con movimiento de zarpazo	NMM	NM	B	MB	E
Pie de batida contacta no demasiado por delante de las caderas (que están alineadas con el tronco)	NMM	NM	B	MB	E
Tronco erguido	NMM	NM	B	MB	E
Aguantar la posición de tándem en el aire	NMM	NM	B	MB	E
Técnica vuelo Natural	NMM	NM	B	MB	E
<b>CAIDA. Objetivos:</b> Rentabilizar el salto al máximo. Evitar caída prematura por bajar piernas o adelantar el tronco. Amortiguar correctamente en la arena.					
Movimiento coordinado de adelantamiento de hombros con la extensión de piernas	NMM	NM	B	MB	E
Extensión de las piernas para preparar la caída	NMM	NM	B	MB	E

## CAPÍTULO X – ANEXOS

Brazos movimiento de arriba abajo y atrás	NMM	NM	B	MB	E
Entrada a la arena con talones	NMM	NM	B	MB	E
Entrada con ambos pies a la vez	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NMM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente.

**ANEXO 18. Planilla Feedback técnico Triple Salto Sub 16****PLANILLA FEEDBACK TRIPLE SALTO CATEGORÍA SUB 16****NOMBRE ATLETA:**

<b>CARRERA.</b> Objetivo: Lograr la máxima velocidad controlable y colocar el cuerpo para la batida del hop. Respetar las fases de la carrera. Correr con buena técnica.					
Tener una carrera talonada de 12 a 14 apoyos (En función del desarrollo evolutivo y la capacidad de correr rápido del atleta)	NMM	NM	B	MB	E
Talonamiento correcto de la carrera de parado. (realizar siempre la misma carrera)	NMM	NM	B	MB	E
Empujar en los primeros apoyos de carrera con ciclo anterior de carrera	NMM	NM	B	MB	E
Realizar una carrera central con cuerpo erguido, carrera circular y apoyos activo	NMM	NM	B	MB	E
Correr sin oscilaciones con una trayectoria horizontal del centro de masa del atleta	NMM	NM	B	MB	E
Dominar ritmo progresivamente creciente	NMM	NM	B	MB	E
Realizar últimos pasos de carrera en aceleración	NMM	NM	B	MB	E
Dominio del ajuste visual en los últimos 4 pasos de carrera	NMM	NM	B	MB	E
<b>MULTISALTOS.</b> Objetivo: Realizar multisaltos alternos con carrera de 4 apoyos y multisaltos mixtos con 2 apoyos de carrera manteniendo la velocidad, el equilibrio y el ritmo, con tronco, cadera y apoyo alineados.	NMM	NM	B	MB	E
<b>HOP.</b> Objetivo: Parábola de vuelo larga y plana con mínima pérdida de velocidad horizontal.					
La batida es un enlace activo entre la carrera de impulso y la fase de vuelo (nuevo)	NMM	NM	B	MB	E
Batida activa con acción de zarpazo, de arriba abajo, pie debajo del C.G.	NMM	NM	B	MB	E
Batida de planta rodada con empuje potente y tronco compacto	NMM	NM	B	MB	E



## CAPÍTULO X – ANEXOS

Pierna de batida casi extendida en la amortiguación (evitar frenado)	NMM	NM	B	MB	E
Paso en el aire completo y amplio (talón-gluteo). Movimiento circular, de la pierna de batida para volver a aterrizar.	NMM	NM	B	MB	E
Pierna de aterrizaje busca activa el suelo por delante del C.G	NMM	NM	B	MB	E
Tronco erguido	NMM	NM	B	MB	E
Acompañamiento coordinado de los brazos	NMM	NM	B	MB	E
<b>STEP.</b> Objetivos: Igualar la duración del Step con la del Hop, conseguir la misma altura.					
Batida activa con movimiento de zarpazo	NMM	NM	B	MB	E
Mantener la velocidad	NMM	NM	B	MB	E
Realizar un salto y no un paso.	NMM	NM	B	MB	E
La rodilla de la pierna libre flexionada a 90° y por encima de la línea de la cadera	NMM	NM	B	MB	E
Pierna de batida se flexiona por atrás pero no puede superar la línea de la cadera	NMM	NM	B	MB	E
Mantener el equilibrio	NMM	NM	B	MB	E
Tronco ligeramente adelantado	NMM	NM	B	MB	E
Los brazos acompañan. (movimiento alterno)	NMM	NM	B	MB	E
<b>JUMP.</b> Objetivos: Lograr la máxima distancia posible. Batida potente con óptimo ángulo de despegue					
Batida activa de planta con movimiento de zarpazo	NMM	NM	B	MB	E
Pie de batida contacta no demasiado por delante de las caderas (que están alineadas con el tronco)	NMM	NM	B	MB	E
Tronco erguido	NMM	NM	B	MB	E
Aguantar la posición de tándem en el aire	NMM	NM	B	MB	E
Técnica vuelo Natural	NMM	NM	B	MB	E
<b>CAIDA.</b> Objetivos: Rentabilizar el salto al máximo. Evitar caída prematura por bajar piernas o adelantar el tronco. Amortiguar correctamente en la arena.					

## MARIA CARIDAD HERNÁNDEZ GUARDIOLA

Movimiento coordinado de adelantamiento de hombros con la extensión de piernas	NMM	NM	B	MB	E
Extensión de las piernas para preparar la caída	NMM	NM	B	MB	E
Brazos movimiento de arriba abajo y atrás	NMM	NM	B	MB	E
Entrada a la arena con talones	NMM	NM	B	MB	E
Entrada con ambos pies a la vez	NMM	NM	B	MB	E
Flexionar rodillas al contactar con el suelo y adelantar las pelvis	NMM	NM	B	MB	E
Realizar correctamente la técnica de caída con pies juntos, deslizando al lateral o hacia el frente.	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NNM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente.

**ANEXO 19. Planilla Feedback técnico Triple Salto Sub 18****PLANILLA FEEDBACK TRIPLE SALTO CATEGORÍA SUB 18****NOMBRE ATLETA:**

<b>CARRERA. Objetivo:</b> Lograr la máxima velocidad controlable y colocar el cuerpo para la batida del hop. Respetar las fases de la carrera. Correr con buena técnica.					
Tener una carrera talonada de 14 a 16 apoyos (En función del desarrollo evolutivo y la capacidad de correr rápido del atleta)	NMM	NM	B	MB	E
Talonamiento correcto de la carrera. (realizar siempre la misma carrera)	NMM	NM	B	MB	E
Empujar en los primeros apoyos de carrera con ciclo anterior de carrera	NMM	NM	B	MB	E
Realizar una carrera central con cuerpo erguido, carrera circular y apoyos activos	NMM	NM	B	MB	E
Correr sin oscilaciones con una trayectoria horizontal del centro de masa del atleta	NMM	NM	B	MB	E
Dominar ritmo progresivamente creciente	NMM	NM	B	MB	E
Realizar últimos pasos de carrera en aceleración	NMM	NM	B	MB	E
Dominio del ajuste visual en los últimos 4 pasos de carrera	NMM	NM	B	MB	E
<b>MULTISALTOS: Objetivo:</b> Realizar multisaltos alternos y mixtos con carrera de 4 apoyos y multisaltos sucesivos con 2 apoyos de carrera, manteniendo la velocidad, el equilibrio y el ritmo, con tronco, cadera y apoyo alineados.	NMM	NM	B	MB	E
<b>HOP: Objetivo:</b> Parábola de vuelo larga y plana con mínima pérdida de velocidad horizontal. (misma longitud 1º y 3º)					
La batida es un enlace activo entre la carrera de impulso y la fase de vuelo	NMM	NM	B	MB	E
Batida activa con acción de zarpazo, de arriba abajo, pie debajo del C.G.	NMM	NM	B	MB	E

Batida de planta rodada con empuje potente y tronco compacto	NMM	NM	B	MB	E
Pierna de batida casi extendida en la amortiguación (evitar frenado)	NMM	NM	B	MB	E
Paso en el aire completo y amplio (talón-gluteo). Movimiento circular, de la pierna de batida para volver a aterrizar.	NMM	NM	B	MB	E
Pierna de aterrizaje busca activa el suelo por delante del C.G	NMM	NM	B	MB	E
Tronco erguido	NMM	NM	B	MB	E
Acompañamiento coordinado de los brazos	NMM	NM	B	MB	E
<b>STEP: Objetivos:</b> Igualar la duración del Step con la del Hop, conseguir misma altura.					
Batida activa con movimiento de zarpazo	NMM	NM	B	MB	E
Mantener la velocidad	NMM	NM	B	MB	E
Realizar un salto y no un paso.	NMM	NM	B	MB	E
La rodilla de la pierna libre flexionada a 90° y por encima de la línea de la cadera	NMM	NM	B	MB	E
Pierna de batida se flexiona por atrás pero no puede superar la línea de la cadera	NMM	NM	B	MB	E
Mantener el equilibrio	NMM	NM	B	MB	E
Tronco ligeramente adelantado	NMM	NM	B	MB	E
Los brazos acompañan. (movimiento alterno)	NMM	NM	B	MB	E
<b>JUMP: Objetivos:</b> Lograr la máxima distancia posible. Batida potente con óptimo ángulo de despegue					
Batida activa de planta con movimiento de zarpazo	NMM	NM	B	MB	E
Pie de batida contacta no demasiado por delante de las caderas (que están alineadas con el tronco)	NMM	NM	B	MB	E
Tronco erguido	NMM	NM	B	MB	E
Aguantar la posición de tándem en el aire	NMM	NM	B	MB	E
Batida activa de planta con movimiento de zarpazo	NMM	NM	B	MB	E

## CAPÍTULO X – ANEXOS

<b>CAIDA. Objetivos:</b> Rentabilizar el salto al máximo. Evitar caída prematura por bajar piernas o adelantar el tronco. Amortiguar correctamente en la arena.					
Movimiento coordinado de adelantamiento de hombros con la extensión de piernas	NMM	NM	B	MB	E
Extensión de las piernas para preparar la caída	NMM	NM	B	MB	E
Brazos movimiento de arriba abajo y atrás	NMM	NM	B	MB	E
Entrada a la arena con talones	NMM	NM	B	MB	E
Entrada con ambos pies a la vez	NMM	NM	B	MB	E
Flexionar rodillas al contactar con el suelo y adelantar las pelvis	NMM	NM	B	MB	E
Realizar correctamente la técnica de caída con pies juntos, deslizando al lateral o hacia el frente.	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

NNM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente

**ANEXO 20. Planilla Feedback técnico Salto de Altura Sub 14****PLANILLA FEEDBACK SALTO DE ALTURA CATEGORÍA SUB 14****NOMBRE ATLETA:**

<b>CARRERA. Objetivo:</b> Generar la velocidad óptima de carrera y preparar la batida. El ritmo, la forma y la técnica de ejecución deben ir enfocadas a cumplir los puntos anteriores. Ejercicios de introducción a la carrera en curva					
Introducción a la carrera en curva, el pie interior debe cruzarse delante del exterior y ligera inclinación de tronco hacia el interior de la curva	NMM	NM	B	MB	E
Longitud de carrera correcta: Entre 4 y 6 pasos de parado.	NMM	NM	B	MB	E
Forma de la carrera: Apoyo de metatarso, circular y con el tronco recto	NMM	NM	B	MB	E
Velocidad carrera: Carrera progresiva y activa penúltimo-batida.	NMM	NM	B	MB	E
Preparación batida: Llegar encima, bien colocado sin hundirse en el apoyo.	NMM	NM	B	MB	E
<b>BATIDA. Objetivo:</b> Coordinar las fuerzas generadas en la carrera de impulso y la batida para conseguir la máxima velocidad vertical compatible con un buen franqueo válido.					
Batida con la pierna más alejada del listón	NMM	NM	B	MB	E
Saltar en péndulo corto y con batida reactiva.	NMM	NM	B	MB	E
Batida con toda la planta de arriba-abajo rodando el pie desde el exterior del talón externo hasta el dedo gordo.	NMM	NM	B	MB	E
Ayuda de brazos preferente a un brazo, pero indistintamente al estilo elegido (un brazo, doble de brazos o contrabalanceo) que la técnica sea correcta y optimice el salto.	NMM	NM	B	MB	E
Pie de batida orientado ligeramente hacia dentro entre las dos esquinas lejanas de la colchoneta.	NMM	NM	B	MB	E

## CAPÍTULO X – ANEXOS

Evitar quitar prematuramente el pie de batida y tirarse. (Ayuda a verticalizar la subida de la pierna libre)	NMM	NM	B	MB	E
Retrasar la entrada del brazo cercano al listón	NMM	NM	B	MB	E
<b>TIJERAS. Objetivo:</b> Que el atleta supere la altura de su pecho a tijeras. (Cuando cumpla el objetivo pasará a saltar al Flop) La pierna libre baja tras listón por la subida de la pierna de batida				<b>SI</b>	<b>NO</b>
<b>VUELO- FRANQUEO. Objetivo:</b> Rentabilizar lo generado en la batida.					
Buscar que el muslo de la pierna libre alcance la paralela al suelo. (La rodilla evita acercarse al listón)	NMM	NM	B	MB	E
Evitar que se baje la pelvis en el arqueado.	NMM	NM	B	MB	E
Entrada con arqueado/desarqueado sencillo y fácil sin movimientos bruscos. (Contracción de glúteos en el arqueado)	NMM	NM	B	MB	E
<b>CAÍDA. Objetivo.</b> Evitar golpes en la cara o caídas demasiado verticales					
Caer con la parte dorsal de la espalda con las piernas abiertas.	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

NNM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente

**ANEXO 21. Planilla Feedback técnico Salto de Altura Sub 16****PLANILLA FEEDBACK SALTO DE ALTURA CATEGORÍA SUB 16****NOMBRE ATLETA:**

<b>CARRERA. Objetivo:</b> Generar la velocidad óptima de carrera y preparar la batida. El ritmo, la forma y la técnica de ejecución deben ir enfocadas a cumplir los puntos anteriores. Carrera en curva					
Longitud de carrera correcta: Entre 4 pasos lanzados, 6 pasos parado y 6 pasos lanzados.	NMM	NM	B	MB	E
Inclinación de tronco hacia el interior de la curva en la carrera en curva.	NMM	NM	B	MB	E
Forma de la carrera: Apoyo de metatarso, circular (pasando el talón muy cerca de la unión isquio- glúteo) y con el tronco recto.	NMM	NM	B	MB	E
Velocidad carrera: Carrera progresiva y más activa en los tres últimos apoyos.	NMM	NM	B	MB	E
Preparación batida: adelantar la parte inferior del cuerpo en los últimos apoyos.	NMM	NM	B	MB	E
<b>BATIDA. Objetivo:</b> Coordinar las fuerzas generadas en la carrera de impulso y la batida para conseguir la máxima velocidad vertical compatible con un buen franqueo válido.					
Saltar en péndulo corto y con batida reactiva	NMM	NM	B	MB	E
Batida con toda la planta de arriba-abajo rodando el pie desde el exterior del talón externo hasta el dedo gordo.	NMM	NM	B	MB	E
Ayuda de brazos: preferentemente Acción Simple o Doble, pero indistintamente al estilo elegido (un brazo, doble de brazos o contrabalanceo) que la técnica sea correcta y optimice el salto)	NMM	NM	B	MB	E
Pie de batida orientado ligeramente hacia dentro entre las dos esquinas lejanas de la colchoneta.	NMM	NM	B	MB	E
Pasar por encima del pie de batida para retrasar la entrada.	NMM	NM	B	MB	E



## CAPÍTULO X – ANEXOS

Marcar brazo cercano al listón por encima de 90º del codo.	NMM	NM	B	MB	E
<b>VUELO- FRANQUEO. Objetivo:</b> Rentabilizar lo generado en la batida.					
El muslo de la pierna libre alcanza la paralela al suelo y se mantiene. (La rodilla evita acercarse al listón)	NMM	NM	B	MB	E
Dejar subir la pelvis antes de provocar el arqueo.	NMM	NM	B	MB	E
Hacer la extensión de rodillas en la parte final del arqueo.	NMM	NM	B	MB	E
<b>CAÍDA. Objetivo:</b> Evitar golpes en la cara o caídas demasiado verticales					
Caer con la parte dorsal de la espalda con las piernas abiertas.	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

NNM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente

**ANEXO 22. Planilla Feedback técnico Salto de Altura Sub 18****PLANILLA FEEDBACK SALTO DE ALTURA CATEGORÍA SUB 18****NOMBRE ATLETA:**

<b>CARRERA. Objetivo:</b> Generar la velocidad óptima de carrera y preparar la batida. El ritmo, la forma y la técnica de ejecución deben ir enfocadas a cumplir los puntos anteriores. Calcular radios de curva					
Longitud de carrera correcta: Entre 6 pasos parado, 6 pasos lanzados u 8 pasos parado.	NMM	NM	B	MB	E
Inclinación del tronco hacia el interior de la curva	NMM	NM	B	MB	E
Forma de la carrera: Apoyo de metatarso, circular (pasando el talón muy cerca la unión isquio-glúteo y con el tronco recto)	NMM	NM	B	MB	E
Velocidad carrera: Carrera progresiva y muy activa los tres últimos apoyos.	NMM	NM	B	MB	E
Preparación batida: Llegar encima y adelantado la parte inferior, con ligera inclinación interior en los últimos apoyos, con el eje de hombros apuntando al centro de la curva.	NMM	NM	B	MB	E
Radio de carrera que permita los tres últimos apoyos lo más alineados posible.	NMM	NM	B	MB	E
<b>BATIDA. Objetivo:</b> Coordinar las fuerzas generadas en la carrera de impulso y la batida para conseguir la máxima velocidad vertical compatible con un buen franqueo válido.					
Mantiene la inclinación del tronco hacia el interior de la curva en la llegada a la batida.	NMM	NM	B	MB	E
Saltar en péndulo corto y con batida reactiva	NMM	NM	B	MB	E
Batida con toda la planta de arriba-abajo rodando el pie desde el exterior del talón externo hasta el dedo gordo.	NMM	NM	B	MB	E
Ayuda de brazos: Acción Simple o Doble, pero indistintamente al estilo elegido (un brazo, doble de brazos)	NMM	NM	B	MB	E

## CAPÍTULO X – ANEXOS

o contrabalanceo) que la técnica sea correcta y optimice el salto)					
Pie de batida orientado al segundo saltómetro	NMM	NM	B	MB	E
Pasar por encima del pie de batida para retrasar la entrada.	NMM	NM	B	MB	E
Marcar brazo cercano al listón por encima de 120º del codo.	NMM	NM	B	MB	E
<b>VUELO- FRANQUEO. Objetivo:</b> Rentabilizar lo generado en la batida.					
El muslo de la pierna libre alcanza la paralela al suelo y aguantarlo, sin dejar escapar el pie por delante de la rodilla.	NMM	NM	B	MB	E
Dejar subir la pelvis antes de provocar el arqueo.	NMM	NM	B	MB	E
Bajar los hombros para acelerar la entrada y posteriormente hacer la extensión de rodillas en la parte final del arqueo.	NMM	NM	B	MB	E
<b>CAÍDA. Objetivo:</b> Evitar golpes en la cara o caídas demasiado verticales					
Caer con la parte dorsal de la espalda con las piernas abiertas.	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NNM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente.

**ANEXO 23. Planilla Feedback técnico Lanzamiento de Peso Sub 14.****PLANILLA FEEDBACK LANZAMIENTO DE PESO CATEGORÍA SUB 14****NOMBRE ATLETA:**

<b>POSICIÓN INICIAL Y AGARRE: Objetivo:</b> Realizar una colocación inicial y agarre de la bola correcto.					
El lanzador se ubica al inicio del círculo, de espalda a la dirección de lanzamiento, y con sus hombros perpendiculares a esta.	NMM	NM	B	MB	E
El peso se coloca a la altura de la barbilla pegado al cuello y se sujeta sobre los dedos (tocando un poco con la palma).	NMM	NM	B	MB	E
El brazo contrario equilibra	NMM	NM	B	MB	E
Vista en la referencia (parte trasera del círculo)	NMM	NM	B	MB	E
La posición debe ser relajada apoyándose el peso del cuerpo sobre la pierna derecha algo flexionada y la izquierda atrás relajada	NMM	NM	B	MB	E
<b>DESPLAZAMIENTO: Objetivo:</b> Realizar un paso cambiando de pie. Acelerar el artefacto mediante un desplazamiento horizontal y equilibrado					
Desplazamiento horizontal	NMM	NM	B	MB	E
Mantener la línea de hombros y la vista en la referencia. (parte trasera del círculo)	NMM	NM	B	MB	E
El pie derecho pasa de estar a 150 grados a estar a 90 grados, llegando a la parte central del círculo.	NMM	NM	B	MB	E
La pierna izquierda se apoya tocando el contenedor con una inclinación interna	NMM	NM	B	MB	E
El peso debe estar en la pierna atrasada.	NMM	NM	B	MB	E
La proyección de la bola queda encima del pie derecho.	NMM	NM	B	MB	E
<b>ACCIÓN FINAL: Objetivo:</b> Realizar correctamente la cadena cinética					
La rodilla derecha gira hacia delante y arriba	NMM	NM	B	MB	E
Mantener la velocidad	NMM	NM	B	MB	E

## CAPÍTULO X – ANEXOS

El brazo izquierdo se abre.	NMM	NM	B	MB	E
Pie derecho empuja la rodilla adelante y arriba	NMM	NM	B	MB	E
Lado izquierdo bloquea	NMM	NM	B	MB	E
La cadera derecha avanza	NMM	NM	B	MB	E
Entra pectoral y hombro derecho, el codo se de haber mantenido lo más elevado posible	NMM	NM	B	MB	E
Empuja el brazo derecho acabando con la extensión de los dedos	NMM	NM	B	MB	E
<b>RECUPERACIÓN: Objetivo: Mantener al atleta dentro del círculo</b>					
Después de lanzar el atleta mantiene la posición del bloqueo, cambia de pierna para no salirse del círculo	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NMM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente.

**ANEXO 24. Planilla Feedback técnico Lanzamiento de Peso Sub 16.****PLANILLA FEEDBACK LANZAMIENTO DE PESO CATEGORÍA SUB 16****NOMBRE ATLETA:**

<b>POSICIÓN INICIAL Y AGARRE: Objetivo:</b> Realizar una colocación inicial y agarre de la bola correcto.					
El lanzador se ubica al inicio del círculo, de espalda a la dirección de lanzamiento, y con sus hombros perpendiculares a esta.	NMM	NM	B	MB	E
El peso se coloca a la altura de la barbilla pegado al cuello y se sujeta sobre los dedos (tocando un poco con la palma).	NMM	NM	B	MB	E
El brazo contrario equilibra	NMM	NM	B	MB	E
Vista en la referencia (parte trasera del círculo)	NMM	NM	B	MB	E
La posición debe ser relajada apoyándose el peso del cuerpo sobre la pierna derecha algo flexionada y la izquierda atrás relajada	NMM	NM	B	MB	E
<b>DESPLAZAMIENTO: Objetivo:</b> Realizar un desplazamiento lineal. Acelerar el artefacto mediante un desplazamiento horizontal y equilibrado					
Basculación: posición unipodal, agrupamiento y extensión de la pierna izquierda (lanzador diestro)	NMM	NM	B	MB	E
Mantener la línea de hombros y la vista en la referencia. (parte trasera del círculo)	NMM	NM	B	MB	E
Desplazamiento rasante, continuo y sin parones	NMM	NM	B	MB	E
El pie derecho pasa de estar a 150 grados a estar a 90 grados, llegando a la parte central del círculo.	NMM	NM	B	MB	E
La pierna izquierda se apoya tocando el contenedor con una inclinación interna	NMM	NM	B	MB	E
El peso debe estar en la pierna atrasada.	NMM	NM	B	MB	E
La proyección de la bola queda encima del pie derecho.	NMM	NM	B	MB	E
<b>ACCIÓN FINAL: Objetivo:</b> Realizar correctamente la cadena cinética					

## CAPÍTULO X – ANEXOS

La rodilla derecha gira hacia delante y arriba	NMM	NM	B	MB	E
El hombro izquierdo se abre.	NMM	NM	B	MB	E
Pie derecho empuja la rodilla adelante y arriba	NMM	NM	B	MB	E
Lado izquierdo bloquea	NMM	NM	B	MB	E
La cadera derecha avanza	NMM	NM	B	MB	E
Entra pectoral y hombro derecho, el codo se de haber mantenido lo más elevado posible	NMM	NM	B	MB	E
Empuja el brazo derecho acabando con la extensión de los dedos	NMM	NM	B	MB	E
<b>RECUPERACIÓN: Objetivo:</b> Mantener al atleta dentro del círculo					
Después de lanzar el atleta mantiene la posición del bloqueo, cambia de pierna para no salirse del círculo	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NMM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente.

**ANEXO 25. Planilla Feedback técnico Lanzamiento de Peso Sub 18.****PLANILLA FEEDBACK LANZAMIENTO DE PESO CATEGORÍA SUB 18****NOMBRE ATLETA:**

<b>POSICIÓN INICIAL Y AGARRE: Objetivo:</b> Realizar una colocación inicial y agarre de la bola correcto.					
El lanzador se ubica al inicio del círculo, de espalda a la dirección de lanzamiento, y con sus hombros perpendiculares a esta.	NMM	NM	B	MB	E
El peso se coloca a la altura de la barbilla pegado al cuello y se sujeta sobre los dedos (tocando un poco con la palma).	NMM	NM	B	MB	E
El brazo contrario equilibra	NMM	NM	B	MB	E
Vista en la referencia (parte trasera del círculo)	NMM	NM	B	MB	E
La posición debe ser relajada apoyándose el peso del cuerpo sobre la pierna derecha algo flexionada y la izquierda atrás relajada	NMM	NM	B	MB	E
<b>DESPLAZAMIENTO: Objetivo:</b> Realizar un desplazamiento lineal. Acelerar el artefacto mediante un desplazamiento horizontal y equilibrado					
Basculación: posición unipodal, agrupamiento y extensión de la pierna izquierda (lanzador diestro)	NMM	NM	B	MB	E
Mantener la línea de hombros y la vista en la referencia. (parte trasera del círculo)	NMM	NM	B	MB	E
Desplazamiento rasante, continuo y sin parones	NMM	NM	B	MB	E
El pie derecho pasa de estar a 150 grados a estar a 90 grados, llegando a la parte central del círculo.	NMM	NM	B	MB	E
La pierna izquierda se apoya tocando el contenedor con una inclinación interna	NMM	NM	B	MB	E
El peso debe estar en la pierna atrasada.	NMM	NM	B	MB	E
La proyección de la bola queda encima del pie derecho.	NMM	NM	B	MB	E



## CAPÍTULO X – ANEXOS

<b>ACCIÓN FINAL: Objetivo:</b> Realizar correctamente la cadena cinética					
La rodilla derecha gira hacia delante y arriba	NMM	NM	B	MB	E
El hombro izquierdo se abre.	NMM	NM	B	MB	E
Pie derecho empuja la rodilla adelante y arriba	NMM	NM	B	MB	E
Lado izquierdo bloquea	NMM	NM	B	MB	E
La cadera derecha avanza	NMM	NM	B	MB	E
Entra pectoral y hombro derecho, el codo se de haber mantenido lo más elevado posible	NMM	NM	B	MB	E
Empuja el brazo derecho acabando con la extensión de los dedos	NMM	NM	B	MB	E
<b>RECUPERACIÓN: Objetivo:</b> Mantener al atleta dentro del círculo					
Después de lanzar el atleta mantiene la posición del bloqueo, cambia de pierna para no salirse del círculo	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NMM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente.

**ANEXO 26. Planilla Feedback técnico Lanzamiento de Disco Sub 14.****PLANILLA FEEDBACK LANZAMIENTO DE DISCO CATEGORÍA SUB14****NOMBRE ATLETA:**

<b>POSICIÓN INICIAL Y AGARRE: Objetivo:</b> Posición inicial de espaldas al lanzamiento con los pies separados a la anchura de los hombros. Agarre correcto. Soltar el disco por el dedo índice haciendo que gire en sentido contrario a las agujas del reloj.					
Agarre correcto: La mano se sitúa de plano contra la superficie del disco y el borde sujeto con las últimas falanges 2, 3, 4 y 5 dedos. El dedo pulgar no sobresale del disco. La parte superior del disco puede tocar el antebrazo	NMM	NM	B	MB	E
Posición inicial de frente a la dirección del lanzamiento, al inicio del círculo, con los pies separados a la anchura de los hombros	NMM	NM	B	MB	E
<b>BALANCEO DE BRAZOS:</b> Conseguir imprimir velocidad e inercia al disco Realizar el balanceo correctamente					
En el balanceo hacia la izquierda la palma va hacia arriba. En el balanceo hacia la derecha, la palma va hacia abajo, aprovechando la inercia (lanzador diestro, contrario en lanzador zurdo)	NMM	NM	B	MB	E
El tronco rota al mismo tiempo que el disco	NMM	NM	B	MB	E
El peso del cuerpo oscila entre pierna derecha a pierna izquierda siguiendo el movimiento del disco	NMM	NM	B	MB	E
El movimiento se realiza de forma relajada	NMM	NM	B	MB	E
<b>DESPLAZAMIENTO. Objetivo:</b> Realizar 1 giro de frente en equilibrio. Apoyo de metatarso y brazo retrasado					
Lanzar el brazo derecho adelante a la vez que comienza el giro sobre el metatarso del pie izquierdo y recepcionar en el centro del círculo sobre el metatarso del pie derecho en equilibrio.	NMM	NM	B	MB	E

## CAPÍTULO X – ANEXOS

El pie derecho se apoya activamente de metatarso en el suelo y sigue girando hacia el interior	NMM	NM	B	MB	E
Mantener durante la rotación el brazo ejecutor alto, con el disco lo más alejado posible, en prolongación de la línea de hombros, extendido y retrasado	NMM	NM	B	MB	E
La pierna izquierda pasa junto a la rodilla derecha en su trayecto hacia el doble apoyo. Fase de doble apoyo con bloqueo del lado izquierdo	NMM	NM	B	MB	E
<b>ACCIÓN FINAL: Objetivo:</b> Realizar correctamente la cadena cinética. Dar velocidad a la proyección del disco					
El tronco situado encima del apoyo de la pierna derecha y la cabeza en línea	NMM	NM	B	MB	E
Se realiza una rotación de abajo-arriba y giro pie-rodilla-cadera-hombro derecho.	NMM	NM	B	MB	E
Las piernas se extienden, aportando más altura y longitud a la trayectoria de lanzamiento	NMM	NM	B	MB	E
Hombros paralelos al suelo	NMM	NM	B	MB	E
El disco sale de la mano por el dedo índice, girando en el sentido de las agujas del reloj, por encima de la altura de los hombros	NMM	NM	B	MB	E
<b>RECUPERACIÓN: Objetivo:</b> Mantener al atleta dentro del círculo					
Después de lanzar el atleta cambia de pierna o rota sobre si mismo para no salirse del círculo.	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NMM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente.

**ANEXO 27. Planilla Feedback técnico Lanzamiento de Disco Sub 16.****PLANILLA FEEDBACK LANZAMIENTO DE DISCO CATEGORÍA SUB 16****NOMBRE ATLETA:**

<b>POSICIÓN INICIAL Y AGARRE: Objetivo:</b> Posición inicial de espaldas al lanzamiento con los pies separados a la anchura de los hombros. Agarre correcto. Soltar el disco por el dedo índice haciendo que gire en sentido contrario a las agujas del reloj.					
Agarre correcto: La mano se sitúa de plano contra la superficie del disco y el borde sujeto con las últimas falanges 2, 3, 4 y 5 dedos. El dedo pulgar no sobresale del disco. La parte superior del disco puede tocar el antebrazo	NMM	NM	B	MB	E
Posición inicial de espaldas al lanzamiento, al inicio del círculo, con los pies separados a la anchura de los hombros	NMM	NM	B	MB	E
<b>BALANCEO DE BRAZOS:</b> Conseguir imprimir velocidad e inercia al disco Realizar el balanceo correctamente					
En el balanceo hacia la izquierda la palma va hacia arriba. En el balanceo hacia la derecha, la palma va hacia abajo, aprovechando la inercia (lanzador diestro, contrario en lanzador zurdo)	NMM	NM	B	MB	E
El tronco rota al mismo tiempo que el disco	NMM	NM	B	MB	E
El peso del cuerpo oscila entre pierna derecha a pierna izquierda siguiendo el movimiento del disco	NMM	NM	B	MB	E
El movimiento se realiza de forma relajada	NMM	NM	B	MB	E
<b>DESPLAZAMIENTO. Objetivo:</b> Realizar 1y ½ giro para acelerar el disco lo máximo posible. Apoyo de metatarso y brazo retrasado					
La rotación se inicia cuando con el disco retrasado y el peso del cuerpo en la pierna derecha	NMM	NM	B	MB	E
Lanzar el brazo derecho adelante a la vez que comienza el giro sobre el metatarso del pie izquierdo	NMM	NM	B	MB	E

## CAPÍTULO X – ANEXOS

La pierna derecha va semiflexionada y recepciona en el centro del círculo sobre el metatarso.	NMM	NM	B	MB	E
El pie derecho se apoya activamente de metatarso en el suelo y sigue girando hacia el interior y en equilibrio	NMM	NM	B	MB	E
Mantener durante la rotación el brazo ejecutor alto, con el disco lo más alejado posible, en prolongación de la línea de hombros, extendido y retrasado	NMM	NM	B	MB	E
La pierna izquierda pasa junto a la rodilla derecha en su trayecto hacia el doble apoyo. Fase de doble apoyo con bloqueo del lado izquierdo	NMM	NM	B	MB	E
<b>ACCIÓN FINAL: Objetivo:</b> Realizar correctamente la cadena cinética. Dar velocidad a la proyección del disco					
El tronco situado encima del apoyo de la pierna derecha y la cabeza en línea	NMM	NM	B	MB	E
Se realiza una rotación de abajo-arriba y giro pie-rodilla-cadera-hombro derecho.	NMM	NM	B	MB	E
Las piernas se extienden, aportando más altura y longitud a la trayectoria de lanzamiento	NMM	NM	B	MB	E
Hombros paralelos al suelo	NMM	NM	B	MB	E
El disco sale de la mano por el dedo índice, girando en el sentido de las agujas del reloj, por encima de la altura de los hombros	NMM	NM	B	MB	E
<b>RECUPERACIÓN: Objetivo:</b> Mantener al atleta dentro del círculo					
Después de lanzar el atleta cambia de pierna o rota sobre sí mismo para no salirse del círculo.	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NNM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente.

**ANEXO 28. Planilla Feedback técnico Lanzamiento de Disco Sub 18.****PLANILLA FEEDBACK LANZAMIENTO DE DISCO CATEGORÍA SUB 18****NOMBRE ATLETA:**

<b>POSICIÓN INICIAL Y AGARRE. Objetivo:</b> Posición inicial de espaldas al lanzamiento con los pies separados a la anchura de los hombros. Agarre correcto. Soltar el disco por el dedo índice haciendo que gire en sentido contrario a las agujas del reloj.					
Agarre correcto: La mano se sitúa de plano contra la superficie del disco y el borde sujeto con las últimas falanges 2, 3, 4 y 5 dedos. El dedo pulgar no sobresale del disco. La parte superior del disco puede tocar el antebrazo	NMM	NM	B	MB	E
Posición inicial de frente al lanzamiento, al inicio del círculo, con los pies separados a la anchura de los hombros	NMM	NM	B	MB	E
<b>BALANCEO DE BRAZOS. Objetivo:</b> Conseguir imprimir velocidad e inercia al disco Realizar el balanceo correctamente					
En el balanceo hacia la izquierda la palma va hacia arriba. En el balanceo hacia la derecha, la palma va hacia abajo, aprovechando la inercia (lanzador diestro, contrario en lanzador zurdo)	NMM	NM	B	MB	E
El tronco rota al mismo tiempo que el disco	NMM	NM	B	MB	E
El peso del cuerpo oscila entre pierna derecha a pierna izquierda siguiendo el movimiento del disco	NMM	NM	B	MB	E
El movimiento se realiza de forma relajada	NMM	NM	B	MB	E
<b>DESPLAZAMIENTO. Objetivo:</b> Realizar 1y ½ giro para acelerar el disco lo máximo posible. Apoyo de metatarso y brazo retrasado					
La rotación se inicia cuando con el disco retrasado y el peso del cuerpo en la pierna derecha	NMM	NM	B	MB	E
Lanzar el brazo derecho adelante a la vez que comienza el giro sobre el metatarso del pie izquierdo	NMM	NM	B	MB	E

La pierna derecha va semiflexionada y receptiona en el centro del círculo sobre el metatarso.	NMM	NM	B	MB	E
El pie derecho se apoya activamente de metatarso en el suelo y sigue girando hacia el interior y en equilibrio	NMM	NM	B	MB	E
Mantener durante la rotación el brazo ejecutor alto, con el disco lo más alejado posible, en prolongación de la línea de hombros, extendido y retrasado	NMM	NM	B	MB	E
La pierna izquierda pasa junto a la rodilla derecha en su trayecto hacia el doble apoyo. Fase de doble apoyo con bloqueo del lado izquierdo	NMM	NM	B	MB	E
<b>ACCIÓN FINAL: Objetivo:</b> Realizar correctamente la cadena cinética. Dar velocidad a la proyección del disco					
El tronco situado encima del apoyo de la pierna derecha y la cabeza en línea	NMM	NM	B	MB	E
Se realiza una rotación de abajo-arriba y giro pie-rodilla-cadera-hombro derecho.	NMM	NM	B	MB	E
Las piernas se extienden, aportando más altura y longitud a la trayectoria de lanzamiento	NMM	NM	B	MB	E
Hombros paralelos al suelo	NMM	NM	B	MB	E
El disco sale de la mano por el dedo índice, girando en el sentido de las agujas del reloj, por encima de la altura de los hombros	NMM	NM	B	MB	E
<b>RECUPERACIÓN: Objetivo:</b> Mantener al atleta dentro del círculo					
Después de lanzar el atleta cambia de pierna o rota sobre si mismo para no salirse del círculo.	NMM	NM	B	MB	E



CAPÍTULO X – ANEXOS

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NNM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente.

**ANEXO 29. Planilla Feedback técnico Lanzamiento de Jabalina Sub 14.****PLANILLA FEEDBACK LANZAMIENTO DE JABALINA CATEGORÍA SUB14****NOMBRE ATLETA:**

<b>POSICIÓN INICIAL Y AGARRE: Objetivo:</b> Agarre correcto de la jabalina sobre el extremo final de la encordadura). Colocar la jabalina alienada. Tener los hombros relajados					
Agarre del cordaje Americano. El pulgar y el dedo índice van detrás	NMM	NM	B	MB	E
Agarre del cordaje Trinchado: Detrás van el dedo índice y el corazón	NMM	NM	B	MB	E
Agarre del cordaje Finlandés. El pulgar y el corazón estarán detrás y el índice extendido	NMM	NM	B	MB	E
Colocación jabalina: a la altura de la frente, sobre el hombro y paralela al terreno o ligeramente hacia abajo	NMM	NM	B	MB	E
<b>DESPLAZAMIENTO.CARRERA CÍCLICA.</b> El lanzamiento se realizará sin carrera cíclica en esta etapa. Pero el objetivo de los ejercicios de aprendizaje será: Alineación de la jabalina, hombros relajados, caderas altas y apoyos de metatarso					
Mano al lado de la sien, Jabalina a la altura de la frente, sobre el hombro y paralela al terreno o ligeramente hacia abajo	NMM	NM	B	MB	E
Carrera natural, progresiva y relajada	NMM	NM	B	MB	E
Caderas altas y apoyos de metatarso	NMM	NM	B	MB	E
<b>DESPLAZAMIENTO.CARRERA ACÍCLICA. Objetivos:</b> Colocar la jabalina correctamente. Llevar el codo estirado. Realizar 2-3 cruces y llegar correctamente a la posición final. Se le dará importancia a la colocación y amplitud del paso y no a la velocidad de translación					
Realizar 2 o 3 pasos cruzados adelantando la pierna trasera	NMM	NM	B	MB	E
Palma de la mano hacia arriba.	NMM	NM	B	MB	E
Girar el tronco de manera lateral, (hacia la derecha, atleta diestro)	NMM	NM	B	MB	E
Brazo lanzador (derecho) se extiende hacia atrás alineando la mano con los hombros (o ligeramente más alta)	NMM	NM	B	MB	E

## CAPÍTULO X – ANEXOS

Punta de la jabalina al nivel de la frente	NMM	NM	B	MB	E
Amplitud controlada de los cruces para intentar retrasar algo la parte superior del cuerpo	NMM	NM	B	MB	E
<b>ACCIÓN FINAL: Objetivo:</b> Lanzar en doble apoyo. Realizar cadena cinética. Controlar la dirección de la jabalina. Colocar la mano alta por encima de la cabeza. Ángulo final óptimo de salida. Rotación de hombros en dirección al lanzamiento. Buena movilidad de la cintura escapular.					
Lanzar en doble apoyo, con ambas piernas semiflexionadas	NMM	NM	B	MB	E
Palma hacia arriba hasta soltar la jabalina	NMM	NM	B	MB	E
Brazo y hombro derecho en rotación externa	NMM	NM	B	MB	E
El pie derecho rota arriba y adelante (la cadera pivota). Importante no apoyar talón y quedar con el dorso del pie mirando el suelo.	NMM	NM	B	MB	E
El arco del pie derecho y la mano derecha forman lo que se denomina arco tenso	NMM	NM	B	MB	E
Se produce la cadena cinética (pie-cadera-hombro-codo-mano)	NMM	NM	B	MB	E
Rotación de hombros guiada por el hombro izquierdo (lanzador diestro)	NMM	NM	B	MB	E
El antebrazo se flexiona por detrás de la cabeza con el codo alto	NMM	NM	B	MB	E
<b>RECUPERACIÓN: Objetivo:</b> Mantener al atleta dentro de la zona de lanzamiento					
Adelantar la pierna de atrás para bajar el centro de gravedad y frenar para no salirse de la zona límite de lanzamiento	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NMM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente.

**ANEXO 30. Planilla Feedback técnico Lanzamiento de Jabalina Sub 16.****PLANILLA FEEDBACK LANZAMIENTO DE JABALINA CATEGORÍA SUB16****NOMBRE ATLETA:**

<b>POSICIÓN INICIAL Y AGARRE: Objetivo:</b> Agarre correcto de la jabalina sobre el extremo final de la encordadura). Colocar la jabalina alienada. Tener los hombros relajados					
Agarre del cordaje Americano. El pulgar y el dedo índice van detrás	NMM	NM	B	MB	E
Agarre del cordaje Trinchado: Detrás van el dedo índice y el corazón	NMM	NM	B	MB	E
Agarre del cordaje Finlandés. El pulgar y el corazón estarán detrás y el índice extendido	NMM	NM	B	MB	E
Colocación jabalina: a la altura de la frente, sobre el hombro y paralela al terreno.	NMM	NM	B	MB	E
<b>DESPLAZAMIENTO: Objetivo:</b> Unir carrera cíclica con acíclica					
<b>CARRERA CÍCLICA.</b> Alineación de la jabalina, hombros relajados, caderas altas y apoyos de metatarso.					
Mano al lado de la sien, Jabalina a la altura de la frente, sobre el hombro y paralela al terreno	NMM	NM	B	MB	E
Carrera natural, progresiva y relajada	NMM	NM	B	MB	E
Caderas altas y apoyos de metatarso	NMM	NM	B	MB	E
<b>DESPLAZAMIENTO.CARRERA ACÍCLICA. Objetivos:</b> : Realizar un “cruce de transición” (paso de deslizamiento) y dos cruces de impulsión. Buena colocación y amplitud, realizar apoyos adelantados. Mantener la vista al frente, y llevar la jabalina controlada. Llevar el codo estirado					
Realizar pasos cruzados adelantando la pierna trasera con las caderas en dirección al lanzamiento	NMM	NM	B	MB	E
Palma de la mano hacia arriba, con antebrazo en rotación externa	NMM	NM	B	MB	E
Tronco colocado lateralmente a la derecha en atleta diestro) e inclinado ligeramente hacia atrás	NMM	NM	B	MB	E

## CAPÍTULO X – ANEXOS

Brazo lanzador extendido. Codo y hombros paralelos a la dirección de lanzamiento	NMM	NM	B	MB	E
Punta de la jabalina al nivel de la frente	NMM	NM	B	MB	E
Amplitud controlada de los cruces para intentar retrasar algo la parte superior del cuerpo	NMM	NM	B	MB	E
<b>ACCIÓN FINAL: Objetivo:</b> Lanzar en doble apoyo. Realizar cadena cinética. Controlar la dirección de la jabalina. Colocar la mano alta por encima de la cabeza. Ángulo final óptimo de salida. Rotación de hombros en dirección al lanzamiento. Buena movilidad de la cintura escapular.					
Enfatizar el retrasar la parte superior del cuerpo adelantando las caderas	NMM	NM	B	MB	E
Realizar un apoyo final de la pierna izquierda (lanzador diestro) más rígido.	NMM	NM	B	MB	E
Lanzar en doble apoyo, con pierna retrasada semiflexionada y la pierna delantera extendida (puede tener una ligera flexión)	NMM	NM	B	MB	E
Palma hacia arriba hasta soltar la jabalina	NMM	NM	B	MB	E
Brazo y hombro derecho en rotación externa	NMM	NM	B	MB	E
El pie derecho rota arriba y adelante (la cadera pivota). Importante no apoyar talón y quedar con el dorso del pie mirando el suelo.	NMM	NM	B	MB	E
La línea entre el pie derecho y la mano derecha forman lo que se denomina arco tenso	NMM	NM	B	MB	E
Se produce la cadena cinética (pie-cadera-hombro-codo-mano)	NMM	NM	B	MB	E
Rotación de hombros guiada por el hombro izquierdo (lanzador diestro)	NMM	NM	B	MB	E
El antebrazo se flexiona por detrás de la cabeza con el codo alto	NMM	NM	B	MB	E

<b>RECUPERACIÓN: Objetivo:</b> Al realizarse el gesto con mayor velocidad se deberá realizar el lanzamiento a 1 o 2 metros de la línea para poder frenar y no realizar nulo					
Adelantar la pierna de atrás para bajar el centro de gravedad y frenar para no salirse de la zona límite de lanzamiento	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NMM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente.

## CAPÍTULO X – ANEXOS

**ANEXO 31. Planilla Feedback técnico Lanzamiento de Jabalina Sub 18.****PLANILLA FEEDBACK LANZAMIENTO DE JABALINA CATEGORÍA SUB18****NOMBRE ATLETA:**

<b>POSICIÓN INICIAL Y AGARRE: Objetivo:</b> Agarre correcto de la jabalina sobre el extremo final de la encordadura). Colocar la jabalina alienada. Tener los hombros relajados					
Agarre del cordaje Americano. El pulgar y el dedo índice van detrás	NMM	NM	B	MB	E
Agarre del cordaje Trinchado: Detrás van el dedo índice y el corazón	NMM	NM	B	MB	E
Agarre del cordaje Finlandés. El pulgar y el corazón estarán detrás y el índice extendido	NMM	NM	B	MB	E
Colocación jabalina: a la altura de la frente, sobre el hombro y paralela al terreno o ligeramente hacia abajo	NMM	NM	B	MB	E
<b>DESPLAZAMIENTO: Objetivo:</b> Unir carrera cíclica con acíclica					
<b>CARRERA CÍCLICA.</b> Alineación de la jabalina, hombros relajados, caderas altas y apoyos de metatarso.					
Mano al lado de la sien, Jabalina a la altura de la frente, sobre el hombro y paralela al terreno o ligeramente hacia abajo	NMM	NM	B	MB	E
Carrera natural, progresiva y relajada	NMM	NM	B	MB	E
Caderas altas y apoyos de metatarso	NMM	NM	B	MB	E
<b>DESPLAZAMIENTO.CARRERA ACÍCLICA. Objetivos:</b> Realizar uno o dos “cruces de transición” (pasos de deslizamiento) y dos cruces de impulsión. Dar velocidad al movimiento. Buena colocación y amplitud, realizar apoyos adelantados. Mantener la vista al frente, y llevar la jabalina controlada. Llevar el codo estirado					
Cruces con las caderas en dirección al lanzamiento	NMM	NM	B	MB	E
Palma de la mano hacia arriba, con antebrazo en rotación externa	NMM	NM	B	MB	E
Tronco colocado lateralmente a la derecha en atleta diestro) e inclinado ligeramente hacia atrás	NMM	NM	B	MB	E

Brazo lanzador extendido. Codo y hombros paralelos a la dirección de lanzamiento	NMM	NM	B	MB	E
Punta de la jabalina al nivel de la frente	NMM	NM	B	MB	E
Amplitud controlada de los cruces para intentar retrasar algo la parte superior del cuerpo	NMM	NM	B	MB	E
<b>ACCIÓN FINAL: Objetivo:</b> Lanzar en doble apoyo. Realizar cadena cinética. Controlar la dirección de la jabalina. Colocar la mano alta por encima de la cabeza. Ángulo final óptimo de salida. Rotación de hombros en dirección al lanzamiento. Buena movilidad de la cintura escapular.					
Enfatizar el retrasar la parte superior del cuerpo adelantando las caderas	NMM	NM	B	MB	E
Realizar un apoyo final de la pierna izquierda (lanzador diestro) más rígido	NMM	NM	B	MB	E
Lanzar en doble apoyo, con pierna retrasada semiflexionada y la pierna delantera extendida (puede tener una ligera flexión)	NMM	NM	B	MB	E
Palma hacia arriba hasta soltar la jabalina	NMM	NM	B	MB	E
Brazo y hombro derecho en rotación externa	NMM	NM	B	MB	E
El pie derecho rota arriba y adelante (la cadera pivota). Importante no apoyar talón y quedar con el dorso del pie mirando el suelo.	NMM	NM	B	MB	E
Arco tenso marcado	NMM	NM	B	MB	E
Se produce la cadena cinética (pie-cadera-hombro-codo-mano)	NMM	NM	B	MB	E
Latigazo del brazo	NMM	NM	B	MB	E
Rotación de hombros guiada por el hombro izquierdo (lanzador diestro)	NMM	NM	B	MB	E
El antebrazo se flexiona por detrás de la cabeza con el codo alto	NMM	NM	B	MB	E



## CAPÍTULO X – ANEXOS

<b>RECUPERACIÓN: Objetivo:</b> Al realizarse el gesto con mayor velocidad se deberá realizar el lanzamiento a 1 o 2 metros de la línea para poder frenar y no realizar nulo					
Adelantar la pierna de atrás para bajar el centro de gravedad y frenar para no salirse de la zona límite de lanzamiento	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NMM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente.

**ANEXO 32. Planilla Feedback técnico Lanzamiento de Martillo Sub 14.****PLANILLA FEEDBACK LANZAMIENTO DE MARTILLO****CATEGORÍA SUB 14****NOMBRE ATLETA:**

<b>POSICIÓN INICIAL Y AGARRE. Objetivo:</b> Agarre y posición de partida correcta					
Agarre correcto: La mano izquierda está en contacto con la empuñadura, con la segunda falange de los dedos. La mano derecha está encima y con los pulgares entrelazados. La sujeción debe ser firme pero no tensa. (Lanzador diestro)	NMM	NM	B	MB	E
Posición inicial: El lanzador se sitúa de espaldas a la dirección de lanzamiento	NMM	NM	B	MB	E
Las piernas semi-flexionadas, el peso del cuerpo está repartido, o sobre la pierna derecha preferiblemente	NMM	NM	B	MB	E
El tronco relajado y flexionado adelante	NMM	NM	B	MB	E
Brazos relajados y extendidos	NMM	NM	B	MB	E
<b>VOLTEOS. Objetivo:</b> Realizar correctamente 2 volteos antes del lanzamiento					
Llevar el martillo hacia delante, arriba y hacia la izquierda, trasladando el peso del cuerpo de la pierna derecha hacia la izquierda	NMM	NM	B	MB	E
Los brazos extendidos permanecen extendidos hasta un punto delante del lanzador o ligeramente a su izquierda	NMM	NM	B	MB	E
En ese punto el atleta realiza una flexión de brazos y giro de hombros, mientras sus manos se dirigen hacia arriba para pasar por encima o delante de la cara, pero no por detrás de la cabeza	NMM	NM	B	MB	E
Cambio de el peso del cuerpo hacia la pierna derecha y cuando el martillo pasa por el punto más alto de su trayectoria, a la izquierda, atrás-arriba del lanzador	NMM	NM	B	MB	E

## CAPÍTULO X – ANEXOS

Descenso del martillo hacia el punto bajo, por movimiento activo con los brazos y el tronco	NMM	NM	B	MB	E
Máxima extensión de brazos próximo a la llegada del martillo a su punto bajo de trayectoria, aproximadamente en prolongación de la pierna derecha	NMM	NM	B	MB	E
<b>GIROS. Objetivos:</b> Preparar los giros para introducirlos en fases posteriores -Equilibrio en los giros (10 giros seguidos con una pica)					
El pie izquierdo pivota a la izquierda sobre el talón	NMM	NM	B	MB	E
El pie derecho abandona el suelo cuando los pies han girado entre 50º y 90º. La pica retrasada respecto al movimiento de giro del cuerpo	NMM	NM	B	MB	E
En el punto alto de la pica, entre los 120º-160º de giro, el pie izquierdo rota sobre la punta hasta el doble apoyo. La pierna derecha gira flexionada y cerca de la izquierda.	NMM	NM	B	MB	E
La parte inferior del cuerpo adelantada a la pica	NMM	NM	B	MB	E
Fase de doble apoyo la línea de hombros alcanza a las caderas	NMM	NM	B	MB	E
El pie derecho se colocará apuntando a la derecha (no paralelo)	NMM	NM	B	MB	E
La flexión de piernas vez mayor y los pies se aproximan cada vez más en cada giro	NMM	NM	B	MB	E
Localización de los puntos alto y bajo de la pica correcto	NMM	NM	B	MB	E
<b>ACCIÓN FINAL. Objetivo:</b> Realizar correctamente la cadena cinética. Conseguir máxima aceleración final con ángulo óptimo de salida					
Se inicia la fase de descarga cuando el pie derecho toca el suelo con ambas piernas flexionadas	NMM	NM	B	MB	E
El peso del atleta estará sobre la pierna izquierda, y el martillo se encontrara en su punto más bajo	NMM	NM	B	MB	E
Se produce la extensión de piernas, y se inicia la cadena cinética de derecha a izquierda y de abajo arriba	NMM	NM	B	MB	E

## MARIA CARIDAD HERNÁNDEZ GUARDIOLA

Se levanta el pecho y los hombros hacia la izquierda.	NMM	NM	B	MB	E
Se fija el lado izquierdo y se libera el martillo a la vez que se arquea la espalda	NMM	NM	B	MB	E
<b>RECUPERACIÓN: Objetivo:</b> Mantener al atleta dentro del círculo					
Después de lanzar el atleta cambia de pierna o rota sobre si mismo para no salirse del círculo.	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NMM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente.

**ANEXO 33. Planilla Feedback técnico Lanzamiento de Martillo Sub 16.****PLANILLA FEEDBACK LANZAMIENTO DE MARTILLO****CATEGORÍA SUB 16****NOMBRE ATLETA:**

<b>POSICIÓN INICIAL Y AGARRE. Objetivo:</b> Agarre y posición de partida correcta					
Agarre correcto: La mano izquierda está en contacto con la empuñadura, con la segunda falange de los dedos. La mano derecha está encima y con los pulgares entrelazados. La sujeción debe ser firme pero no tensa. (Lanzador diestro)	NMM	NM	B	MB	E
Posición inicial: El lanzador se sitúa de espaldas a la dirección de lanzamiento	NMM	NM	B	MB	E
Las piernas semi-flexionadas, el peso del cuerpo está repartido, o sobre la pierna derecha preferiblemente	NMM	NM	B	MB	E
El tronco relajado y flexionado adelante	NMM	NM	B	MB	E
Brazos relajados y extendidos	NMM	NM	B	MB	E
<b>VOLTEOS. Objetivo:</b> Realizar correctamente 2 volteos antes del lanzamiento					
Llevar el martillo hacia delante, arriba y hacia la izquierda, trasladando el peso del cuerpo de la pierna derecha hacia la izquierda	NMM	NM	B	MB	E
Los brazos extendidos permanecen extendidos hasta un punto delante del lanzador o ligeramente a su izquierda	NMM	NM	B	MB	E
En ese punto el atleta realiza una flexión de brazos y giro de hombros, mientras sus manos se dirigen hacia arriba para pasar por encima o delante de la cara, pero no por detrás de la cabeza	NMM	NM	B	MB	E
Cambio de el peso del cuerpo hacia la pierna derecha y cuando el martillo pasa por el punto más alto de su trayectoria, a la izquierda, atrás-arriba del lanzador	NMM	NM	B	MB	E

Descenso del martillo hacia el punto bajo, por movimiento activo con los brazos y el tronco	NMM	NM	B	MB	E
Máxima extensión de brazos próximo a la llegada del martillo a su punto bajo de trayectoria, aproximadamente en prolongación de la pierna derecha	NMM	NM	B	MB	E
<b>GIROS. Objetivos: Objetivos:</b> Realizar 1 o 2 giros para acelerar el martillo en el lanzamiento					
Inicio en el punto más bajo de la trayectoria del martillo	NMM	NM	B	MB	E
El pie izquierdo pivota a la izquierda sobre el talón	NMM	NM	B	MB	E
El pie derecho abandona el suelo cuando los pies han girado entre 50° y 90°. El martillo retrasado respecto al movimiento de giro del cuerpo	NMM	NM	B	MB	E
En el punto alto del martillo, entre los 120°-160° de giro, el pie izquierdo rota sobre la punta hasta el doble apoyo. La pierna derecha gira flexionada y cerca de la izquierda.	NMM	NM	B	MB	E
La parte inferior del cuerpo adelantada al martillo	NMM	NM	B	MB	E
Fase de doble apoyo la línea de hombros alcanza a las caderas	NMM	NM	B	MB	E
El pie derecho se colocará apuntando a la derecha (no paralelo)	NMM	NM	B	MB	E
La flexión de piernas vez mayor y los pies se aproximan cada vez más en cada giro	NMM	NM	B	MB	E
Localización correcta de los puntos alto y bajo del martillo	NMM	NM	B	MB	E
<b>ACCIÓN FINAL. Objetivo:</b> Realizar correctamente la cadena cinética. Conseguir máxima aceleración final con ángulo óptimo de salida					
Se inicia la fase de descarga cuando el pie derecho toca el suelo con ambas piernas flexionadas	NMM	NM	B	MB	E
El peso del atleta estará sobre la pierna izquierda, y el martillo se encuentra en su punto más bajo	NMM	NM	B	MB	E
Se produce la extensión de piernas, y se inicia la cadena cinética de derecha a izquierda y de abajo arriba	NMM	NM	B	MB	E

## CAPÍTULO X – ANEXOS

Se levanta el pecho y los hombros hacia la izquierda.	NMM	NM	B	MB	E
Se fija el lado izquierdo y se libera el martillo a la vez que se arquea la espalda	NMM	NM	B	MB	E
<b>RECUPERACIÓN: Objetivo:</b> Mantener al atleta dentro del círculo					
Se invierten las piernas y se baja el centro de gravedad para no salirse del círculo	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NMM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente.

**ANEXO 34. Planilla Feedback técnico Lanzamiento de Martillo Sub 18.****PLANILLA FEEDBACK LANZAMIENTO DE MARTILLO****CATEGORÍA SUB 18****NOMBRE ATLETA:**

<b>POSICIÓN INICIAL Y AGARRE. Objetivo:</b> Agarre y posición de partida correcta					
Agarre correcto: La mano izquierda está en contacto con la empuñadura, con la segunda falange de los dedos. La mano derecha está encima y con los pulgares entrelazados. La sujeción debe ser firme, pero no tensa. (Lanzador diestro)	NMM	NM	B	MB	E
Posición inicial: El lanzador se sitúa de espaldas a la dirección de lanzamiento	NMM	NM	B	MB	E
Las piernas semi-flexionadas, el peso del cuerpo está repartido, o sobre la pierna derecha preferiblemente	NMM	NM	B	MB	E
El tronco relajado y flexionado adelante	NMM	NM	B	MB	E
Brazos relajados y extendidos	NMM	NM	B	MB	E
<b>VOLTEOS. Objetivo:</b> Realizar correctamente 2 volteos antes del lanzamiento					
Llevar el martillo hacia delante, arriba y hacia la izquierda, trasladando el peso del cuerpo de la pierna derecha hacia la izquierda	NMM	NM	B	MB	E
Los brazos extendidos permanecen extendidos hasta un punto delante del lanzador o ligeramente a su izquierda	NMM	NM	B	MB	E
En ese punto el atleta realiza una flexión de brazos y giro de hombros, mientras sus manos se dirigen hacia arriba para pasar por encima o delante de la cara, pero no por detrás de la cabeza	NMM	NM	B	MB	E
Cambio de el peso del cuerpo hacia la pierna derecha y cuando el martillo pasa por el punto más alto de su trayectoria, a la izquierda, atrás-arriba del lanzador	NMM	NM	B	MB	E



## CAPÍTULO X – ANEXOS

Descenso del martillo hacia el punto bajo, por movimiento activo con los brazos y el tronco	NMM	NM	B	MB	E
Máxima extensión de brazos próximo a la llegada del martillo a su punto bajo de trayectoria, aproximadamente en prolongación de la pierna derecha	NMM	NM	B	MB	E
<b>GIROS. Objetivos: Objetivos:</b> Realizar 3 giros para acelerar el martillo en el lanzamiento					
Inicio en el punto más bajo de la trayectoria del martillo	NMM	NM	B	MB	E
El pie izquierdo pivota a la izquierda sobre el talón	NMM	NM	B	MB	E
El pie derecho abandona el suelo cuando los pies han girado entre 50° y 90°. EL martillo retrasado respecto al movimiento de giro del cuerpo	NMM	NM	B	MB	E
En el punto alto del martillo, entre los 120°-160° de giro, el pie izquierdo rota sobre la punta hasta el doble apoyo. La pierna derecha gira flexionada y cerca de la izquierda.	NMM	NM	B	MB	E
La parte inferior del cuerpo adelantada al martillo	NMM	NM	B	MB	E
Fase de doble apoyo la línea de hombros alcanza a las caderas	NMM	NM	B	MB	E
El pie derecho se colocará apuntando a la derecha (no paralelo)	NMM	NM	B	MB	E
La flexión de piernas vez mayor y los pies se aproximan cada vez más en cada giro	NMM	NM	B	MB	E
Localización correcta de los puntos alto y bajo del martillo	NMM	NM	B	MB	E
<b>ACCIÓN FINAL. Objetivo:</b> Realizar correctamente la cadena cinética. Conseguir máxima aceleración final con ángulo óptimo de salida					
Se inicia la fase de descarga cuando el pie derecho toca el suelo con ambas piernas flexionadas	NMM	NM	B	MB	E
El peso del atleta estará sobre la pierna izquierda, y el martillo se encuentra en su punto más bajo	NMM	NM	B	MB	E
Se produce la extensión de piernas, y se inicia la cadena cinética de derecha a izquierda y de abajo arriba	NMM	NM	B	MB	E

## MARIA CARIDAD HERNÁNDEZ GUARDIOLA

Se levanta el pecho y los hombros hacia la izquierda.	NMM	NM	B	MB	E
Se fija el lado izquierdo y se libera el martillo a la vez que se arquea la espalda	NMM	NM	B	MB	E
<b>RECUPERACIÓN: Objetivo:</b> Mantener al atleta dentro del círculo					
Se invierten las piernas y se baja el centro de gravedad para no salirse del círculo	NMM	NM	B	MB	E

**COMENTARIOS ENTRENADOR: (Comportamiento, implicación, asistencia, motivación, relación con el grupo, respeto por el material...):**

(NNM) Necesita mejorar mucho: comete muchos errores técnicos; (NM) Necesita mejorar: realiza el gesto técnico, pero con errores importantes; (B) Bien: realiza el gesto técnico pero con pequeños errores; (MB) Muy bien: realiza el gesto correctamente la mayoría de las veces; (E) Excelente: tiene automatizado el gesto correctamente.

Esta hoja en blanco es la **contraportada**, por lo que no lleva encabezado (hay un cambio de sección).