

Atención y concentración en deportistas de la Selección de fútbol masculino en la Corporación
Universitaria Minuto de Dios.

David Eduardo López García

Walter Alfonso López Rojas

Jesús Alberto Hurtado Zorro

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Facultad de Educación, licenciatura en educación física recreación y deporte

Bogotá D.C. 2018

Atención y concentración en deportistas de la Selección de fútbol masculino en la Corporación
Universitaria Minuto de Dios

David Eduardo López García

Walter Alfonso López Rojas

Jesús Alberto Hurtado Zorro

Trabajo de grado para obtener el título de licenciado en educación física, recreación y
deporte

Asesor

Docente: Ingrid Fonseca

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Facultad de Educación, licenciatura en educación física recreación y deporte

Bogotá D.C. 2018

AGRADECIMIENTOS

Primero a Dios y nuestras familias por darnos la oportunidad de estudiar y compartir conocimiento en la universidad, brindándonos siempre su apoyo incondicional para seguir adelante. A la profesora Ingrid Fonseca por servir como facilitadora en el proceso guiándonos y dándonos las orientaciones pertinentes para cumplir este gran logro. A la selección de fútbol de la universidad minuto de Dios por servirnos como población de estudio en la ejecución de la investigación y aportar a nuestra formación integral. A los docentes y compañeros que estuvieron presentes en cada uno de los momentos en el transcurso de la carrera profesional. Sin cada uno de ellos no hubiera sido posible el alcance de nuestra meta, gracias a todos.

DEDICATORIA

La presente investigación la dedicamos principalmente a Dios por permitirnos día tras día tener vitalidad y salud para trabajar en nuestra monografía. De esta misma manera a nuestras familias, en especial a nuestros padres quienes nos apoyaron y nos motivaron para salir adelante sin importar aquellas adversidades que se presentan en la vida cotidiana. Por último, a la docente Ingrid Fonseca y al profesor Francisco López por su tiempo, su esfuerzo y sus conocimientos brindados.

RESUMEN ANALITICO EDUCATIVO

1. TITULO	Atención y concentración en los deportistas de la selección de futbol masculino de la Corporación Universitaria Minuto de Dios, sede principal.
2. AUTOR	Hurtado Zorro, López García y López Rojas
3. FECHA	Mayo 21/2018
4. PALABRAS CLAVE	Atención, concentración, futbol, deporte universitario
5. DESCRIPCIÓN	El presente trabajo de monografía se realiza para optar el título de licenciado en educación física, recreación y deporte, está dirigido a caracterizar la atención y concentración de los deportistas de la selección de futbol masculino de la Corporación Minuto de Dios, sede principal por medio de un estudio descriptivo.
6. FUENTES	Para esta investigación se consultaron artículos, tesis y publicaciones de revistas sobre las palabras claves de la monografía en diferentes bases de datos, bibliotecas y universidades.
7. CONTENIDOS	El documento inicia con una introducción comprende unos ejes temáticos los cuales son: atención, concentración, atención y concentración en el futbol determinando su influencia en el deporte universitario. De igual manera, se presenta un análisis de la caracterización de los niveles de

	<p>atención y concentración en los que se encuentran los deportistas de la selección.</p>
8. METODOLOGIA	<p>La investigación es de tipo cuantitativo, con un alcance descriptivo y un método no experimental. El instrumento que se aplicó fue el test rejilla de Harris & Harris (1987), su adaptación realizada por Núñez Nieto (2009) y una encuesta socio demográfica y deportiva.</p>
9. CONCLUSIONES	<p>Se presentan los niveles de atención y concentración en los que se encuentran los deportistas. Además, se determina los perfiles socio demográficos y deportivos. Por último, se aportan estrategias didácticas para mantener la atención y concentración en deportistas.</p>
10. AUTOR DEL RAE	<p>Hurtado Zorro, López García y López Rojas</p>

Contenido

Agradecimientos.....	I
Dedicatoria.....	II
Resumen analítico y educativo.....	III
Tabla de contenido.....	IV
Tabla de figura.....	V
Introducción.....	1
2	
1. Contextualización.....	14
1.1 Macro contexto.....	14
1.2 Micro contexto.....	17
2. Problemática.....	20
2.1 Descripción problema.....	20
2.2 Formulación del problema.....	22
2.3 Justificación.....	22
2.4. Objetivos.....	25

2.4.1 Objetivo general.....	25
2.4.2 Objetivos específicos.....	25
3.1 Marco de antecedentes.....	26
3.2 Marco teórico.....	31
3.2.1 Fútbol.....	31
3.2.2 Concentración.....	32
3.2.3 Atención.....	34
3.2.5 Atención-concentración en fútbol.....	38
3.3 Marco legal.....	43
4. Diseño metodológico.....	46
4.1 Enfoque de investigación.....	46
4.2. Alcance de investigación.....	47
4.3 Diseño de la investigación.....	48
4.4. Fases de la investigación.....	49
4.4.1 Fase 1: Idea.....	49
4.4.2 Fase 2: Planteamiento del Problema.....	50
4.4.3 Fase 3: Literatura y marco teórico.....	50
4.4.4 Fase 4: Alcance de estudio.....	51
4.4.5 Fase 5: Hipótesis.....	51
4.4.6 Fase 6: Diseño de investigación.....	51

4.4.7 Fase 7: Muestra.....	52
4.4.8 Fase 8: Recolección de datos.....	52
4.4.9 Fase 9: Análisis de datos.....	53
4.4.10 Fase 10: Resultados.....	53
4.5. Población y muestra.....	53
4.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	54
5. Resultados.....	55
6. Conclusiones.....	81
7. Prospectiva.....	83
8. Referencias bibliográficas.....	85

Tabla de figuras

Figura 1.....	51
Figura 2.....	52
Figura 3.....	53
Figura 4.....	54
Figura 5.....	55
Figura 6.....	56
Figura 7.....	58
Figura 8.....	59
Figura 9.....	60
Figura 10.....	61

Figura 11.....	62
Figura 12.....	63
Figura 13.....	64
Figura 14.....	65
Figura 15.....	66
Figura 16.....	67
Figura 17.....	67
Figura 18.....	68
Figura 19.....	70
Figura 20.....	71
Figura 21.....	72
Figura 22.....	73
Figura 23.....	74
Figura 24.....	75

Introducción

Se entiende por atención a los procesos cognitivos que se centran en lo que es importante en ese momento, dejando de un lado objetos, situaciones y pensamientos que actúan como distractores. Por su parte, concentración encierra el término de atención ya que concentrarse es la capacidad de estar atento el mayor tiempo posible sin distraerse en una tarea determinada. En este orden de ideas, los deportistas entre más atentos están, más concentración lograrán, ya sea en una práctica o en un encuentro deportivo. De esta manera tendrán una ventaja frente aquellos que no lo logren y así beneficiarse en jugadas determinadas para lograr una victoria.

La problemática evidenciada por medio de la observación y datos suministrados por el entrenador radica en la falta de atención y concentración que tienen los deportistas de la selección masculina de la Corporación Universitaria Minuto de Dios. Dicha problemática surge por charlas, dispersión, problemas personales o distractores externos, los cuales afectan el rendimiento del deportista. En primera instancia durante los entrenamientos preparatorios para afrontar partidos de los torneos en los que se participa, no logran tener un aprendizaje

significativo frente a sistemas de juego o modelos tácticos y esto perjudica al equipo llevándolos a perder no solo partidos de ronda sino también encuentros importantes clasificatorios.

Los antecedentes plasmados en esta monografía son cuatro donde en todos se aplican el mismo instrumento, la rejilla de concentración de Harris y Harris y realizan una encuesta socio demográfica deportiva. Tres de estas tesis llevan la misma población y muestra el cual son deportistas universitarios entre los 17 y máximo 30 años, y en la otra tesis son niños entre los 15 y 16 años. Dos de estas trabajan el mismo deporte que se propone en esta monografía que es el fútbol y las otras dos son una en natación y la otra en voleibol, dándonos a entender que la atención y concentración es importante para los deportes individuales y en conjunto. En el marco teórico estarán explicados los términos de fútbol, atención, estilos de la atención, concentración, atención y concentración en el fútbol y motivación.

En el diseño metodológico encontramos primero el enfoque, el cual será cuantitativo que según Hernández, Fernández y Baptista (2010) es un conjunto de procesos de forma secuencial y probatoria. Segundo, el alcance de la investigación es descriptivo porque este especifica las propiedades, características y perfiles de las personas o grupos, en este caso los deportistas de la selección. Tercero, el diseño es no experimental debido a que no genera ninguna situación, solo se observan situaciones ya existentes y no se manipulan para ver algún efecto. La población y muestra serán 20 deportistas pertenecientes a la selección de fútbol masculina de la Corporación Universitaria Minuto de Dios y que además participen de alguno de los torneos interuniversitarios. El instrumento de recolección de datos es una encuesta socio demográfica deportiva y los dos test de rejilla aplicados.

Los resultados presentados en la investigación muestran inicialmente el claro bajo nivel de atención y concentración en que se encuentran los futbolistas de la selección en la sede principal, siendo en el primer test el 75% con 15 deportistas quienes están en ese nivel. En el segundo test se encuentra el 65% con 13 jugadores. En ambos casos es más del 50% de los testeados, llegando a una sincera preocupación por este factor. Respecto al perfil socio demográfico de los deportistas se observa que los resultados son heterogéneos los cuales no pueden determinar el bajo nivel de atención- concentración en el que se encuentran, de esta manera se concluye que la atención - concentración está sujeta a desarrollarse y a estimularse por medio del entrenamiento y la práctica.

1. Contextualización

El presente trabajo titulado “Atención y concentración en deportistas de la selección de fútbol masculino en la Corporación Universitaria Minuto de Dios” será contextualizado por dos estructuras, en primera instancia un macro contexto con relación a las universidades, fundaciones o corporaciones universitarias en la localidad de Engativá y en segunda instancia un micro contexto donde se hará referencia a la Corporación Universitaria Minuto de Dios y la selección de fútbol masculino.

1.1 Macro contexto

En la localidad de Engativá hay diez (10) instituciones de educación superior; seis (6) de estas participan en algunos de los tres torneos Inter Universitarios (OUN, ASCUN y CERROS), cuatro (4) no participan en ninguno, cada universidad escoge en qué torneos participan. La

Universidad de Ciencias Aplicadas (U.D.C.A), la universidad Libre y la universidad Sabana participan en los tres (OUN, ASCUN, CERROS); la Fundación Universitaria Ciencias de la Salud participa en dos (ASCUN y CERROS); El Politécnico Gran colombiano participa en dos (OUN y CERROS); y la Corporación Universitaria Minuto de Dios participa en dos (ASCUN y OUN).

La Universidad de Ciencias Aplicadas (U.D.C.A), tiene el campus deportivo en la calle 222 # 55-37, en el mismo se llevan a cabo los entrenamientos. Dicha universidad tiene su respectiva selección de fútbol participando en diferentes torneos universitarios, en el año 2016 disputó la final del Torneo OUN con la Uniminuto, dando como resultado el primer puesto para ellos. El Politécnico Gran Colombiano tiene dos sedes en la localidad de Engativá, una de ellas en la calle 80 # 89^a-40 en el barrio Quirigua Oriental y la otra en la carrera 112^a # 78f-14 en el barrio Villas de Granada 1. Esta Universidad tiene un equipo de fútbol masculino y actualmente para sus entrenamientos y encuentros deportivos cuentan con los campos deportivos de Compensar Av. 68 y participan en el Torneo de OUN y CERROS.

La Universidad de la Sabana, está ubicada en la carrera 69 #80-15 en el barrio Julio Flórez de la ciudad de Bogotá, cuenta además con una sede deportiva: Campus del puente común Km 7, autopista norte de Bogotá y una selección de fútbol, en varias ocasiones han pasado a las fases finales de los torneos Universitarios. La Universidad libre, es una de las universidades más reconocidas en el ámbito deportivo, gracias a su participación, desempeño y logros obtenidos en los torneos universitarios, cuenta con excelentes instalaciones deportivas.

Para finalizar, la Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud cuenta con tres sedes en Bogotá: Sede centro, hospital de San José ubicado en la carrera 19# 8^a -32, sede norte Hospital

Infantil Universitario de San José ubicada en la carrera 54 # 67^a – 80 del barrio Modelo y la sede Castellana, edificio Davinci ubicado carrera 49 #95-79. Dicha universidad no cuenta con una sede deportiva, pero si tiene selección de fútbol masculino el cual los representa en los Torneos universitarios ASCUN y CERROS.

Es necesario resaltar que a nivel universitario se cuenta con la Organización de las Universidades del Norte (OUN), esta red tiene como propósito establecer alianzas para realizar eventos para el beneficio del desarrollo humano, la cultura, la recreación y el deporte, y promover todo tipo de acciones propias de los departamentos de bienestar universitario. Actualmente, la red OUN la integran las siguientes instituciones de educación superior: Universidad Santo Tomás, Institución Universitaria Colegios de Colombia (UNICOC), Fundación Universitaria Juan N. Corpas, Fundación Universitaria Agraria de Colombia, Universidad de San Buenaventura, Corporación Universitaria Minuto de Dios, Escuela de Artes y Letras, Fundación Universitaria Sanitas de Colombia (Unisanitas), Escuela Colombiana de Ingeniería Julio Garavito, Universidad de Ciencias Aplicadas (U.D.C.A). (Universidad Jorge Tadeo Lozano, s/f)

De igual forma la Asociación Colombiana de Universidades (ASCUN) fue fundada en 1957, también conocida como ASCUN, con Sede en Bogotá Calle 93 # 16 - 43 es una organización no gubernamental, sin ánimo de lucro, que congrega a las universidades públicas y privadas de Colombia. Sus objetivos principales son servir como un espacio permanente para la discusión del presente y el futuro de las universidades colombianas, establecer una relación entre las universidades y el gobierno nacional, realizar investigaciones académicas sobre la educación superior, promover la educación por extensión, el desarrollo académico, la creación de redes de investigación, proveer servicios de información, y mantener relaciones institucionales e

interinstitucionales. La Asociación cuenta con 86 instituciones afiliadas, ubicadas en todo el país.
(Universidad Jorge Tadeo Lozano, sf.)

Por otra parte está el grupo CERROS que inició por la iniciativa de las universidades Jorge Tadeo Lozano, Externado de Colombia, Javeriana y la Universidad Gran Colombia, en el año de 1987 con el objetivo de integrar a las Universidades por medio del deporte y la recreación, de propender por el desarrollo deportivo de las Universidades y hacer más eficiente el uso de los recursos que las Universidades destinan al deporte y la recreación. Actualmente 30 universidades de Bogotá hacen parte del Grupo Deportivo Universitario Los Cerros.
(Universidad Jorge Tadeo Lozano, sf.).

1.2 Micro contexto

La Corporación Universitaria Minuto de Dios Sede Principal calle 80 se encuentra ubicada en el Barrio Minuto de Dios, en la localidad de Engativá de la ciudad de Bogotá D.C. y fue inaugurado por el padre Rafael García Herreros en el año 1957 con el fin de que sus habitantes conformarán un entorno en el cual se alcance un desarrollo integral con posibilidad a la educación, el trabajo y el arte. (Uniminuto, s.f.).

Para el año de 1958 comienzan las clases en la Escuela Minuto de Dios que posteriormente sería el Colegio Minuto de Dios. En 1962 aparece la idea de crear una Universidad para darle continuidad al proyecto de vida de los niños, niñas y jóvenes que habían

crecido en el barrio Minuto de Dios. En 1990 el Instituto Colombiano para la Evaluación de la Educación (ICFES) da la aprobación de funcionamiento y el 1 de agosto del mismo año el Ministerio de Educación brinda personería jurídica a Uniminuto; para 1991 y 1993 el ICFES da el aval para el funcionamiento de los programas de Administración, Ingeniería civil, Comunicación social-periodismo y las licenciaturas en Informática, Filosofía y Básica primaria con énfasis en estética, todos estos enfocados al desarrollo social. La Corporación Universitaria Minuto de Dios abre sus instalaciones en enero de 1992 con un total de 240 estudiantes en la ciudad de Bogotá D.C. y en el año 2017 cuenta con un número aproximado de 130.000 estudiantes a lo largo del territorio nacional (más de 70 municipios de Colombia). (Uniminuto, s.f.).

Como misión, la institución plantea brindar una educación de calidad para formar personas competentes y comprometidas para transformar la sociedad. La visión de UNIMINUTO establece ser para el año 2019 una institución reconocida por formar personas íntegras, competentes para contribuir en la búsqueda de una sociedad equitativa. (Uniminuto, s.f.).

La Universidad tiene la Unidad de Bienestar Universitario que tiene como objetivo aportar a la educación de los estudiantes de Uniminuto, a través de procesos donde se orienta y fomenta la integralidad de cada persona, con el fin de generar una comunidad equitativa y participativa, (Uniminuto, s.f.). Los lineamientos que ofrece bienestar universitario son la promoción de la salud y prevención de la enfermedad, formación, desarrollo cultural y deportivo, desarrollo humano integral y calidad de vida, educación de éxito y formación y acompañamiento espiritual.

El desarrollo deportivo tiene como objetivo promover la actividad física, mejorando y potenciando las habilidades motrices de los estudiantes participantes dando a ellos un

favorecimiento a su formación integral. La comunidad universitaria tiene la posibilidad de participar en los diferentes talleres y selecciones deportivas que se ofrecen, para desarrollar sus cualidades motrices en un deporte específico según sus preferencias. De acuerdo al desempeño de cada participante pueden ser parte de selecciones deportivas, tales como fútbol, fútsala, voleibol, baloncesto, taekwondo, karate, ultimate, ajedrez, tenis de mesa, en la rama femenina y masculina que compiten a nivel externo y local con otras universidades a través de la Red OUN y ASCUN, y a nivel nacional con las sedes del Sistema Uniminuto, en las olimpiadas que se realizan cada dos años. Adicionalmente, para fomentar la integración de la comunidad universitaria y la práctica deportiva, se realizan torneos internos cada semestre y en periodos intersemestrales. (Uniminuto, s.f.).

La investigación está enfocada en el contexto de la selección masculina de fútbol de la Universidad. Históricamente el balance de participación año tras año ha sido bueno, puesto que siempre clasifica mínimamente a las segundas rondas de cada torneo nombrado. Además de esto la selección ha logrado obtener un primer y un segundo puesto en la Red OUN, en el torneo ASCUN no se ha logrado ningún pódium. Anteriormente se participaba en el torneo CERROS en el cual cuando se clasificaba a las fases finales, se tenía el derecho de ir a jugar al municipio de Girardot, donde en 4 ocasiones la selección estuvo presente en estas rondas.

La selección de fútbol masculino cuenta con el director técnico Francisco López quien tiene trayectoria en el fútbol profesional, ya que ha sido asistente técnico de Alexis García en los equipos profesionales de Equidad, Fortaleza F.C. y Santa Fe y estuvo al mando de la selección Bogotá de Fútbol en la categoría Pre Juvenil en el año 2012. Actualmente el equipo cuenta con 40 jugadores inscritos en ambos torneos del cual se participa y además hay aproximadamente 20 jugadores que hacen parte del taller deportivo en fútbol. Normalmente los horarios de

entrenamiento son martes, miércoles y jueves al mediodía, los mismos no son fijos puesto que según la programación de la competencia hace que se cambien estos horarios. Se cuenta con un espacio deportivo por convenio en la cancha de fútbol El Tabora ubicada en la calle 74# 73ª - 35 en el barrio Tabora, localidad de Engativá Bogotá D.C.

2. Problemática

2.1 Descripción problema

Los jugadores de la Selección de Fútbol masculino en la Corporación Universitaria Minuto de Dios de la localidad de Engativá, presentan algunos problemas evidenciados respecto a la atención y concentración durante las prácticas o entrenamientos y también en los encuentros deportivos, torneos “OUN” y “ASCUN”. Por medio de la observación, se evidencia que durante los entrenamientos los jóvenes están distraídos constantemente debido a las continuas charlas que realizan entre ellos; ya sean respecto a situaciones vividas en su horario escolar universitario o también en sus lugares de trabajo y/o en su vida cotidiana.

Otro factor por el cual están constantemente distraídos es gracias a la dispersión presentada en el grupo, que se evidencia cuando el profesor está dando las indicaciones requeridas para un ejercicio y los jóvenes deportistas se encuentran jugando entre ellos y no prestan atención a la explicación de este. A partir de información suministrada por el profesor, no se debe dejar de un lado las problemáticas personales de los deportistas, de los cuales se enmarcan situaciones referidas en la parte familiar, laboral, económica, estudiantil, sentimental,

amorosa y hasta en lo que llamamos actualmente el bullying o matoneo, puesto que estos factores afectan a muchos de los jugadores psicológicamente y su rendimiento deportivo baja considerablemente. A partir de las problemáticas mencionadas, el entrenamiento no cumplirá el objetivo planteado y además no da resultados frente a un aprendizaje significativo y así mismo no tendrá un buen rendimiento frente a los torneos en que participa la Corporación como lo son: el Torneo Universitario OUN y en el Torneo Universitario ASCUN.

Por otro lado durante los encuentros deportivos se evidencia y se ratifica que durante los entrenamientos no hay una buena concentración al momento de entender los sistemas de juego y módulos tácticos. Precisamente cuando el profesor indica los movimientos adecuados frente a un sistema y no lo realiza bien, durante el partido tampoco lo ejecutara eficientemente. Hablando de un movimiento mal hecho en el ataque pues simplemente se fallará en una opción de gol por fuera de lugar, por un desmarraje incorrecto o por errar en un pase. Cuando hablamos en la parte defensiva si un jugador debía realizar constantemente cierres en la banda izquierda y no los realiza por no estar atento y concentrado llegará la posibilidad de que el rival pueda anotar gol y eso conlleva a la derrota de un partido.

Además se observa otro factor relacionado con la concentración de los deportistas, que es el comportamiento de los padres de familia y acompañantes, durante la competencia se encargan de distraerlos por medio de orientaciones que ellos suponen que son pertinentes. Esta problemática se evidencia cuando el profesor le da una orientación al deportista y al mismo tiempo el padre o acompañante le da otra pero totalmente diferente. De esta manera llegamos al punto en que en el fútbol una victoria o una derrota dependen de algo tan sencillo o tan fortuito

como lo es una pequeña falta de atención y concentración en situaciones determinadas del partido o encuentro deportivo. En este momento el joven con falta de atención y concentración tendrá en su mente dos orientaciones encontradas y no sabrá que ejecutar y tendrá un problema de toma de decisiones.

En la actualidad, el futbolista debe entrenar todos los aspectos, como la técnica, la parte física, la táctica, lo cognoscitivo y hasta el aspecto educativo con relación a los valores. Muchos jugadores con habilidades extraordinarias pero que no tienen una buena disciplina no podrán ser parte de una selección universitaria por tan solo en edades tempranas tener una errónea educación en el hogar y/o en la escuela.

Esta investigación permitirá evidenciar la importancia de estar atento no sólo en relación al campo educativo, también en los ámbitos laborales y deportivos. En el caso del fútbol será una demostración para que los profesores y entrenadores no olviden la parte cognitiva en la práctica de este deporte, llegando a la inclusión de ejercicios de atención y concentración en la planeación de sesiones para dar una solución ante dichas problemáticas.

2.2 Formulación del problema

¿En qué estado de atención y concentración se encuentran los deportistas de la Selección de fútbol masculino en la Corporación Universitaria Minuto de Dios?

2.3 Justificación

Esta investigación busca concientizar de una manera pedagógica la importancia que tiene la parte cognitiva y psicológica en la formación deportiva de los futbolistas. La misma es un aporte para resaltar la importancia para desarrollar las habilidades cognitivas que se deben tener en cuenta en la práctica de cualquier deporte, tales como la concentración, el pensamiento, la inteligencia, la toma de decisiones, la iniciativa, la creatividad, el criterio y la personalidad. Además esta contribución no será solo para el momento de la práctica del deporte, también involucra actividades de la vida cotidiana, en sus labores diarias en casa, en el trabajo y en el estudio teniendo más posibilidades de atención y participación dentro de un contexto determinado, esto se debe a que el deporte desde el punto de vista pedagógico permite la inclusión de métodos en donde la atención y la concentración son tenidas en cuenta para contribuir eficazmente al desarrollo motor y mental del ser humano.

De tal modo los profesores y/o entrenadores de la universidad al estar concientizados de la importancia de manejar una metodología de entrenamiento donde no se olviden los factores cognitivos y psicológicos, serán un beneficio para aquellos deportistas que participen de los talleres de fútbol que ofrece la parte de Bienestar Universitario de la universidad y también aquellos que hagan parte de la selección. De esta manera las sesiones de entrenamiento tendrán un gran aprendizaje significativo aportando una efectiva formación como persona, estudiante y futbolista, y de igual manera mejorar su rendimiento deportivo no solo en prácticas o entrenamientos, también en encuentros deportivos, siendo en este caso en los torneos donde participa la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

Es fundamental lograr un buen rendimiento de los jugadores, deportistas o futbolistas, no solo en la parte física o en la parte técnica, se propone trabajar la atención y concentración de los deportistas. Aclarando estos términos, de acuerdo a los planteamientos de Abernety (2001) la “atención es la toma de posesión por la mente, en forma clara y vívida, de un estímulo fuera de los posibles objetos que pueden aparecer simultáneamente como formas de pensamiento” (p.36). De acuerdo a Wood (1949) citado por González (1997) se puede definir concentración como “la localización de toda la atención en los aspectos relevantes de una tarea, ignorando o eliminando todo lo demás” (p.36). A partir de lo anterior identificamos la correlación que hay entre estos dos términos, una va de la mano con la otra y sumergiéndose en el ámbito deportivo encontraremos un grado más alto de importancia en estos factores cognitivos.

Luego de dar una pequeña definición a estos dos términos en los cuales van enfocados la investigación, para concientizar a todo el tipo poblacional al cual le interesa, como lo pueden ser educadores físico, entrenadores, profesores, directores técnicos, entre otros; se debe tener en cuenta la atención y la concentración del deportista mejorando en cada práctica o entrenamiento en cualquier deporte y rama. Además, en términos de rendimiento deportivo la atención cobra gran importancia en el deporte, puesto que según Loher (1984) citado por Moreno (2008) el control de la atención es una de las claves más importantes del rendimiento deportivo. La capacidad para focalizar la atención en los estímulos apropiados del entorno es un factor decisivo en la competencia” (Arroyave y Agudelo, 2015, p.12).

Para unas próximas investigaciones los elementos importantes que aportaría esta investigación es la concordancia que hay entre los objetivos y a las conclusiones que se llegan. Por otro lado la ratificación de darle la correcta importancia a la parte cognitiva del futbolista se

ve reflejada en el nivel bajo en que se encuentran demostrada luego de la aplicación de los instrumentos.

2.4. Objetivos

2.4.1 Objetivo general.

Caracterizar los niveles de atención y concentración de los deportistas de la Selección de fútbol masculino en la Corporación Universitaria Minuto de Dios, Sede Principal.

2.4.2 Objetivos específicos.

- 1.** Analizar el nivel de atención y concentración según la rejilla Harris y Harris (1987).
- 2.** Caracterizar el perfil socio deportivo y socio demográfico de los deportistas por variables específicas que influyen en la atención y concentración.

3. Proponer una serie de estrategias de carácter didáctico para mantener la atención y concentración de los deportistas de la Selección de fútbol masculino de la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

3. Marco referencial

A continuación en el marco referencial tendremos dos subtemas el cual, el primero será el marco de antecedentes donde se mostrarán aquellas tesis o monografías que sirvieron de base para implementar la presente investigación, teniendo ellas el mismo instrumento de recolección de datos, población y muestra y temática. El segundo será el marco teórico donde se explicarán los términos más importantes como lo son en primera instancia el fútbol, seguido por la atención, estilos de la atención, concentración, atención y concentración en el fútbol y por último la motivación.

3.1 Marco de antecedentes

En el siguiente apartado se abordarán cuatro tesis que sirven como apoyo por su semejanza con la investigación que se realiza, donde se pudo evidenciar que cada uno de estos tuvo como finalidad el describir o identificar el estado de atención que tienen los deportistas utilizando como instrumento la rejilla de Harris & Harris (1987) y otra con su adaptación realizada por Núñez Nieto (2009). Además, se realizó una encuesta para conocer el perfil socio demográfico de cada uno de los participantes.

La primera tesis que sirve como antecedente titulada Atención en deportistas del equipo de fútbol de la Universidad de San Buenaventura Seccional Medellín, que participa en el torneo universitario de ASCUN deportes, realizada por Sierra (2014) plantearon como objetivo describir cuál es el estado actual de la atención de los deportistas de dicho equipo, fue una investigación cuantitativa con una muestra de 20 deportistas universitarios. Después de realizar los test y la encuesta llegaron a la conclusión que el mayor porcentaje de los jugadores son estudiantes de licenciatura en educación física y deportes de la facultad de educación, por lo menos más del 50% de ellos cuentan con experiencia en la práctica del fútbol, sustentado en que llevan más de 10 años practicando y han participado en algún tipo de competencia, ya sea local, nacional o internacional. En general todos los practicantes están exentos de algún tipo de enfermedad o lesión graves, y llevan unas condiciones de vida óptimas en cuanto a consumo de licor y tabaco se refiere (no consumen). Se concluye que no hay diferencias estadísticamente significativas entre el primero y el segundo test, es decir, no se mejoró con el descanso. A pesar de que todos no tienen un nivel óptimo de atención, son muy dispersos en la puntuación. Según los resultados, la atención en este tipo de deportistas no depende de su condición social ni de su perfil. Se plantea la posibilidad de implementar sesiones de atención dentro de los planes de preparación del deporte como tal.

Como segundo antecedente se hace referencia a la tesis titulada atención en los deportistas de medio y alto rendimiento de la disciplina deportiva natación en modalidad de carrera de la liga de natación de Antioquia, de sexo masculino y femenino, cuyas edades se encuentren entre los 16 y 30 años, realizada por Saavedra (2014) donde se planteó como objetivo identificar el estado actual de la atención en los nadadores anteriormente mencionados. Fue una investigación cuantitativa, la población y muestra fueron 12 deportistas de ambos sexos cuyas edades se encuentren entre los 16 y 30 años. Con respecto a los resultados de la encuesta socio demográfica se puede determinar que el 75% vive en Medellín, por lo cual se encuentran más cerca de la liga de natación. A su vez se evidenció que la mayoría de deportistas viven en estrato 4 y que el 67% estudian en universidad privada. En cuanto a la experiencia en el deporte, todos llevan al menos 10 años entrenando, algunos más de 15 y la regularidad de entrenamiento es de 4 a 5 horas diarias a doble jornada. Con relación a las preguntas para conocer el estado físico de los deportistas el 92% no padece de ninguna enfermedad, 83% de ellos no ha tenido ninguna fractura y el 42% ha sufrido de esguinces. La conclusión es que no existe correlación significativa entre el perfil socio demográfico y deportivo de los atletas con la atención. Igualmente la atención es un elemento a trabajar en cada entrenamiento de diversas maneras. Se conoce que existen diferencias entre los deportistas en cuanto a sus capacidades con respecto a la atención, siendo estas características, biológicas, otras genéticas, etc. De tal modo, es importante que se realice diferentes test de medición de la atención, esto logrará ejercer cierto entrenamiento sobre la misma y trabajar con el Test de la Rejilla de forma progresiva. Es decir, primero, lo realiza sin dificultad, y progresivamente el entrenador le agrega a medida que crea correcto ciertas distracciones (música, ruidos blancos, etc.). Así mismo se podrá entrenar y mejorar la atención.

El tercer antecedente es la tesis titulada Atención en las deportistas de la disciplina deportiva de voleibol femenino de la Universidad de San Buenaventura, seccional Medellín, realizada por Pérez (2015), quienes plantearon como objetivo describir la atención de las deportistas del equipo de voleibol de la Universidad. La muestra estuvo integrada por nueve (9) deportistas. Con el estudio y los test realizados la autora llegó a varias conclusiones, en donde plantea que existe una población heterogénea en cuanto al lugar de residencia, la mayor parte de los evaluados cuenta con un estrato socioeconómico medio, heterogéneo en cuanto a describir la carrera que cursan. Se evidencia que no hay continuidad en la frecuencia y el volumen de entrenamientos establecidos. En cuanto a lesiones deportivas, todas han sufrido algún tipo de lesión a lo largo de la práctica del voleibol. Si hay relación entre atención y tiempo de permanencia en el club (positiva baja), que indica a mayor edad de permanencia en el club, mejor puede ser la atención a la hora de competir. También se encontró que no hay asociación entre la atención y las variables del perfil socio demográfico y que la atención en este tipo de deportistas depende de las mismas. En cuanto a la interpretación de la rejilla, el hecho de conocer una prueba antes de la segunda aplicación, además de tener un periodo de descanso corto, tuvo un efecto positivo en la valoración final, el cual fue estadísticamente significativo para las voleibolistas, es decir mejoraron. De acuerdo a lo anterior, se termina por concluir que la atención no afecta con el perfil social deportivo, por lo tanto es posible implementar sesiones de entrenamiento de la atención dentro de los planes de entrenamiento del deporte como tal, sin tener en cuenta estas características.

Por último la tesis titulada Proceso atencional en relación a capacidades físicas de fuerza explosiva y velocidad en niños de 15 a 16 años, pertenecientes al Club de Fútbol Deportivo Integrados, fue realizada por Arroyave y Agudelo (2015) quienes plantearon como objetivo

establecer si existe una relación entre el nivel de atención, la fuerza explosiva y velocidad en niños de dicha escuela deportiva, fue una investigación cuantitativa con una población y muestra de 19 niños. Además de los test ya nombrados, se realizó la escala propuesta por Saavedra (2014) y los protocolos para medir capacidades físicas de velocidad y fuerza explosiva de Jauregui & Ordoñez (1993), igualmente se elaboró un cuestionario de perfil social. Las conclusiones según los resultados fueron que solo el 13% de la población tienen un grado de atención alto. En las capacidades físicas evaluadas, la gran parte de la población se encuentra en un nivel medio en cuanto a fuerza explosiva y velocidad donde predomina el nivel alto y muy alto en 14 niños. El grado de atención es un factor autónomo en los estudios citados en esta investigación y es fundamental ocuparse de las fases por separado de las capacidades físicas, pero para este tema no es totalmente libre, pues se evidencia una similitud entre los factores lo cual indica que cuando esta aumenta de igual manera se transforma la otra.

De acuerdo con las tesis encontradas y mencionadas anteriormente, se iniciara una investigación que permita conocer el grado de atención que tienen los jugadores que pertenecen a la Selección de Fútbol Masculino de la Corporación Minuto de Dios quienes participan en los torneos universitarios locales. Estos antecedentes permiten llegar a una posible conclusión referente a los resultados para este trabajo de grado. A partir de lo anterior se puede decir que los niveles de atención y concentración de los participantes no son relevantes o no difieren respecto a los aspectos demográficos o deportivos en que se encuentran en ese momento. Es decir que cada jugador si ha entrenado en la parte cognitiva podría mostrar un buen nivel en el momento de la realización de los test propuestos.

Además de ser una guía para la realización de la investigación, los aportes que los antecedentes da son de gran relevancia debido a que nos permite comparar los resultados obtenidos por ellos con los nuestros y comprobar la importancia de crear ejercicios donde se logre implementar la atención-concentración en las sesiones de entrenamiento y no dejarlas a un lado como actualmente está sucediendo, siendo esta una habilidad psicológica capaz de ser desarrollada y perfeccionada por medio de la práctica.

3.2 Marco teórico

3.2.1 Fútbol.

De acuerdo con Velázquez (como se citó en Sierra, 2014) el fútbol se juega con una pelota esférica; tal como se le conoce actualmente, nació en Inglaterra en el siglo XII, es un deporte de cooperación – oposición que se disputa en un campo rectangular entre dos equipos de once jugadores cada uno, un arquero y diez jugadores. El objetivo es introducir el balón en el arco o portería contraria el mayor número posible de veces y evitar que el equipo rival haga lo propio; la duración de un partido oficial es de 90 minutos, divididos en dos tiempos de 45 minutos cada uno separados por un descanso o entretiempo de 15 minutos.

Para Ferreira (2009) el fútbol es un deporte, regido por unas normas donde está implícita la rivalidad de dos equipos, El conjunto que tenga el mayor número de goles obtiene el triunfo. Por último por parte de la Federación Internacional de Fútbol Asociado FIFA (como se citó en

Arroyave y Agudelo, 2015) La finalidad es hacer o realizar anotaciones con un balón, a través de una portería conforme a reglas y medidas determinadas.

En el fútbol encontramos varias etapas o procesos evolutivos siendo en primera instancia y de forma ascendente: etapa de iniciación, formativa, proyección, competitiva, elite, universitario y profesional. Entrando en nuestro ámbito investigativo el fútbol universitario según la ley 181 del deporte en el título IV, se define como el que complementa la formación de los estudiantes que hacen parte de la educación superior. Además, poseen un lugar en los programas académicos e igualmente en los de bienestar universitario de las instituciones educativas definidas por la Ley 30 de 1992.

Esta etapa universitaria requiere de exigencia, ya que es altamente competitivo, demanda un nivel de atención-concentración significativo, la función de la atención – concentración en el deporte tiene relevancia en los procesos de aprendizaje y realización del gesto deportivo por consiguiente este es un factor fundamental en la fase formativa del deportista. Aguirre, Federico y Ramos (2015). El deportista universitario necesita tener factores psicológicos bien alineados, de acuerdo con Moore y Bullough (como se citó en González, Valdivia, Cachón, Zurita y Romero, 2017) las personas capacitadas en el área de la psicología del deporte, afirman que los factores técnico-tácticos, físicos, fisiológicos y psicológicos en el deporte son fundamentales para que los deportistas obtengan su máximo potencial, y sean capaces de enfrentar presiones.

El fútbol es un deporte donde hacen parte varios factores entrenables para obtener un buen rendimiento como son la técnica, la táctica, psicología, entre otros. De acuerdo con Maglischo, 1982; Bompa, 1983 y Arellano y Oña, 1987 (citado en Ferreira, 2009). Hay factores psicológicos que están inmersos en el fútbol como deporte, como es el nivel de atención-

concentración de cada individuo y del colectivo para cumplir los objetivos técnicos y tácticos, ya que influye directamente en la precisión o la velocidad de ejecución motora.

3.2.2 Concentración.

Al nombrar concentración estamos mencionando la destreza de perdurar en el tiempo la atención hacia un objetivo trazado en el presente (Mora, Zarco y Blanca, 2001) por consiguiente de acuerdo con Schimid & Peper (como se citó en Sierra, 2014) la concentración es la capacidad de mantener la atención en una tarea por más tiempo sin distraerse. Mientras más sentidos se utilicen en la actividad mayor será la concentración. Es una destreza aprendida de reaccionar pasivamente o de no distraerse ante estímulos irrelevantes. Significa estar totalmente aquí y en el ahora, en el presente. (p. 25). Evidentemente los términos atención y concentración van ligados, ya que no se logra estar concentrado sin estar atentos y si no hay atención tampoco concentración.

La concentración son conceptos que se desarrollan en un escenario temporo espacial del aquí y el ahora, susceptible de cambios por factores internos y externos, muchas veces esta práctica es guiada por expertos ya que no son procesos sencillos de lograr, como lo expresa De la Torre (2002). Concentración se explica como la focalización de la totalidad de la atención en los factores más ponderantes de la actividad propuesta, omitiendo lo demás. Lo puntual de la concentración es que abarca la atención y no una parte de esta, al objetivo en el que va encaminado. (Rodríguez y Montoya, 2006)

Es indispensable que el deportista sea capaz de clasificar en orden de importancia los factores que interfieran a la hora de llevar a cabo diferentes actividades, según Dosil (como se citó en González, et al 2017) el deportista se relaciona con lo inmediato poniendo un filtro entre lo importante y lo no importante, actuando bajo estos parámetros el mayor tiempo posible. En el fútbol, el deportista ubica la importancia dependiendo la situación del juego.

Además para Montero (1998), la concentración en la atención tiene dos dimensiones: la amplitud (total de información) y dirección (estímulos internos y externos) entre más capacidad tiene el individuo para disponer de los recursos con base en la situación de juego, más probabilidades tendrá el deportista de ser eficaz en el mismo. Montero (1998) “Es entonces cuando decimos que el jugador está concentrado” (p.2).

Por lo tanto, en el contexto deportivo, aquellos jugadores en este caso los futbolistas, entre más atención tengan mucho mejor será su concentración a la hora de realizar una tarea específica en situaciones de juego enmarcadas en una sesión de entrenamiento, una práctica o ya sea en una competencia. Esta concentración busca enfocar toda su atención sobre la tarea que se dé en el momento y que se ejecute sin dejarse distraer por otros factores ya sean internos o externos.

La concentración es una capacidad que puede optimizarse por medio de la praxis, por consiguiente es tarea del profesional formar deportistas que sean capaces de focalizar situaciones específicas en factores determinantes y aislarlas de aquellas que no lo son. la habilidad para dominar de manera eficaz el pensamiento, que permita la concentración en una situación de juego, es fundamental para el éxito. la mente alineada con un propósito claro es determinante en la competencia de todo nivel. (González 2007)

3.2.3 Atención.

La atención tiene diferentes conceptos, pero varios autores concluyen y la sintetizan de una forma muy simple al decir que es cuando se excluyen varios objetos de la mente que no son importantes en su momento para estar concentrados sólo en un objeto o varios según sea lo adecuado, como lo manifiesta Kelly (1982) diciendo que la atención puede definirse como la orientación que siguen las capacidades cognoscitivas hacia uno o varios objetos, pensamientos o actividades, eliminando casi en su totalidad a los demás.

De acuerdo con James (como se citó en González y Ramos, 2006) la atención es estar en una constante conexión con la mente, apoderarse de ella y tener claro las diferentes posibilidades de objetos o formas de pensamiento que se presentan simultáneamente. Involucra olvidar algunos objetos para ejecutar eficientemente una determinada cosa.

La atención es una capacidad natural, con la que nacen todas las personas. Sin embargo algunos autores dicen que puede y debe ser ejercitada para lograr su pleno desarrollo siendo una de las habilidades de la mente que más se deja ejercer como lo dice Kelly (1982) si bien la atención es innata, es una de las que más se pueden trabajar, desarrollar y perfeccionar. El factor más importante a la hora de desarrollarla es el uso de la misma, Con la constante aplicación es la manera más adecuada para adiestrarla. Por eso la importancia de tener en constante uso y no dejarla de un lado en las diferentes actividades que se desarrollan diariamente. Para complementar la idea del desarrollo de la atención, Koler (como se citó en González y Ramos,

2006) dice que es posible desarrollarla a su nivel más alto cuando, al estar enfocado en un punto determinado y estando en el entorno del campo, se logra estar atento en un solo objeto posteriormente de otro.

Además, la importancia al ser trabajada, desarrollada y fortalecida tiene un gran número de ventajas para la persona y le ayuda en muchos aspectos, tal y como afirman González y Ramos (2006) diciendo que es un factor importante para ajustarse y adecuarse al contorno en el que vivimos. Es un proceso cognoscitivo elemental en el proceso de información y es primordial para se ejecuten otros procesos en el cuerpo que son de gran importancia como la orientación, el aprendizaje, el lenguaje, la memoria, entre otros. Estos procesos pueden determinar y participar en la manera en la que descubrimos y atendemos a estímulos tanto externos como internos.

La atención puede tener valores encontrados y recíprocamente proporcionales como lo son la concentración, que según el autor es la energía psíquica focalizada extendida, y la distribución que es la amplitud del campo que se atiende. Se pueden captar al mismo tiempo poca información relevante, en el mejor de los casos 6 temas que no se crucen entre sí y que ninguna de ellas tenga un potencial de energía mayor que se lleve el total de la atención. (Rodríguez y Montoya 2006).

Concientizar al deportista y aislarlo de distractores en su entorno competitivo, que no aportan a un desempeño óptimo y guiarlo a una atención selectiva, la cual es “la capacidad de dirigir la atención hacia un estímulo principal, ignorando los secundarios”. Ortiz y Urdialez, (2010). Es necesario el trabajo cuidadoso del formador, cuyo papel es de vital importancia en

este proceso, la figura del entrenador es clave en el entrenamiento deportivo con jóvenes deportistas, constituyéndose en una de las fuerzas más influyentes en el correcto desarrollo de los niños y niñas (Jones, 1992)

3.2.4 Estilos de la atención.

Partiendo en que al hablar de estilo atencional se puede referir al hecho en que, generalmente, cualquier ser humano tiene la capacidad de atender a unas cosas y no a otras, según su preferencia, o está atento en unos momentos y no en otros.

Según García (como se cito en Rodríguez y Montoya, 2006) se pueden distinguir cuatro características fundamentales dentro del proceso atencional en la actividad deportiva y del ejercicio que son:

1. Amplitud: cantidad de información que se puede atender al mismo tiempo y número de tareas que se pueden realizar simultáneamente.

2. Intensidad: es la cantidad de atención que el deportista presenta a un objeto o a una tarea, y está directamente relacionada con el nivel de vigilia y alerta de un individuo (Activación).

3. Oscila miento: la atención cambia continuamente ya sea por que se tiene que procesar dos o más fuentes de información, o porque se tiene que llevar a cabo dos tareas y se dirige alternamente de una a otra.

4. Control: es cuando la atención se pone en marcha y despliega sus mecanismos de funcionamiento de una manera eficiente en función de las demandas del ambiente, también se puede llamar atención controlada. (p. 100)

Por otra parte de acuerdo con Nideffer (como se citó en Mora et al.2001) retomando conceptos de la concentración, la atención está enmarcada en dos dimensiones la amplitud y la dirección, la amplitud corresponde a la cantidad de información que tenga en la situación, esta puede ser (amplia-estrecha) y la dirección (interna y externa) de la relación de estas dos dimensiones encontraremos cuatro estilos diferentes de concentración. Estos estilos corresponden a la relación de las dos dimensiones mencionadas en la concentración: externa-reducida: la mente reúne un segmento de estímulos externos al individuo y se conecta con la concentración, así mismo se encuentra ; externa – amplia: la cual la mente reúne varios grupos de segmentos externos al individuo y se conecta con la concentración; también está la interna-reducida: este estilo está basado en los estímulos internos del individuo propios en la interiorización de la técnica en el deporte, en algún aspecto en específico y por último interna – amplia: este estilo está relacionado con varios aspectos internos como lo puede ser lo técnico, emocional, lo cognitivo.

3.2.5 Atención-concentración en fútbol.

González (2016) dice que la atención es definitivamente una habilidad psicológica y que está directamente relacionada con aquellos procesos normales en el desarrollo deportivo pues

influye en la codificación del estímulo externo e interno. Además, selecciona, organiza y ejecuta adecuadamente una acción motriz. Dando claridad a la frase –“influye en la codificación del estímulo externo e interno”, hay situaciones durante el juego o práctica en diferentes deportes que los aspectos externos e internos influyen demasiado en el rendimiento ya que según estos estímulos pueden ser llevados a una buena toma de decisiones y así logrará beneficiar al sujeto en algunas jugadas explícitas o importantes en el juego, que claramente en un partido de fútbol puede ser determinante para llegar a la victoria o a la derrota.

Atención y concentración la conocemos como una habilidad que se puede aprender y que además se logra mejorar a través de la práctica. Así mismo hablamos del fútbol como una habilidad entrenable pero que con carencias como estar atento y concentrado durante una sesión de entrenamiento o una práctica deportiva puede propiciar errores en la ejecución de tareas técnicas o tácticas que pueden refutar en el resultado de la competencia. Es por esto que se le debe dar gran importancia por parte de los preparadores, técnicos y hasta los propios deportistas. (Mora, Zarco y Blanco, 2001).

Por otra parte podemos encontrar otros puntos de vista frente a lo que encontramos por atención y concentración en el fútbol. De acuerdo a los planteamientos de Morilla, Gamito, Pérez, Gómez, Sánchez, y Valiente (2002): Si bien le damos cierta importancia a la atención y a la concentración, no se le dedica el suficiente tiempo para entrenar específicamente en una sesión para mejorar o fortalecer estos ámbitos importantes en un deportista. Esto ocurre por varios factores que se han venido evidenciando como que dichas habilidades deberían venir de casa o son innatas en la persona siendo innecesario dedicar sesiones de entrenamiento y que además, los expertos en estos temas no han abordado las habilidades de concentración y atención, mucho menos en deportistas. De tal manera se puede decir que se evidencia claramente la importancia

que tiene el entrenar la atención y concentración en el deporte gracias a la variedad de estudios realizados y escritos explicados por una gran cantidad de autores. Pero frente a esta problemática todavía no se inmersa en una sesión de entrenamiento ejercicios y/o actividades que ayuden a mejorar estos dos términos.

Durante un partido de fútbol encontramos fases de esta misma, tales como, defensa-ataque o ataque-defensa. En este orden de ideas, Morrilla (2009) dice que para que un deportista sea capaz de controlar estímulos de las diferentes fases del juego el entrenador debe comprender la necesidad de entrenar en un orden determinado la concentración. Para lograrlo, el entrenador deberá realizar entrenamientos con situaciones de juego donde habiten distractores externos, con el objetivo de que el deportista se acostumbre y que sea capaz de manejarlos para que en competencia no reduzcan la calidad en sus ejecuciones. Como se puede observar Morrilla nos está diciendo que debemos entrenar la atención y concentración con situaciones reales de juego y con estímulos externos llevando al jugador a que practique todas estas situaciones de juego, tenerlas asociadas y que en una competencia pueda realizarlos con tal confianza que sea beneficiado él y su equipo.

Aunque se debe estar en un permanente entrenamiento, está determinada por cada uno de los futbolistas, ya que fortalecen de manera individual la concentración utilizando diferentes estrategias para lograrlo. Es de gran importancia la experiencia que cada uno de estos ha adquirido durante la práctica de este deporte porque le permite centralizarse en la realización de la tarea determinada. (González, 2007).

3.2.6 Motivación.

Motivación viene del latín “motus” que significa movido y también del latín “motio” que traduce movimiento. Las cosas que estimulan a un ser vivo a realizar determinados actos o insistir en lo que se desea hace referencia al significado de motivación. Vinculando palabras como voluntad e interés, definimos este término como aquella voluntad e interés para realizar un esfuerzo buscando alcanzar las metas que se tengan presentes por cumplir. En momentos cuando existe alguna necesidad, si la persona está motivada por algo o para algo, se puede considerar que eso es necesario para la persona entonces la motivación será el vínculo que lleva a esa acción a satisfacer alguna necesidad. (Bruni, 2010).

La motivación se puede definir como aquella necesidad o ese deseo que a la persona activa y dirige el comportamiento para realizar una acción determinada. Además, es el hecho de activar y orientar las conductas y las fuerzas que se encuentran ocultas frente a las ansias por la intimidad sexual, por la comida, y el deseo de poder lograrlas o alcanzarlas. Para llegar a un objetivo o alcanzar una meta, se debe estar activo y con energía, la disposición y la capacidad de usar esta energía positiva en un periodo de tiempo necesario para llegar al objetivo o meta clara que se trace. (Albaladejo y Blázquez, 2008).

De acuerdo con Serra (como se citó en Celis y Gutiérrez 2017) La motivación es un proceso psíquico. Es la conducta que tiene el hombre dependiendo del entorno o circunstancia en la que se encuentre, ya sea al haber logrado una meta o no. Se ha descubierto que estos comportamientos son evidenciados gracias a las emociones y sentimientos cuyos logros o pérdidas son proporcionados debido a la actividad. La motivación es un aspecto fundamental para el aprendizaje de cualquier persona, cuyo objetivo es conseguir un alto nivel de rendimiento

a través de un estímulo o castigo, esta es reflejada a través de la personalidad interna del ser humano. (p. 23).

Según Pink D.H. (como se citó en Bruni 2010) La motivación puede deberse a factores intrínsecos y factores extrínsecos. Los factores intrínsecos, se relacionan con el entendimiento personal del mundo y los factores extrínsecos se desprenden de la incentivación externa. Los factores extrínsecos pueden ser: El dinero, el tiempo de trabajo, viajes, coches, bienes materiales, premios, nuevo contrato, entre otros. Todos estos factores pueden aumentar o disminuir en el espacio alrededor del individuo, sin embargo, los factores intrínsecos dependen del significado que le de la persona. Los llamados factores extrínsecos también dependen de esta interpretación de la persona, éstos pueden cambiarse radicalmente de forma muy rápida mientras que los intrínsecos requieren de un trabajo de asimilación más adecuado a la mente del individuo. Los factores intrínsecos tratan de los deseos de las personas de hacer cosas por el hecho de considerarlas importantes o interesantes. Existen tres factores intrínsecos importantes. Autonomía: El impulso que dirige nuestras vidas, libertad para tener control sobre lo que hacemos. Maestría: El deseo de ser mejor en algo que realmente importa. Propósito: La intención de hacer lo que hacemos por servicio a algo más grande que nosotros mismos. (p. 9)

La motivación es un tema importante en cualquier ámbito de la vida cotidiana de un ser humano ya que en la empresa, en el negocio, en el colegio, en la universidad o en el deporte, el rendimiento y los buenos resultados suelen asociarse al nivel de motivación que manifiestan las personas. Motivación en el ámbito de la actividad física, del deporte, en general de esta monografía es el producto o resultado de un conjunto de variables sociales, ambientales e

individuales que decretan o eligen alguna actividad ya sea física o deportiva, además escoge la intensidad en la práctica de la actividad, seguido de la persistencia en la tarea y por último el rendimiento. En una selección o en un equipo de fútbol amateur o profesional, el cuerpo técnico generalmente al inicio de cada temporada se resalta que uno de los puntos importantes a tener en cuenta y a trabajar es la motivación del futbolista dentro de su desarrollo cognitivo. (Bruni, 2010).

El ser humano tiene la tendencia a competir. Algunos autores consideran que esta tendencia es innata y surge de lo que se ha llamado “instinto de conservación”. Sin embargo, la antropología parece indicar que esa tendencia está condicionada por factores externos socioculturales. La tendencia competitiva involucra el deseo de triunfar, destacarse y demostrar superioridad sobre el resto de sus pares. Indudablemente la competencia constituye uno de los ingredientes fundamentales del deporte y es el medio utilizado por el deportista para expresar y poner en acto sus tendencias, tanto sea un atleta de elite como un deportista amateur que utiliza la actividad como una agente de la salud y recreación. (Bruni, 2010, p. 21)

3.3 Marco legal

Inicialmente desde la Constitución Política de Colombia, se encuentra la importancia que se le da al deporte como lo es el fútbol, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre donde la prioridad por los servicios integrales de cada deportista se manifiesta brindando una buena atención a los usuarios, un buen servicio e instalaciones adecuadas ya sea en ámbitos deportivos o de recreación.

En el Título 2: De los derechos, las garantías y los deberes, Capítulo 2: De los derechos sociales, económicos y culturales, Artículo 52 donde establece que:

El ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano. El deporte y la recreación, forman parte de la educación y constituyen gasto público social. Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre. El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará, vigilará y controlará las organizaciones deportivas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas”.

Así mismo se encuentra la ley 181 de enero 18 de 1995 por el cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte.

En la presente ley se dicta en el artículo 1 como los objetivos generales son el patrocinio, el fomento, la masificación, la divulgación, la planificación, la coordinación, la ejecución y el asesoramiento de la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre y la promoción de la educación extraescolar de la niñez y la juventud en todos los niveles y estamentos sociales del país, en desarrollo del derecho de todas las personas a ejercitar el libre acceso a una formación física y espiritual adecuadas. Así mismo, la implantación y fomento de la educación física para contribuir a la formación integral de la persona en todas sus edades y facilitarle el cumplimiento eficaz de sus obligaciones como miembro de la sociedad.

En lo que comprende esta investigación que sería en el deporte universitario se evidencia en esta ley en el Título IV: Del deporte, Capítulo I: Definiciones y clasificación, Artículo 16:

Entre otras, las formas como se desarrolla el deporte son las siguientes: Deporte universitario. Es aquel que complementa la formación de los estudiantes de educación superior. Tiene lugar en los programas académicos y de bienestar universitario de las instituciones educativas definidas por la Ley 30 de 1992. Su regulación se hará en concordancia con las normas que rigen la educación superior.

En el Capítulo II: Normas para el fomento del deporte y la recreación. Artículo 19. Las instituciones de educación superior, públicas y privadas, deberán contar con infraestructura deportiva y recreativa, propia o garantizada mediante convenios, adecuada a la población estudiantil que atienden, en un plazo no mayor de cinco (5) años, para lo cual podrán utilizar las líneas de crédito que establece el artículo 130 de la Ley 30 de 1992. Artículo 20. Las instituciones de educación superior públicas y privadas, conformarán clubes deportivos de acuerdo con sus características y recursos, para garantizar a sus educandos la iniciación y continuidad en el aprendizaje y desarrollo deportivos, contribuir a la práctica ordenada del deporte, y apoyar la formación de los más destacados para el deporte competitivo y de alto rendimiento. Estos clubes podrán tener el respaldo de la personería jurídica de la respectiva institución de educación superior. Artículo 21. Las instituciones de educación superior, públicas y privadas, elaborarán programas extracurriculares para la enseñanza y práctica deportiva, siguiendo los criterios del Ministerio de Educación Nacional y establecerán mecanismos especiales que permitan a los deportistas de alto rendimiento inscritos en sus programas académicos, el ejercicio y práctica de su actividad deportiva. Artículo 22. La Universidad Nacional de Colombia y las demás universidades, públicas o privadas, impulsarán programas de posgrado o de educación continuada en ciencias de la cultura física y el deporte, con fines de

formación avanzada y científica para entrenamiento deportivo y pedagogía en educación física, deportes, medicina deportiva y administración deportiva.

Por último en la presente Ley dentro de lo que nos concierne se dicta en el Título V: De la seguridad social y estímulos para los deportistas. Artículo 39. Las instituciones públicas de educación secundaria y superior exonera del pago de todos los derechos de estudio a los deportistas colombianos a que se refiere el artículo 36 de esta Ley, durante el término que se mantengan como titulares del reconocimiento deportivo siempre y cuando demuestren ingresos laborales propios inferiores a dos (2) salarios mínimos legales vigentes o ingresos familiares inferiores a cinco (5) salarios mínimos legales vigentes.

4. Diseño metodológico

En el presente capítulo se presenta el diseño metodológico que se utiliza para el cumplimiento de los objetivos propuestos para esta investigación y además dar respuesta a la problemática que se describió anteriormente, donde se aplica para tal fin el test de rejilla de Harris y Harris (1987) el cual mide los niveles de atención y concentración en el contexto que se está trabajando. Este apartado se origina en primer término con el enfoque de investigación, seguidamente el alcance descriptivo, continuando al diseño de la investigación, posteriormente se evidencia la población y muestra, y se finaliza con el instrumento de recolección de datos.

4.1 Enfoque de investigación

El enfoque de la investigación empleado en esta monografía es cuantitativo como lo expresa Hernández, Fernández y Baptista (2010) “el enfoque cuantitativo representa un conjunto de procesos que son de forma secuencial y probatorio. Cada etapa precede a la siguiente y no podemos “brincar” o eludir pasos. El orden es riguroso, aunque desde luego, podemos redefinir alguna fase”. (p.4).

El enfoque cuantitativo se caracteriza por tener una serie de particularidades como lo son: 1. Mide fenómenos; 2. Utiliza estadísticas; 3. Prueba hipótesis; 4. Hace análisis de causa-efecto. Dentro de estos mismos distintivos se encuentran una serie de procesos que ayudan con la estructuración de una investigación cuantitativa. Estos procesos son: 1. Secuencial; 2. Deductivo; 3. Probatorio; y 4. Analiza la realidad objetiva. Por último concibe una serie de bondades que se enuncian a continuación. 1. Generalización de resultados; 2. Control sobre fenómenos; 3. Precisión; 4. Réplica; y 5. Predicción. (Sampieri, Fernández y Baptista, 2010).

La investigación es cuantitativa ya que se van a aplicar para el estudio de la población un cuestionario de factores socio demográfico contemplando en ella: edad, lugar de residencia, el estrato social, carrera universitaria, posición de juego, frecuencia de entrenamiento, enfermedades, participación en competencias, años practicando, entre otras.

Además se realizará el test de rejilla de concentración de Harris y Harris (1987) y además ese mismo test adaptado por Núñez y Nieto (2009), el cual ambos son test de ejecución que consiste en la ordenación de números consecutivos en un tiempo determinado

4.2. Alcance de investigación

Hernández et al. (2010) afirma que “visualizar qué alcance tiene nuestra investigación es importante para establecer sus límites conceptuales y metodológicos” (p.88). Dentro de la investigación cuantitativa los alcances resultan de la revisión de la literatura y de la perspectiva del estudio. En esta monografía el alcance será descriptivo donde se busca especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades o cualquier otro que se someta a un análisis de alcance descriptivo como lo nombra Hernández et al. (2010). Siendo en este caso las características y los perfiles de los deportistas pertenecientes a la selección de fútbol masculina de la Universidad. Para lograrlo se pretende recoger información socio demográfica de los participantes por medio de una encuesta en donde se describe el contexto y se detallan aspectos generales de la población.

4.3 Diseño de la investigación

Diseño hace referencia al plan o la estrategia que se llega a forjar o crear, para conseguir toda la información que se pretende o que es necesaria y de esta manera poder responder o dar solución al planteamiento problema de la investigación que se esté trabajando. (Hernández et al. 2010)

Para entender más profundamente este término de diseño podemos tomar por ejemplo una cuestión tal como, ¿a Gabriel le gusta más el Voleibol que el Baloncesto? Y la hipótesis ante esto sería “a Gabriel le gusta más el Voleibol debido a que prefiere ver un partido de Voleibol que de Baloncesto”. De esta manera el diseño realizara o construirá un plan o estrategia para determinar si la hipótesis que se está planteando es verdadera o si es falsa. Siendo así el plan una serie de actividades para encontrar la respuesta al problema. Siguiendo con el ejemplo algunas de

las actividades pertinentes podrían ser, un amigo podría invitar a Gabriel a jugar Baloncesto a una determinada hora; y otro amigo deberá invitarlo a jugar Voleibol a la misma hora y mirar a quien prefiere aceptar la invitación. De esta manera determinaremos un punto estadístico frente a qué deporte prefiere Gabriel. (Hernández et al. 2014, p. 128).

Hablando de una investigación cuantitativa podemos encontrar varios tipos de diseños que se clasifican por el diseño experimental y el diseño no experimental. Según Campbell y Stanley, 1966 (citado por Hernández et al. 2014, p. 129) la investigación de diseño experimental puede dividirse en pre experimentos, experimentos “puros” y cuasi experimentos. Por el lado del diseño no experimental se encuentra que está subdividida por transversales y longitudinales.

Para esta investigación no experimental que se realiza sin manipular deliberadamente variables, es decir, no se varía en forma intencional las variables independientes para ver su efecto sobre otras variables. En palabras más entendibles no se genera ninguna situación, al contrario, se observan situaciones ya existentes y analizar estas situaciones que ya sucedieron y no ocurre alguna manipulación secundaria para ver algún efecto frente a este. En este orden de ideas la investigación no experimental será transeccional o transversal donde se recolectan datos en un solo momento, un momento único. Su propósito será describir y analizar su incidencia en un momento dado. (Hernández et al. 2010).

4.4. Fases de la investigación

El proceso cuantitativo se realiza secuencialmente mediante 10 fases estipuladas de la siguiente manera. En la fase 1, se pretende plantear la idea en la que se trabajara; en la fase 2, el planteamiento del problema; en la fase 3, la revisión de la literatura y desarrollo del marco

teórico; la fase 4, visualización del alcance del estudio; fase 5, elaboración de hipótesis y definición de variables; fase 6, desarrollo del diseño de investigación; fase 7, definición y selección de la muestra; fase 8, recolección de datos; fase 9, análisis de los datos y por último la fase 10, la elaboración del reporte de resultados.

4.4.1 Fase 1: Idea.

Con la ayuda del profesor de la selección que nos permite estar durante los entrenamientos, prácticas y competencias para realizar nuestra observación frente la atención y concentración de los deportistas. Evidenciamos y formulamos nuestra investigación que con el paso del tiempo quedó titulada: Atención y concentración en los deportistas de la Selección de Fútbol de la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

4.4.2 Fase 2: Planteamiento del Problema.

A partir de la observación que se le realiza a los deportistas y continuando con el hilo temático que se trabaja en esta monografía se hace n planteamiento problema donde no sea una respuesta cerrada, al contrario que sea una respuesta abierta. En este orden de ideas dejamos ¿En qué estado de atención y concentración se encuentran los deportistas de la Selección de fútbol masculino en la Corporación Universitaria Minuto de Dios?, como el planteamiento problema de esta investigación.

4.4.3 Fase 3: Literatura y marco teórico.

En esta fase y de acuerdo a la elección de la temática y la formulación del problema se da origen a la búsqueda del marco de antecedentes de la investigación, iniciando por la búsqueda del instrumento en este caso el Test de rejilla de Harris y Harris (1987) específico para determinar en qué estado de atención y concentración se encuentran los participantes, además de ello todo lo referente a la contextualización y al marco teórico.

4.4.4 Fase 4: Alcance de estudio.

Basados en el objetivo general de la investigación, se visualiza tener un alcance descriptivo ya que a partir de la recolección de datos estadísticos de los participantes llegaremos a la descripción en primera instancia de las características y/o perfiles del grupo al que se está interviniendo, y en segunda instancia al estado de atención y concentración en el que se encuentran.

4.4.5 Fase 5: Hipótesis.

Las investigaciones cuantitativas que formulan hipótesis, son aquellas que su planteamiento define que su alcance será correlacional o explicativo, o las que tienen un alcance descriptivo, pero que intentan pronosticar una cifra, un hecho o un dato. En este caso el alcance de esta

investigación es descriptivo pero su planteamiento no pronostica una cifra, un hecho o un dato como se nombra anteriormente.

4.4.6 Fase 6: Diseño de investigación.

Para esta investigación no experimental que se realiza sin manipular deliberadamente variables, es decir, no se genera ninguna situación, al contrario, se observan situaciones ya existentes. La investigación no experimental será transeccional o transversal donde se recolectan datos en un solo momento, un momento único. Su propósito será describir y analizar su incidencia en un momento dado.

4.4.7 Fase 7: Muestra.

Muestra hace referencia a un subgrupo de la población o universo que implica definir la unidad de muestra y de análisis. Se requiere delimitar la población para generalizar resultados y establecer parámetros. En ese orden de ideas llegando a un subgrupo de población dentro de la Universidad y delimitando la población, llegamos tomar como objeto de estudio en esta investigación a 20 deportistas en un rango de edad entre 19 y 30 años pertenecientes a la Selección de Fútbol Masculina de la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

4.4.8 Fase 8: Recolección de datos.

La recolección de datos se establece por medio de la medición de variables o conceptos contenidos en este caso en las encuestas demográficas y deportivas realizadas y en los Test de rejilla de Harris y Harris. Dicha recolección se lleva a cabo utilizando procedimientos estandarizados y aceptados por la comunidad científica en la actualidad. Ya que en este enfoque se pretende medir, los estudios deben tener la posibilidad de observarse o referirse con naturalidad al mundo real. Esta investigación recolecta 20 encuestas por parte de los jugadores de la Selección de fútbol Masculino de la Corporación Universitaria Minuto de Dios y además, se obtienen 20 test de rejilla y 20 test de rejilla adaptado.

4.4.9 Fase 9: Análisis de datos.

En esta fase y después de arrojados los resultados por el Test de rejilla de Harris y Harris (1987) se analizan y se determina en qué estado de atención y concentración se encuentra cada participante de acuerdo al número de aciertos consecutivos que obtuvo, es decir si consigue marcar ordenadamente entre 20 y 30 números podemos decir que tiene un buen nivel de atención y concentración, de no lograr estar en este margen indicará que su nivel es bajo y si está por encima de esta su nivel será alto o superior.

4.4.10 Fase 10: Resultados.

Los resultados obtenidos en la presente investigación, radica en la presentación de los niveles de atención - concentración en los cuales se encuentra la población a la que se les aplicó el test. Además se analiza de acuerdo a la encuesta realizada si los perfiles socio demográficos y

deportivos encontrados llegan a afectar al deportista o futbolista en su rendimiento cognitivo durante las prácticas o encuentros deportivos.

4.5. Población y muestra.

De acuerdo con (Hernández, et. al 2010, p.174) la población se define como el “conjunto de todos los casos que concuerdan con determinadas especificaciones”. Por consiguiente la población objeto de estudio de esta investigación son 20 deportistas pertenecientes a la Selección de Fútbol Masculina de la Corporación Universitaria Minuto de Dios, los cuales se caracterizan por sujetos heterogéneos ya que poseen criterios socio demográficos diferentes.

4.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Se realiza una encuesta para describir el perfil socio demográfico y deportivo de los futbolistas pertenecientes a la selección de la Corporación Universitaria Minuto de Dios, en donde se pretende conocer la información específica deportiva, social y de salud de cada uno de ellos.

En segunda instancia se ejecuta el Test de rejilla de Harris y Harris (1987) el cual evalúa los niveles de atención. Dicho test consiste básicamente en la ordenación de números consecutivos en un tiempo determinado el cual es 1 minuto. El objetivo fundamental de esta prueba es que el deportista señale en una tabla creada, ordenadamente de menor a mayor y partiendo del, todos los números que sea capaz durante un minuto. Si consigue señalar entre 20 y

30 números, podremos considerar que posee un buen nivel de concentración de la atención. Si no alcanza a esta cifra tendrá que entrenar su capacidad de atención.

En tercer lugar se hace el Test de Harris y Harris adaptado por Núñez Nieto (2009). La variación de este test está en la ubicación de la consecución de los números del 00 al 99 de acuerdo a los movimientos en “L” del caballo del ajedrez. Esta será la única variación y el objetivo fundamental del test será el mismo.

5. Resultados

5.1. Técnicas de análisis de resultados.

Después de realizar la encuesta para conocer el perfil socio demográfico de los deportistas, la rejilla de Harris & Harris y su adaptación por Núñez Nieto se realizó un análisis de los resultados obtenidos para caracterizar el nivel de atención y concentración en el que se encuentran estos deportistas. Además, determinar si los factores socio demográficos tienen importancia no solo en el rendimiento deportivo sino en su nivel de atención.

En primer lugar se encontró que 13 de los 20 encuestados pertenecen a la localidad de Engativá abarcando un 65% de los resultados obtenidos, lo que tiene gran importancia ya que los jugadores viven relativamente cerca del sitio de práctica, evitando en la gran mayoría estrés por trancones, trayectos largos o llegadas tarde que pueden afectar el estar completamente atentos durante el entrenamiento. Complementando los resultados de esta pregunta, el lugar de

residencia del 15% de los participantes está en Suba, el 10% en Kennedy y el restante se lo dividen entre Ciudad Bolívar y Bosa cada uno con un participante residente de dicha localidad.

(Ver figura 1)

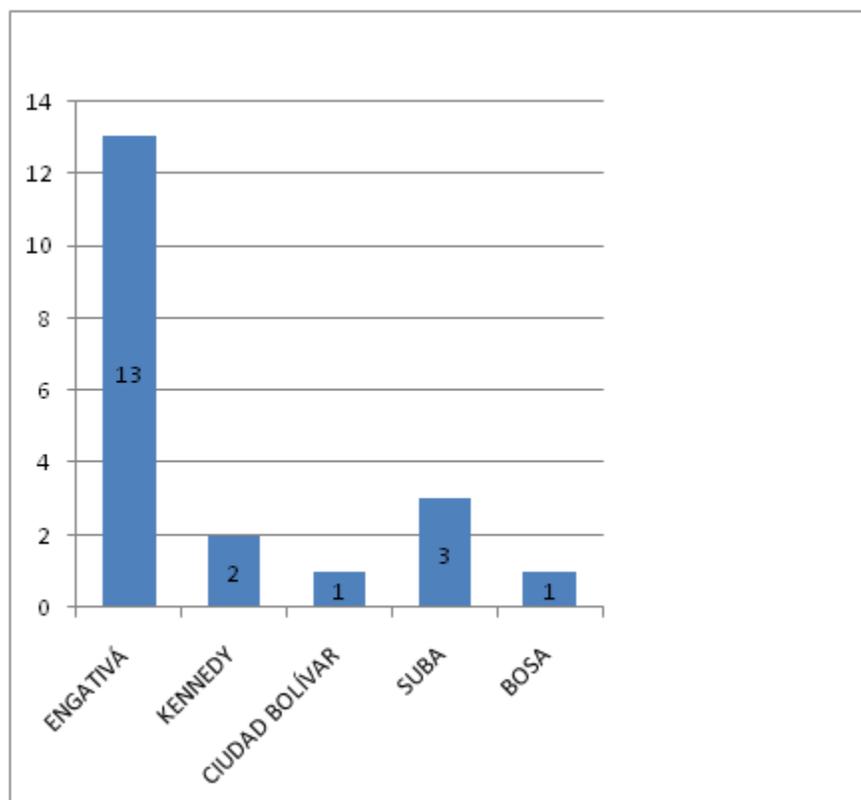


Figura 1. Localidad de residencia

El estrato socio económico indica que la mayor parte de la población encuestada pertenece al estrato 3 teniendo el 60%. En segundo lugar con 35 % pertenecen al estrato 2 y por ultimo solo una persona reside en un barrio estrato 4. Estos resultados se pueden comparar con la tesis realizada por Pérez (2015) donde se evidenció que aunque tiene un porcentaje menor predomina como en nuestros resultados los deportistas que viven en estrato 3, abarcando el 45% de la población encuestada. Con estos dos resultados obtenidos se puede concluir que aunque es una universidad privada no es tan costosa o tiene excelentes planes de financiación para cubrir el

precio de la carrera, ya que la mayoría de sus estudiantes están económicamente en un nivel medio.

(Ver figura 2)

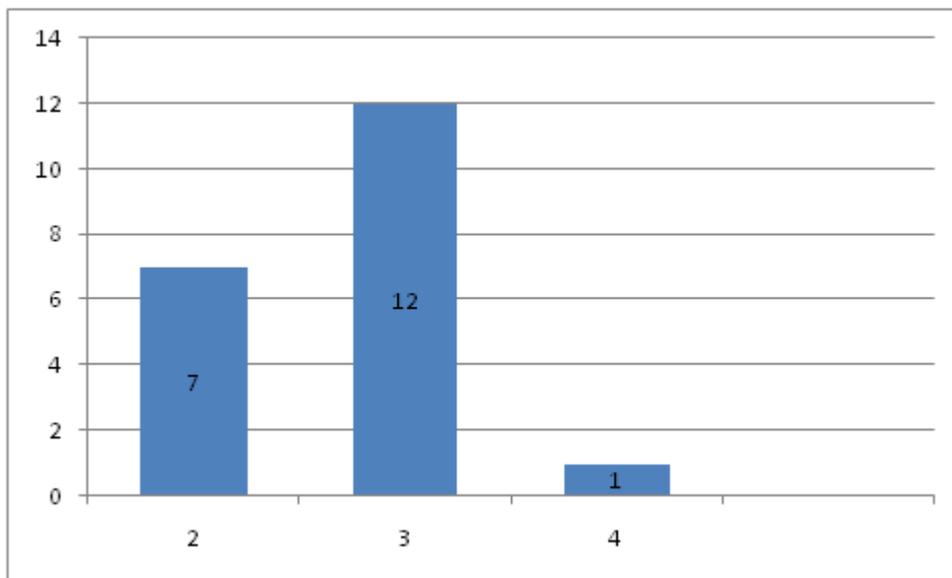


Figura 2. Estrato del lugar de residencia

Con respecto a las carreras que estudian los encuestados se observa que con un 85% predomina la licenciatura en educación física, recreación y deportes, siendo estos los que tienen más interés en participar en eventos deportivos, específicamente en el grupo de fútbol de la universidad. El restante de la población encuestada estudia psicología, comunicación social e ingeniería civil cada uno con un participante de dicha carrera.

De igual manera sucede en la tesis que realizó Sierra (2014) donde se pudo evidenciar el interés por parte de los estudiantes de la licenciatura en educación física en participar en el grupo de fútbol que representa a la universidad de San Buenaventura, ya que en la encuesta socio

demográfica que se realizó en dicha investigación dio como resultado con respecto a la pregunta de la carrera en la que actualmente está una superioridad por parte de la licenciatura en educación física obteniendo un 70% del total de la población encuestada.

(Ver figura 3)

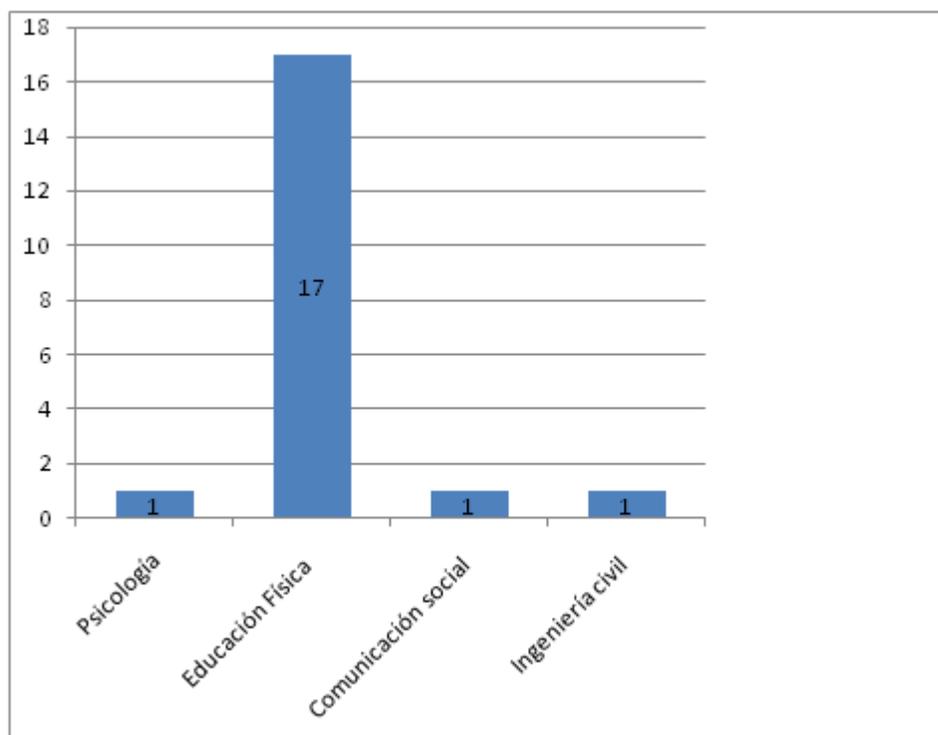


Figura 3. Carrera Universitaria

Acerca del semestre que cursan actualmente, los resultados obtenidos indican que ninguno pertenece al primero, predominando los que se encuentran a mitad de la carrera, es decir, quinto, sexto y séptimo abarcando el 60% de la población, seguido de aquellos que están próximos a graduarse en octavo y noveno semestre. El restante de la población son los estudiantes que se encuentran del segundo al cuarto con un 10% del total de encuestados. se

puede concluir según los resultados bajos de los que están empezando que muestran poco interés por estar en este grupo representativo ya sea por la falta de información que se les brinda a cerca de los beneficios que se obtienen por pertenecer o simplemente por no descuidar en cierta forma su estudio. Además, según los resultados de los estudiantes próximos a graduarse se puede presentar una mayor carga académica por lo cual su tiempo libre es corto impidiendo su participación en este grupo representativo.

Estos datos son diferentes si se comparan con los resultados obtenidos en la investigación de Sierra (2015) donde se pudo evidenciar que predominan los estudiantes que cursan entre primero y cuarto semestre, por lo cual el autor llegó a la conclusión que estos por estar apenas empezando tienen más disponibilidad de tiempo para poder asistir a los entrenamientos y las competencias.

(Ver figura 4)

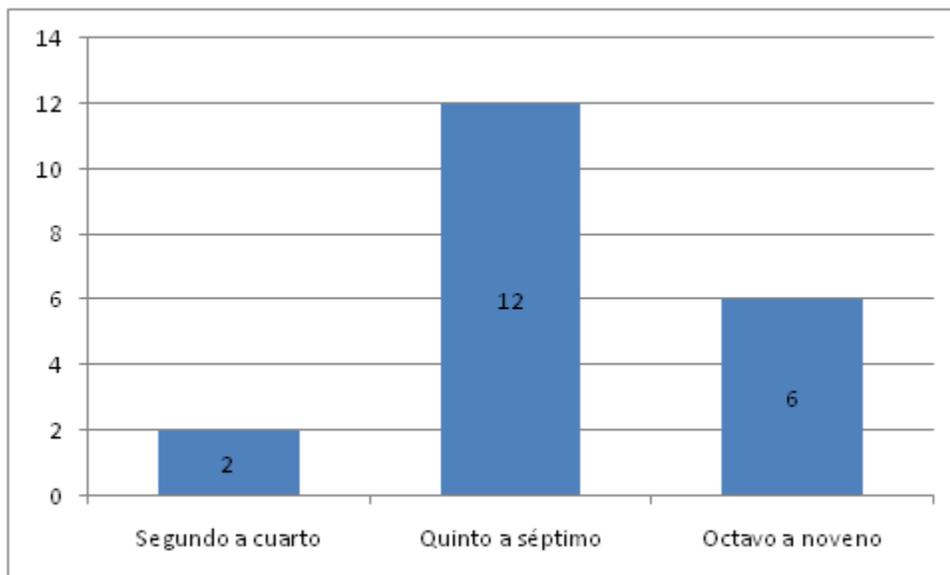


Figura 4. Semestre

En cuanto a la actividad laboral, solo 5 personas que representan el 25% de los deportistas, no se encuentran trabajando, y el 75% si se encuentran trabajando. Siendo así este un factor que incide negativamente en algunos de ellos con la práctica deportiva, evitando tener tiempo para entrenamientos y las concentraciones del equipo. Además, es un factor que puede influir en el rendimiento deportivo ya que cuando los partidos son en la noche algunos de ellos llegan agotados físicamente por el estar trabajando durante el día, sin contar las horas que se le dedica al estudio.

Estos resultados solo se pueden comparar con los obtenidos en uno de los antecedentes ya que en los otros no ven la necesidad de preguntar si trabaja en la actualidad. en la investigación de Sierra (2014) se refleja algo totalmente diferente, ya que el factor trabajo no es una variable que pueda afectar negativamente la práctica deportiva pues el 90% de los deportistas no trabaja, teniendo el tiempo suficiente para concentrarse en el equipo.

(Ver figura 5)

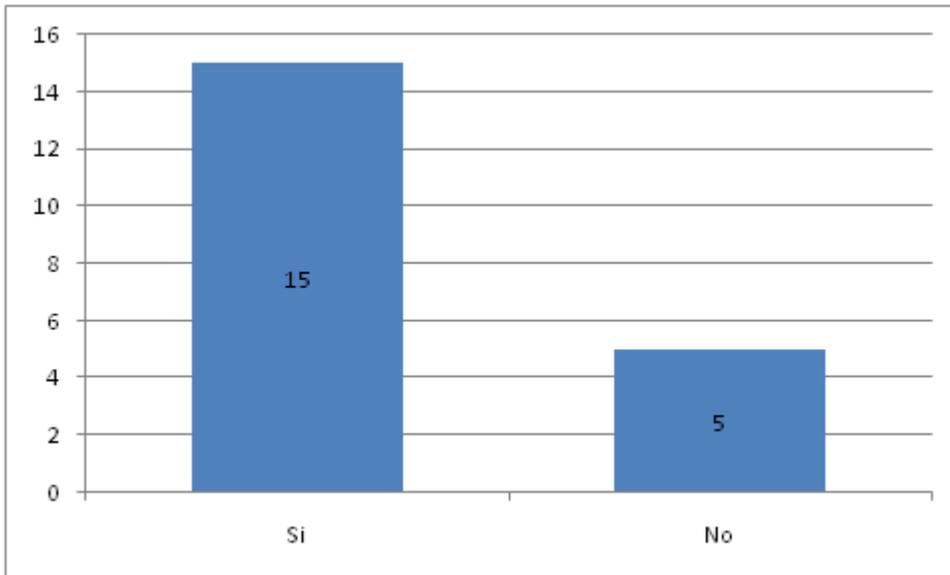


Figura 5. Trabaja en la actualidad.

En relación al año en que ingresan a la Selección de Fútbol, la estadística marca que con un 50% de los deportistas son prácticamente nuevos ya que hacen parte de ella desde el 2016 y 2017; 6 de los deportistas hacen parte del grupo desde el 2014 y 2015 aportando el 30% de la población, y el restante con un 20% hacen parte desde el 2009 y 2010 aquellos jugadores que son los más antiguos actualmente en la Selección.

Ya que la atención en el fútbol depende de la experiencia que tenga el deportista se puede concluir que este grupo por ser en su mayoría nuevos es que se evidencia bajos niveles de atención ya que pocos tienen participación en torneos universitarios que son de gran exigencia no solo a nivel técnico y táctico sino además una intensa carga de concentración de lo cual puede depender un resultado o un título.

(Ver figura 6)

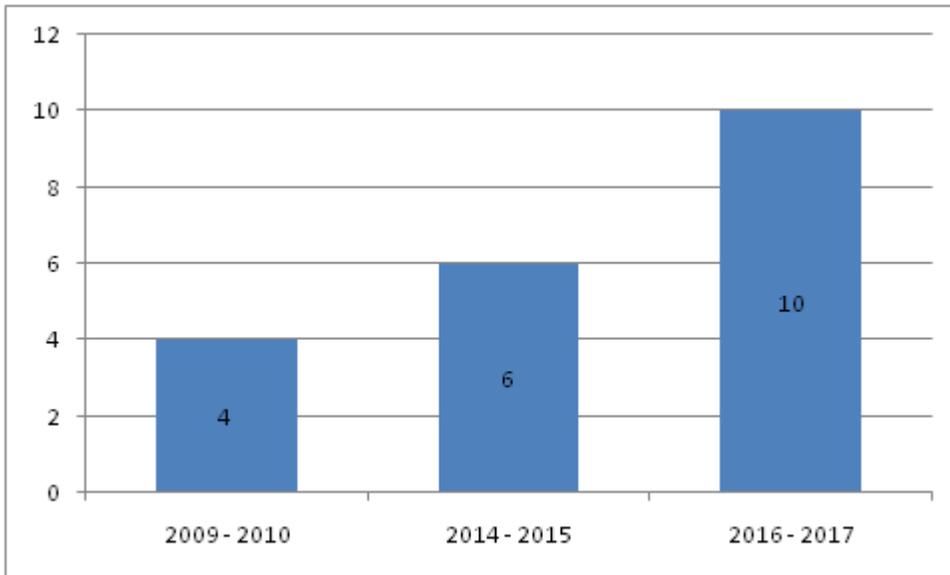


Figura 6. Ingreso a la selección.

Como se puede observar en la siguiente figura evidenciamos que los jugadores no son nuevos en la práctica deportiva ya que el mínimo de años que han practicado el fútbol es de 3 a 6 años, estando en este rango 4 deportistas con un 20 %. De los encuestados, predominan con el 45%, los que llevan entre 15 y 18 años en el fútbol donde hay 9 jugadores. de acuerdo a estos resultados se puede concluir que los deportistas llegan en un bajo nivel en cuanto a su atención-concentración debido a que en sus escuelas de formación no se tuvo en cuenta los programas y ejercicios para desarrollar estas habilidades psicológicas, que son de gran importancia y que se ven reflejadas en la actualidad.

Estos resultados se pueden comparar con los obtenidos en la encuesta realizada por Saavedra (2014) con los deportistas de la liga de natación de Antioquia donde llevan practicando como mínimo 10 años con un máximo de 15, concluyendo que su experiencia es mayor lo cual puede influir en su nivel de atención y concentración dependiendo si en su

formación deportiva se incluyó programas, ejercicios o actividades enfocados al desarrollo o fortalecimiento de la atención y concentración.

(Ver figura 7)

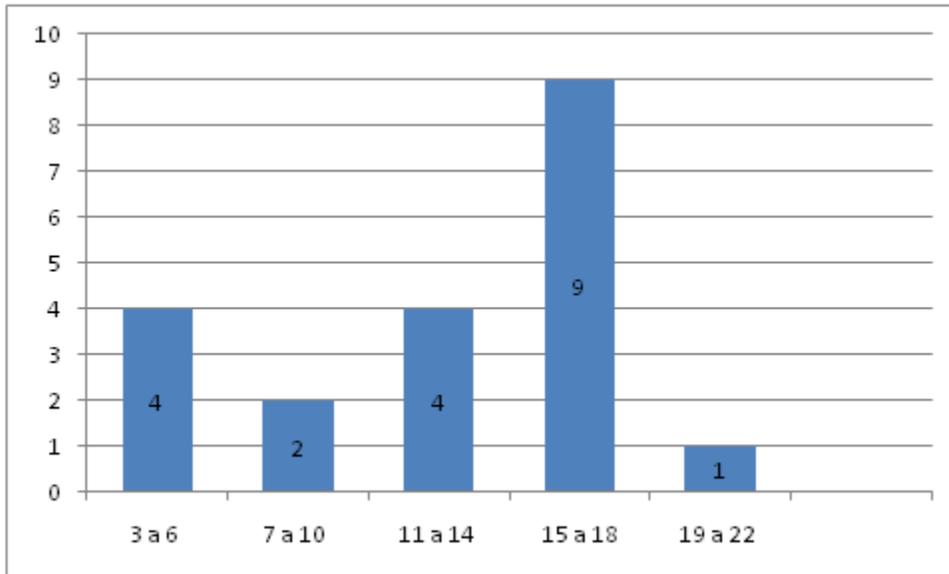


Figura 7. Años en el fútbol.

Las posiciones comunes en la práctica del fútbol empiezan con el arquero el cual en la encuesta representó a un portero aportando un 5% seguido de los defensas donde hay 11 de ellos correspondientes al 55% los cuales son de gran importancia ya que pueden influir directamente en los resultados de un partido y hasta en la definición de un torneo puesto que una desconcentración de los defensores o del arquero puede terminar en gol. Luego encontramos a los volantes donde hay 6 jugadores en esa posición dando el 30% y por último tan solo 2 delanteros contribuyendo con el 10% restante, los cuales también tienen su influencia según sea su estado de atención para el desarrollo del partido sobre todo los delanteros que deben intentar

aprovechar cada oportunidad de gol que se les puede presentar, aunque este nivel de atención no presenta tanta relevancia como la de los arqueros y los defensores. (Ver figura 8)

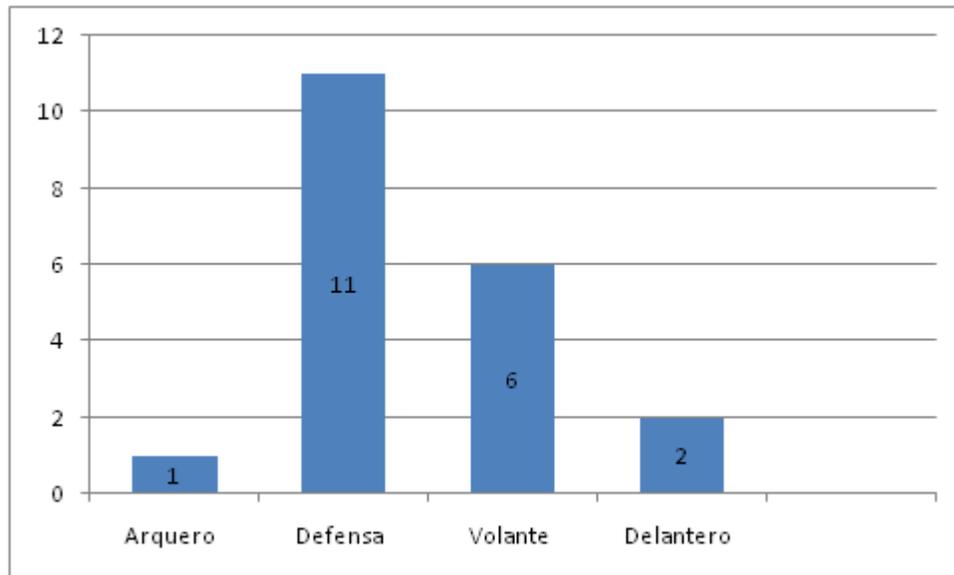


Figura 8. Posición.

Con respecto a la práctica de otro deporte encontramos que el 40% de los encuestados no practican otro deporte. El 40% practican deportes colectivos como lo son el voleibol, el tenis y el baloncesto. El restante practica deportes individuales como el BMX, el atletismo, la natación y el ciclismo, por lo cual se puede evidenciar que la mayoría de los estudiantes están enfocados totalmente en la práctica del fútbol pero además que en el resto de estudiantes por estar practicando uno o dos deportes al mismo tiempo puede influir en su nivel de atención y concentración por factores tales como cansancio, tiempo y exceso de información.

(Ver figura 9)

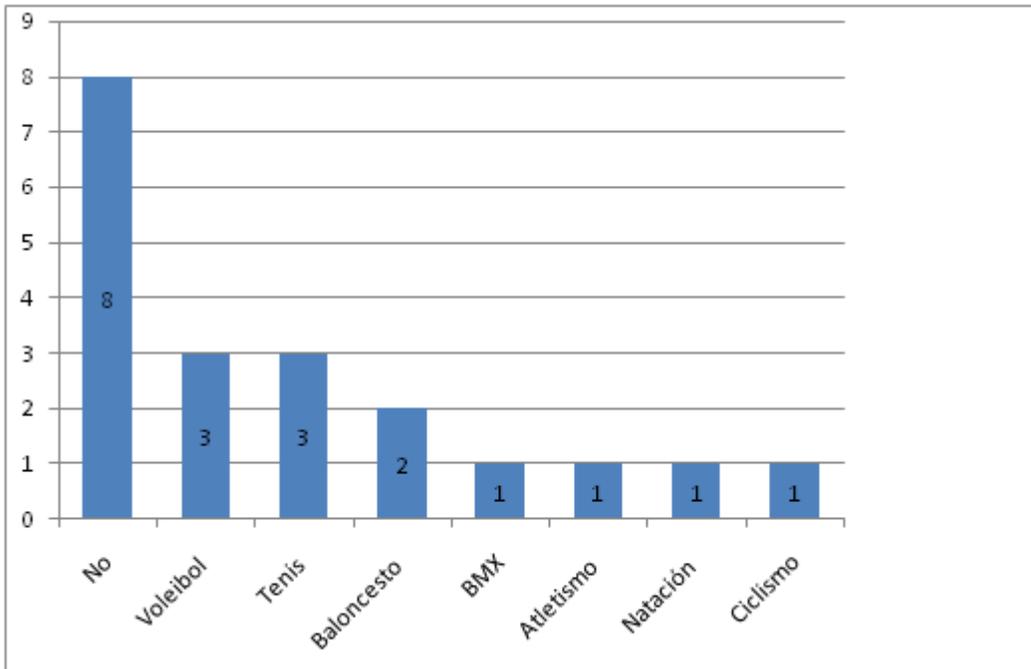


Figura 9. Práctica de otro deporte.

En relación al pie dominante de estos deportistas se evidencio que en este grupo representativo de la universidad sobresale la pierna derecha con 16 personas. El restante se lo dividen en un mismo porcentaje la pierna izquierda y los que manejan perfectamente ambas piernas. Resultado que se asemeja con la mano que dominan los encuestados en la cual también se resalta la derecha con un 85% del total de ellos, pero en este caso solo una persona utiliza la mano izquierda y dos personas dominan ambas manos para realizar diferentes actividades. Se puede concluir que este resultado no tiene ninguna relevancia en el estado de atención y concentración de los deportistas, ya que el manejar lateralidades diferentes no es un factor determinante en el momento de estar enfocado en una actividad determinada, pero para realizar ejercicios con la mano o pie no dominante si es necesario un pequeño grado de atención porque el ejercicio adquiere una complejidad mayor la cual puede determinar la eficacia en su

ejecución. Por lo tanto, al obtener solo dos personas que manejan ambas lateralidades se pueden incluir ejercicios donde se enfoque en trabajar con la no dominante desarrollando o fortaleciendo habilidades técnicas y a su vez psicológicas como atención y concentración.

(Ver figuras 10-11)

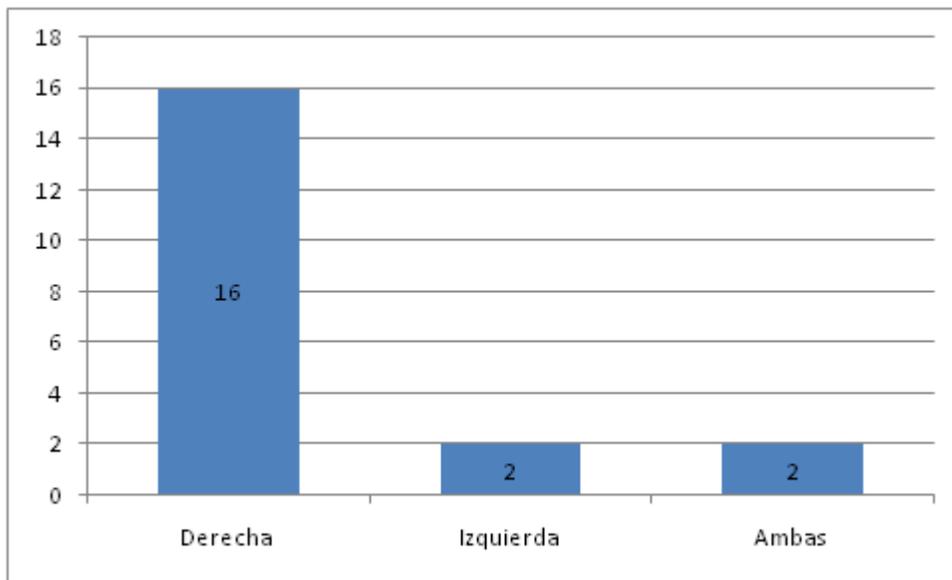


Figura 10. Pierna dominante

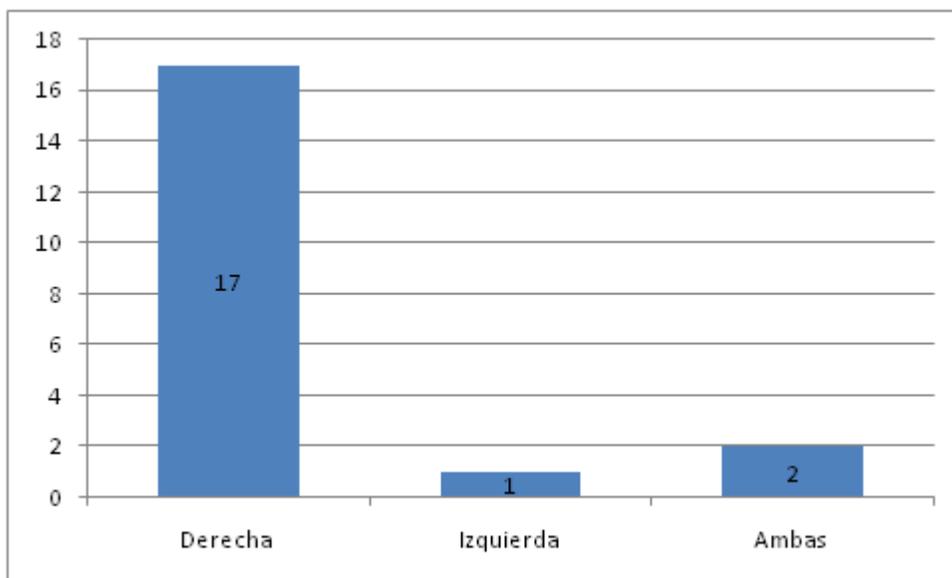


Figura 11. Mano dominante

Respecto al número de entrenamientos a la semana predomina con el 55% que 11 jugadores entrenan 4 veces a la semana. Con el 35% 7 jugadores entrenan 3 veces a la semana, y un 10% 2 jugadores entrenan 2 veces a la semana.. En los minutos por sesión que realizan los deportistas se evidencia que predomina con un 70% 14 jugadores que realizan 120 minutos. En segundo lugar se encuentra el 20% con 4 encuestados quienes realizan 60 minutos por sesión. Por último dos jugadores realizan respectivamente 80 y 90 minutos aportando el 10% restante. A partir de lo anterior se evidencia que la mayoría de deportistas están comprometidos al cumplimiento de las prácticas deportivas a diario, mostrando a su vez el interés por mejorar mediante los entrenamientos y obtener resultados superiores en la competencia.

Estos resultados se pueden comparar con la investigación realizada por Saavedra (2014) donde se puede evidenciar que también los deportistas están comprometidos con los entrenamientos ya que cada uno de ellos entrena de 4 a 6 días a la semana con una intensidad de

a 4 a 5 horas en 67% de la población, mientras que el restante entrena de 2 a 3 horas diarias, estas horas diarias en ocasiones pueden estar repartidas en dos jornadas, es decir, la mitad por la mañana y el restante por la tarde o noche.

(Ver figura 12 y 13)

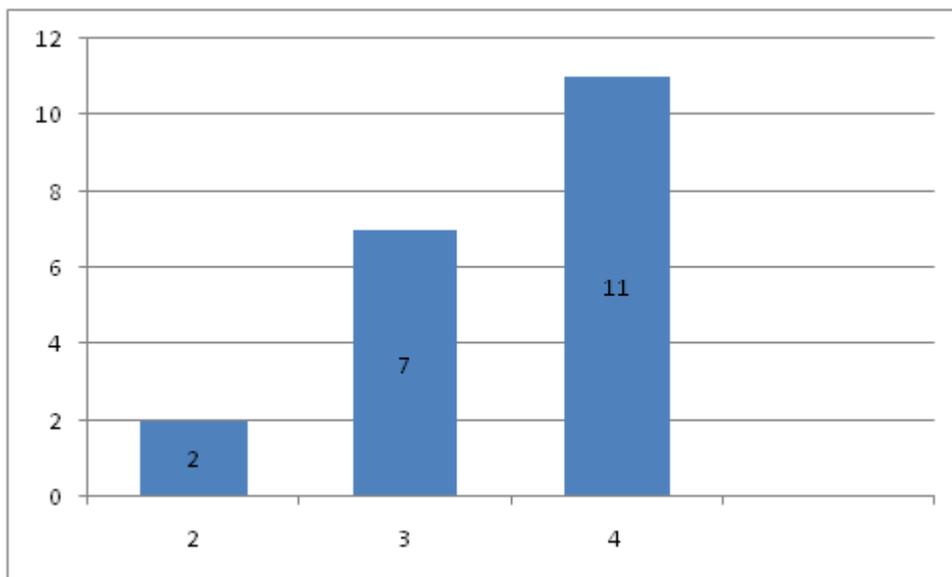


Figura 12. Entrenamientos.

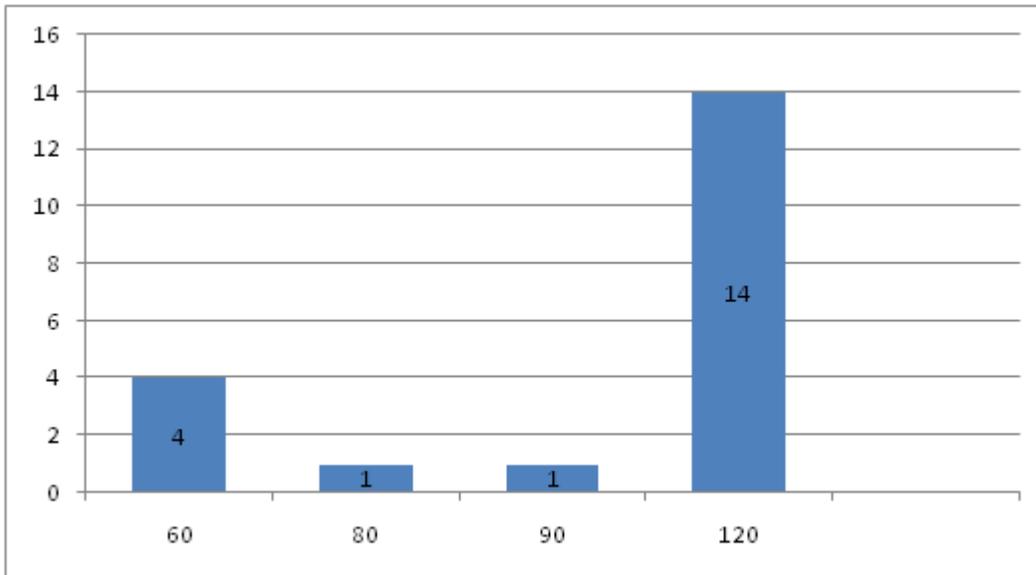


Figura 13. Minutos por sesión.

A continuación se evidencia que el 90% de los encuestados, los cuales son gran mayoría sienten estrés al momento de la práctica deportiva, por lo cual puede existir la posibilidad de que disminuyan su rendimiento en factores de habilidad, técnica y táctica. Además, dificulta el estar concentrado en la competencia. Los factores que más determinan el nivel de estrés en estos deportistas son las cargas académicas, problemas familiares o sentimentales, horarios de trabajo, entre otros.

Si comparamos los resultados obtenidos con la encuesta realizada por Pérez (2015) se puede concluir que en ambas predominan las personas que sienten estrés antes de la competición pero, además, se puede notar que en los resultados de este antecedente son menos los deportistas que han sufrido episodios de estrés antes de un partido. por el contrario, en la encuesta realizada por Sierra (2014) se demuestra que la mayoría de los deportistas no sufre episodios de estrés por la competencia, factor que puede influir en el rendimiento deportivo.

(Ver figura 14)

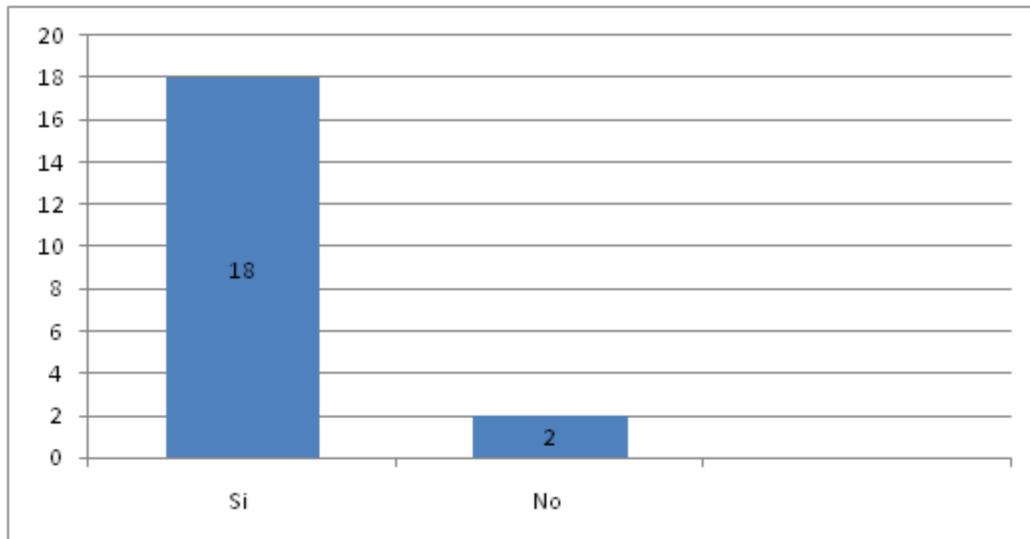


Figura 14. Estrés.

Con respecto a las competencias, todos los jugadores han participado o participan en torneos locales. Un 50% no han participado en torneos nacionales. Y dos jugadores que son el 10% han logrado participar en torneos internacionales, por lo cual se puede concluir que aunque han participado en torneos locales, es de gran importancia la participación en torneos nacionales e internacionales donde se puede aumentar la experiencia, además de desarrollar o fortalecer los niveles de atención y concentración.

Los resultados a la respuesta de la participación se pueden comparar con la encuesta realizada por Sierra (2014) donde se puede observar que el 65 % de los encuestados han tenido la oportunidad de participar en torneos nacionales. lo cual puede determinar además de su experiencia el rendimiento deportivo que se basa en victorias o títulos obtenidos. además, según el autor la experiencia se consigue coexistiendo y aumentando la cifra de encuentros deportivos

obteniendo que el deportista esté en la capacidad de responder a factores distintos en la competencia los cuales pueden modificarse en cada encuentro.

(Ver figuras 15-16-17)

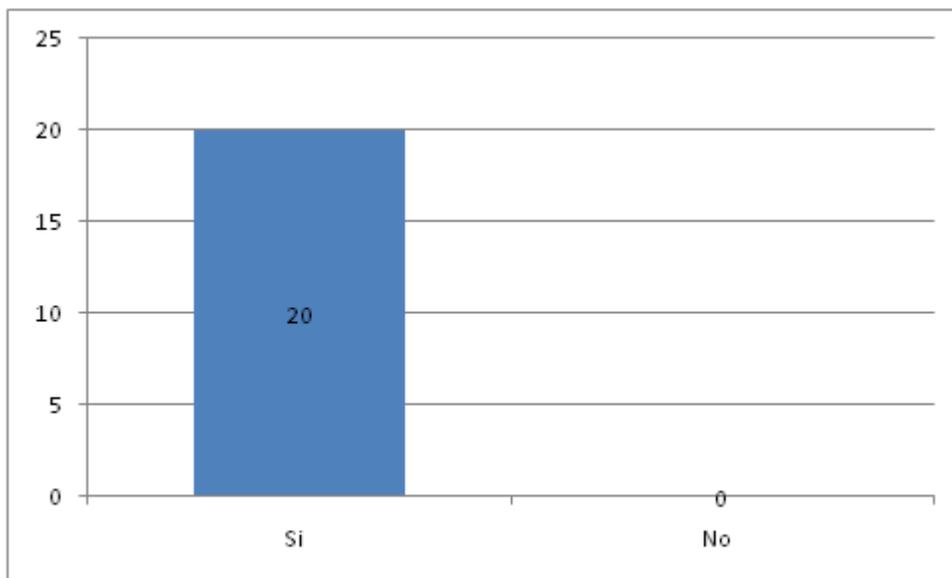


Figura 15. Comp. Locales.

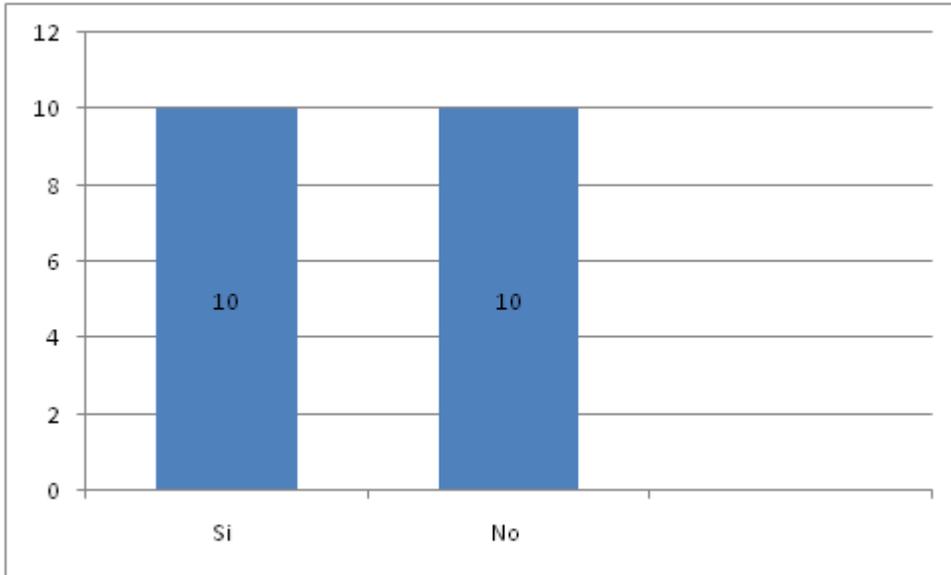


Figura 16. Comp. Nacionales.

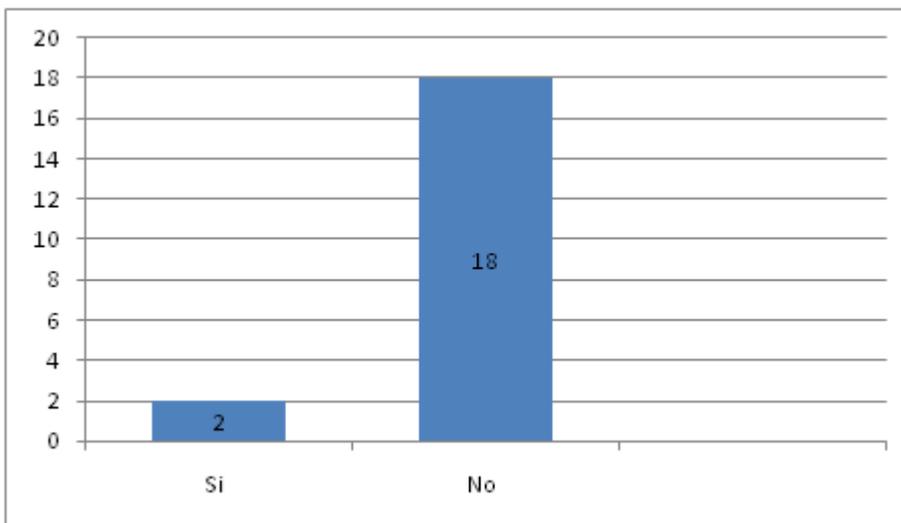


Figura 17. Comp. Internacionales.

Con respecto al análisis de lesiones y específicamente a fracturas que han sufrido los estudiantes encuestados podemos determinar que la mayoría de ellos no han sufrido ninguna lesión con un 85%, resultado que se puede comparar ya que se asemeja con la encuesta socio demográfica que realizó Sierra V. (2014) donde los resultados obtenidos arrojaron que la mayoría de ellos con un 85% no han sufrido ninguna lesión.

(Ver figura 18)

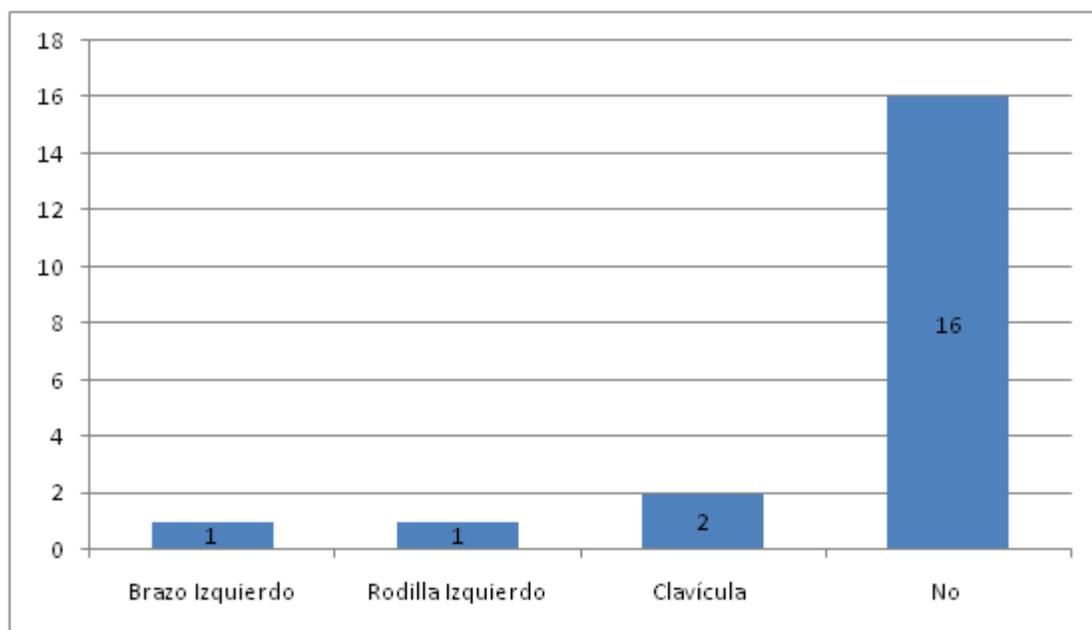


Figura 18. Lesiones: fracturas.

En cuanto a los estudiantes que han sufrido esguinces podemos determinar que una gran cantidad de ellos ha sufrido esguince de tobillo, la cual es muy habitual en jugadores que practican fútbol. En la rodilla y el empeine solo una persona ha sufrido este tipo de lesión, estando en su gran mayoría aquellos que no han sufrido ningún tipo de esguince con un 55%. Estos resultados se pueden comparar con la encuesta socio demográfica de Pérez M. (2015)

donde también predominan los que no han sufrido de esguinces, pero además los que sí han tenido este tipo de lesión en su mayoría son en el tobillo.

El estudio realizado por Saavedra (2014) refleja en natación con un 58% de los deportistas que en algún momento tuvieron esta condición con lesiones (esguinces) a nivel de rodilla y tobillo, es un poco más elevado en este estudio ya que el nivel de alto rendimiento, le impone unas características que hacen que el deporte no necesariamente sea salud, vemos como el esfuerzo, los objetivos y las expectativas trazadas pueden llevar al cuerpo a límites que perjudiquen su bienestar, de igual forma es relevante mencionar que los deportistas de élite universitario también tienen que nivelar el tiempo con otras actividades como lo son el estudio, trabajos exposiciones etc.... esto hace pensar que las prioridades son distintas en ambos casos, el presente estudio hace énfasis en lo académico y el deporte es parte de su integralidad, en el mismo sentido se ve reflejado en el tiempo dedicado a los entrenamientos y su cargas son menores.

(Ver figura 19)

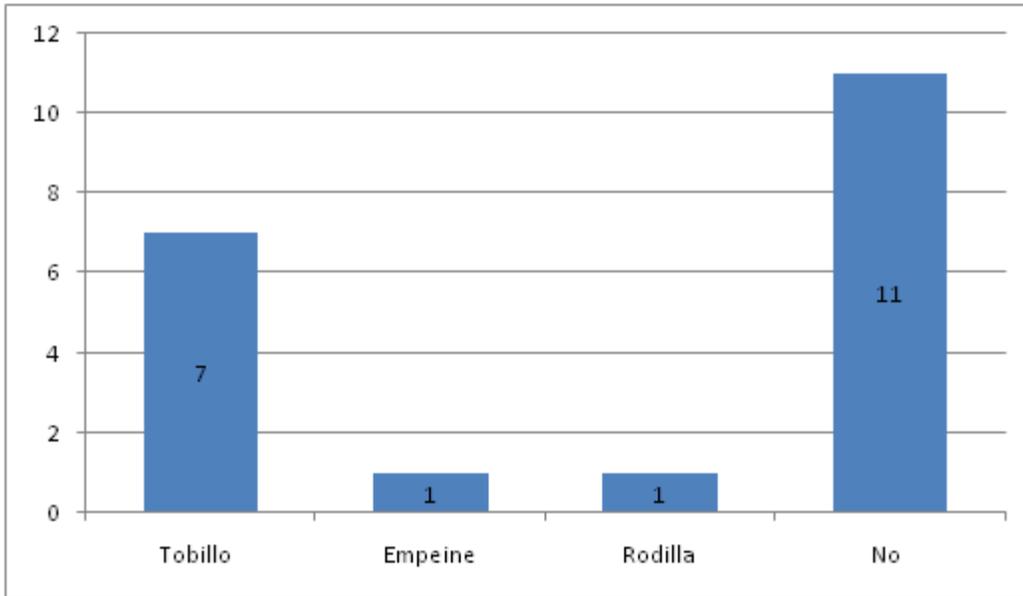


Figura 19. Lesiones: esguince

Según los resultados podemos determinar que la mayor parte de la población encuestada no han sufrido de ningún tipo de desgarre, solo 2 personas del total de 20 se han desgarrado, uno en la pubalgia y el otro en los cuádriceps. Estos resultados se asemejan bastante a la encuesta que realizó Saavedra (2014) donde, pese que es un deporte diferente, el 92% de los encuestados no ha sufrido de ningún tipo de esta lesión.

(Ver figura 20)

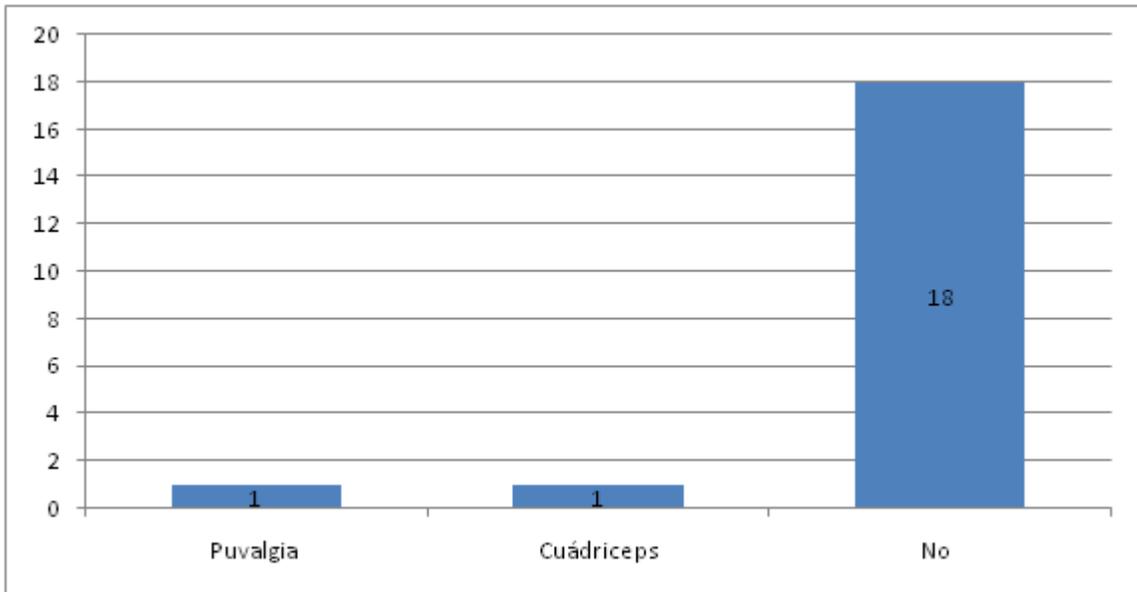


Figura 20. Lesiones: desgarres

Se les preguntó si han sufrido de otro tipo de lesiones a parte de las que normalmente se pueden llegar a ocasionar en la práctica del fútbol, en está sigue predominando el no con un 90% ya que solo dos personas han sufrido de lesiones diferentes. Estos resultados obtenidos se pueden comparar con la encuesta realizada por Sierra (2014) donde el NO predominó y consiguió el mismo porcentaje de nuestra encuesta dejando confirmado que muy pocos deportistas sufren de lesiones diferentes a las ya nombradas. en Pérez (2015) es un poco más evidente la característica de la lesión por desgarro no significativa como para ver un contraste, por el contrario guardan cercanía al encontrarse situadas las lesiones en el tren inferior.

(Ver figura 21)

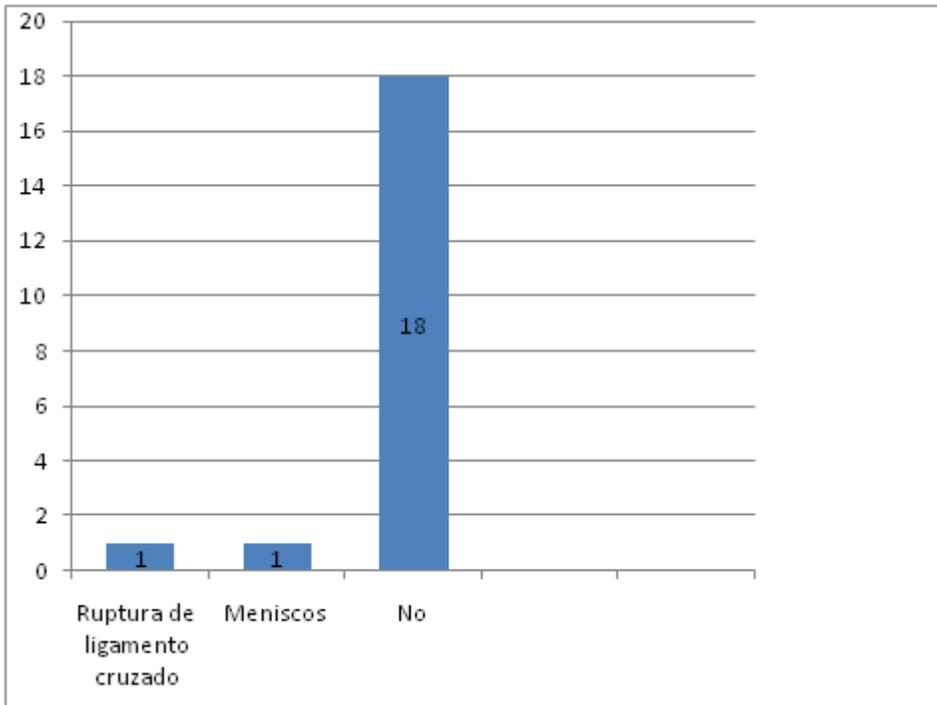


Figura 21. Otras lesiones

En relación a las enfermedades que sufren estos deportistas que puede determinar que la mayor parte de la población está en perfectas condiciones ya que no sufre de ninguna de estas, solo el 10% de los encuestados sufre alguna enfermedad, aunque esta no afecta con la práctica del deporte que actualmente realiza. Si estos resultados se comparan con uno de los antecedentes realizado por Saavedra (2014) se puede observar que predomina la población que no sufre de ningún tipo de enfermedad con 92% de los encuestados.

(Ver figura 22)

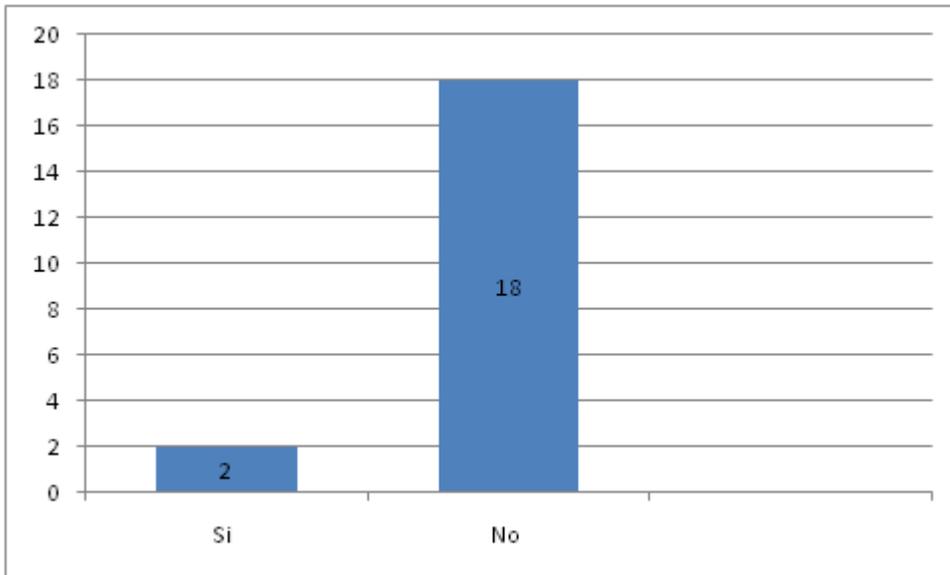


Figura 22. Enfermedades

En la realización del Test de rejilla número 1 nos da como resultado 15 jugadores corresponden al 75% hacen parte de un estado bajo de atención y concentración teniendo entre 0 a 19 aciertos. 15% con 5 jugadores que están en un estado medio obteniendo entre 20 a 30 aciertos. Y ningún deportista está en estado alto de atención y concentración.

En los resultados de los antecedentes que utilizamos como guía para la elaboración de esta investigación se puede evidenciar que el nivel de atención y concentración es igualmente bajo, estando por debajo de 19 aciertos. En la tesis realizada por Saavedra (2014) el grado es preocupante ya que todos los deportistas presentan de acuerdo a esta primer test un nivel bajo pues se obtuvo un mínimo de 2 aciertos y un máximo de 14. en el otro antecedente realizado por Pérez (2015) aunque los resultados fueron un poco más altos su nivel es de igual forma preocupante pues se muestra que el mínimo de aciertos es de 10 y como máximo se llegó a 15, estando todos ellos en nivel bajo en relación con el objetivo de esta rejilla. En la tercera

investigación que realizó Sierra (2014) se evidenció que se superó la primera categoría, ya que 4 de los participantes obtuvieron más de 19 aciertos, llegando hasta un máximo de 26. el resto de los participantes se encuentran en un nivel bajo teniendo como mínimo 4 aciertos.

(Ver figura 23)

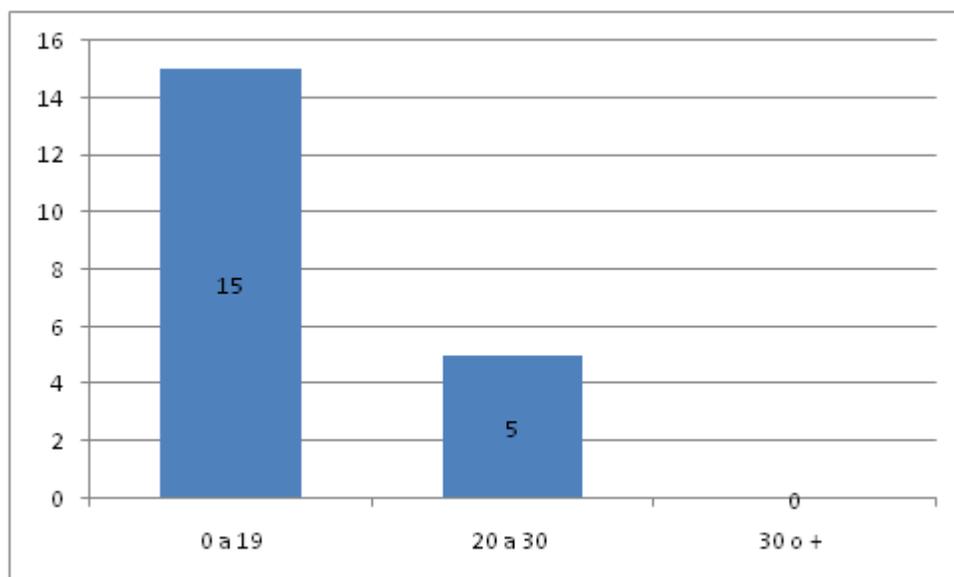


Figura 23. Test #1.

En la realización del Test de rejilla número 2 nos da como resultado 13 jugadores (65%) hacen parte de un estado bajo de atención y concentración teniendo entre 0 a 19 aciertos. 6 jugadores (30%) están en un estado medio obteniendo entre 20 a 30 aciertos. Y 1 deportista (5%) está en estado alto de atención y concentración.

De igual manera se hace la comparación con los resultados obtenidos en los antecedentes donde se evidencian en dos de ellos una pequeña mejoría, pues tres deportistas llegan a obtener el nivel más alto logrando más de 30 aciertos, como se muestra en Pérez (2015) donde una persona obtuvo más de 30 aciertos, el mínimo fue de 5 y el que más predominó fue el nivel medio donde se encuentran 5 personas. En los resultados de la investigación realizada por Sierra (2014)

se evidenció que dos personas llegaron a sobrepasar los 30 aciertos obteniendo uno de ellos 33 y el otro 43. Los niveles de atención preocupan ya que sigue predominando el nivel bajo pues 11 de los 20 encuestados no superaron los 19 aciertos y teniendo como mínimo un número encontrado en el test. En la investigación de la disciplina deportiva de natación no hubo ninguna mejoría respecto al primer test ya que ninguno logró sobrepasar el nivel más bajo, teniendo como mínimo 6 y un máximo de 18 aciertos lo que hizo concluir a la autora la importancia de entrenar la atención en forma secuencial e incluir programas para fortalecer esta habilidad psicológica.

(Ver figura 24)

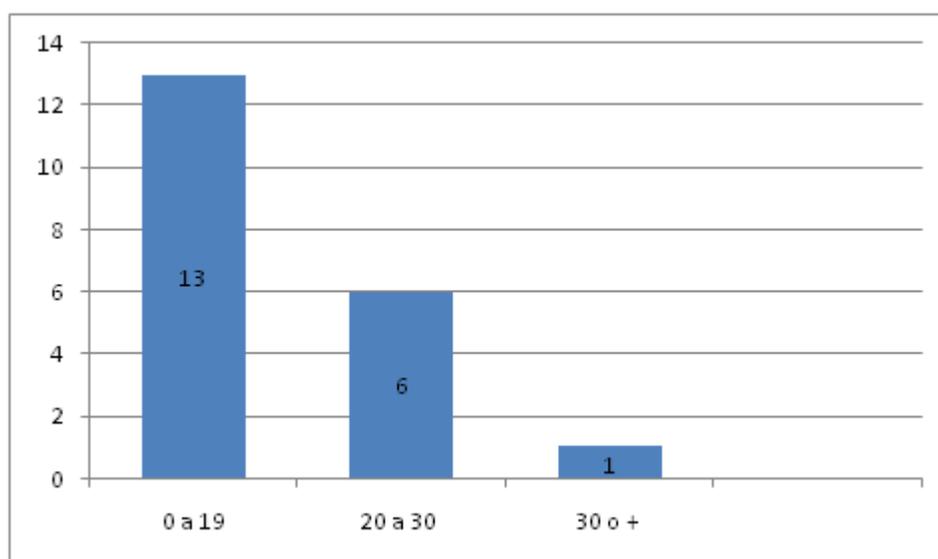


Figura 24. Test #2.

Por último, comparando los resultados de ambas rejillas se puede concluir que hubo una pequeña mejora después del pequeño descanso que se les dio posteriormente de realizar la primera rejilla, al menos obteniendo un deportista que está en nivel alto respecto a lo que media este test que era atención y concentración. Además, por medio de la observación, en el momento de realizar el test adaptado por Núñez una vez que comprenden la mecánica de que los números están en orden según el movimiento del caballo de ajedrez se les hacía mucho más fácil el

encontrar los números pero ya era demasiado tarde pues el tiempo era corto y no alcanzaban a obtener mejores resultados.

6. Conclusiones

Después de analizar los resultados obtenidos en ambas rejillas se llega a la conclusión que la mayor parte de los deportistas se encuentran en un nivel bajo de atención y concentración puesto que según los términos del test para estar en un nivel medio deben alcanzar 20 o más aciertos, por lo cual se confirma lo que el entrenador del equipo evidenciaba desde el principio en este grupo representativo de la Universidad Minuto de Dios sede principal, afectando en el rendimiento deportivo e incidiendo en los resultados obtenidos en las competencias donde se llegó a disputar las fases finales pero sin poder obtener ningún título por distracciones durante estos partidos, reflejando la importancia de implementar ejercicios donde se pueda trabajar y perfeccionar la atención, pues algunos autores indican que la mejor manera de fortalecerla es con el constante uso y práctica de la misma.

Respecto al perfil socio demográfico de los deportistas se pudo observar que los resultados son heterogéneos los cuales no pueden determinar el bajo nivel de atención-concentración en el que se encuentran, por lo cual se concluye que la atención - concentración está sujeta a desarrollarse y a estimularse por medio del entrenamiento y la práctica, sin la necesidad de relacionar el factor socio deportivo y demográfico. Es fundamental disponer de sesiones que entrenen la atención- concentración y que estén inmersas en el plan de trabajo del

deporte específico (fútbol), ya que esto influye positivamente en el rendimiento deportivo de los practicantes y aportaría a su desarrollo personal.

Por tal motivo es indispensable promover métodos y estrategias idóneas, para estimular la atención-concentración en la selección de fútbol masculino de la corporación universitaria minuto de Dios; estas actividades deben responder a los distintos factores que enmarcan la atención - concentración como lo son la amplitud (amplia y reducida) y dirección (interna y externa) así como la relación entre ellas. Ejemplo de externa reducida podría ser el lanzamiento desde el tiro penal situando la atención concentración en un punto en específico dentro del arco, así mismo un ejemplo de externa amplia es en una jugada de superioridad numérica en ofensiva donde se debe enfocar no solo en el balón si no en los jugadores del propio equipo y adversarios, también un ejemplo de interna reducida puede ser en una jugada de balón detenido (tiro libre) situando la atención en cómo colocar correctamente el pie para impactar de una forma ideal, y como último ejemplo la amplia interna que hace mención a una situación en donde situamos la concentración no solo en la técnica sino en el factor emocional, lo que se conoce del deporte (cognitivo). Estos factores se pueden implementar con ejercicios que sean del interés y agrado del deportista, los cuales los mantengan entretenidos evitando distracciones externas, charlas entre compañeros o recochas durante la explicación de actividades específicas. Además, utilizando como estrategia pedagógica la resolución de problemas el cual los obliga a estar enfocados en una tarea determinada fortaleciendo al tiempo habilidades psicológicas.

7. Prospectiva

La presente investigación agregara un aporte pedagógico con lo que relaciona a concientizar al profesor o director técnico para que le de la importancia necesaria a desarrollar y perfeccionar en los deportistas la parte cognitiva y en específico la atención y concentración de ellos. De esta manera en la selección de fútbol se lograrán prácticas enfocadas no solo al trabajo físico, técnico o táctico, también se involucraría las dos partes en las que se evidencia deficiencia, llegando así a un aprendizaje significativo y mejorar estos dos aspectos que son tan trascendentales en situaciones reales de juego, donde permiten cuidar o evitar que marquen gol en la portería propia o mejor aún, anotar al equipo rival, permitiendo lograr victorias en cualquier fase de los torneos interuniversitarios en los que se participa.

A partir de esta investigación se dejan abiertos los espacios para seguir indagando en esta temática tan sustancial en la formación de deportistas de diferentes niveles y ramas, además continuar con la planificación y aplicación de dinámicas o estrategias en las sesiones de entrenamiento para mejorar la parte cognitiva de los jugadores, como se ha expresado a lo largo de la monografía, específicamente en los niveles de atención y concentración, que llegan a ser determinantes en una jugada, clasificando a una ronda eliminatoria o hasta llegar a ser el equipo campeón de un torneo como el de “OUN” y “ASCUN”.

En este orden de ideas el siguiente paso sería realizar planeaciones de sesiones para la selección con una metodología global, donde enmarque el desarrollo y perfeccionamiento de capacidades físicas específicas en el fútbol, técnica individual y colectiva, sistema cognitivo y modelos tácticos defensivos y de ataque. Todos estos ítems desarrollados en una misma práctica y si es posible en un mismo ejercicio como hace referencia al entender lo que se llama un entrenamiento con metodología global en la actualidad. En caso de no lograr el objetivo de mejorar por medio de esta estrategia se propone trabajar con ejercicios enfocados solamente a lo que se quiere. por ejemplo en el caso de la atención y concentración durante las prácticas desarrollar ejercicios precisos para dicho segmento.

En futuras investigaciones similares o iguales a la temática desarrollada actualmente, en el caso de utilizar un alcance descriptivo en el diseño metodológico de la investigación, se recomienda describir más a fondo aquellas problemáticas que radican en la población y muestra que se tenga. En pocas palabras, realizar un estudio más exhaustivo en la vida personal, laboral y académica. Además sería una buena alternativa manejar un test que explique más a fondo en que partes en concreto están fallando los deportistas o a la población que se les aplique. En el caso de utilizar un alcance correlacional se sugiere analizar tres términos, los cuales serían: la atención, la concentración y la motivación. De esta manera concluir si hay relación o no entre estas tres variables y de qué manera afectan o influyen al rendimiento en los deportistas; o por sí lo contrario llegaría a ser una correlación falsa.

8. Referencias bibliográficas

Caicedo C. & Salazar R. (s.f.) Entrenamiento en el mantenimiento de la atención en deportistas de diferentes disciplinas bajo efectos distractores de tipo visual y auditivo y su efectividad en el rendimiento.

Arroyave A. & Agudelo J. (2015). Proceso atencional en relación a capacidades físicas de fuerza explosiva y velocidad en niños de 15 a 16 años, pertenecientes al Club de Fútbol Deportivo Integrados. Trabajo de grado de pregrado de la universidad San Buenaventura.

Morilla M., Gamito, J., Pérez, E., Gómez, Á., Sánchez, J. & Marín, M. (2002). Entrenamiento de la atención y concentración. Una propuesta para fútbol. Revista Digital - Buenos Aires.

Hernández R., Fernández C., & Baptista P. (2010). Metodología de la investigación. *México DF: McGraw-Hill*.

Uniminuto (s.f.) recuperado de (<http://www.uniminuto.edu/-/histor-1?inheritRedirect=true&redirect=%2Fsistema-uniminuto>)

Uniminuto (s.f.) recuperado de <http://www.uniminuto.edu/web/bienestarsp>

Hernández R., Fernández C. & Baptista P. (2014). Metodología de la investigación. *México DF: McGraw-Hill*

Sampieri R., Fernández C., & Baptista, M. (2010). Los enfoques cuantitativo y cualitativo en la investigación científica. *RH Sampieri, Metodología de la investigación*.

Sierra S. (2014). Atención en deportistas del equipo de fútbol de la Universidad de San Buenaventura seccional Medellín, que participa en el torneo universitario de ASCUN deportes. trabajo de grado de pregrado de la universidad San Buenaventura.

Saavedra L. (2014). Atención en los deportistas de medio y alto rendimiento de la disciplina deportiva natación en modalidad de carrera de la Liga de Natación de Antioquia, de sexo masculino y femenino, cuyas edades se encuentren entre los 16 y 30 años. trabajo de grado de pregrado de la universidad San Buenaventura.

González G., Valdivia-Moral P., Cachón J., Zurita F. & Romero O. (2017). Influencia del control del estrés en el rendimiento deportivo: la autoconfianza, la ansiedad y la concentración en deportistas. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (32).

Figueres E. & Olmedo F. (2012). Perfil del técnico de fútbol en escuelas de clubes de primera división en la Comunitat Valenciana/Profile of theFootball Coach in FirstDivision Club Academies in theRegion of Valencia. *Apunts. Educació física i esports*, (108), 35.

González A. y Ramos J. (2006) la atención y sus alteraciones: del cerebro a la conducta, Guadalajara, México: Manual Moderno.

Kelly W. (1982) Psicología de la educación. Milwaukee, Wisconsin, USA: Ediciones Morata.

INTERNO, A., & INTERNO, E. (1998). Concentración de atención: evaluación y entrenamiento de un plantel juvenil de fútbol.

Pérez M. (2014). Atención en las deportistas de la disciplina deportiva de voleibol femenino de la Universidad de San Buenaventura seccional Medellín. Trabajo de grado de pregrado de la universidad San Buenaventura.

Universidad Jorge Tadeo Lozano. (sf) recuperado de:
https://www.escuelaing.edu.co/es/vida_universitaria/bienestar_universitario/universidades_norte

Utadeo (sf) recuperado de:<https://www.utadeo.edu.co/es/link/deportes/83481/grupo-deportivo-universitario-los-cerros>

Hernández J. (2007). Herramientas aplicadas al desarrollo de la concentración en el alto rendimiento deportivo. *Cuadernos de psicología del deporte*, 7(1), 61-70.

Mora J., Zarco J., Mena B. & José M. (2001). Atención-concentración como entrenamiento para la mejora del rendimiento deportivo en jugadores profesionales de fútbol. *Revista de psicología del deporte*, 10(1), 0049-65.

Rodríguez M. & Montoya J. (2006). Entrenamiento en el mantenimiento de la atención en deportistas y su efectividad en el rendimiento. *Acta colombiana de psicología*, 9(1), 99-112.

Albaladejo-Blázquez N. (2008). Psicología Básica. *Psicología Básica*.

Gutiérrez J., Celis B. & Fonseca I. (2017). *Motivación auto-determinada de los adultos mayores que realizan actividad física del grupo Ciudad Jardín Sur* (Doctoral dissertation, Corporación Universitaria Minuto de Dios).

Bruni B. (2013). Motivación en el fútbol.

ANEXOS

ANEXO 1.

Corporación Universitaria Minuto de Dios. Facultad de Educación.

Formato de consentimiento informado para la participación en la investigación.

Investigación: Atención y concentración de los deportistas de la Corporación Universitaria Minuto de Dios

Bogotá 16 de abril de 2018.

Yo _____ identificado con cédula de ciudadanía _____ una vez informado sobre los propósitos, objetivos, procedimientos de intervención y evaluación que se llevaran a cabo en esta investigación y los posibles riesgos que se puede generar de ella, autorizo a los estudiantes David Eduardo López García, Walter Alfonso López Rojas y Jesús Alberto Hurtado Zorro de la Corporación Universitaria Minuto de Dios para la realización de los siguientes procedimientos.

1. Aplicación del Test de la rejilla de Harris & Harris.
2. Aplicación del Test de la rejilla de Harris & Harris adaptada por Núñez Nieto.
3. Instrumento de recolección de datos socio demográficos.
4. Tabulación de los resultados del Test.

Adicionalmente se me informó que:

- Mi participación en esta investigación es completamente libre y voluntaria, estoy en libertad de retirarme de ella en cualquier momento.

- No recibiré beneficio personal de ninguna clase por la participación en este proyecto de investigación.

- Toda la información obtenida y los resultados de la investigación serán tratados confidencialmente. Esta información será archivada en papel y medio electrónico. El archivo del estudio se guardará en la Corporación Universitaria Minuto de Dios bajo la responsabilidad de los investigadores.

- Puesto que toda la información en este proyecto de investigación es llevada al anonimato, los resultados personales no pueden estar disponibles para terceras personas como empleadores, organizaciones gubernamentales, compañías de seguros u otras instituciones educativas.

Hago constar que el presente documento ha sido leído y entendido por mí en su integridad de manera libre y espontánea. _____

Firma

Cédula de ciudadanía No. _____ de _____

Anexo2.

Encuesta

TRABAJO: Atención y concentración en deportistas de la selección de fútbol masculino en la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

Estimado deportista,

La finalidad de esta encuesta es obtener información social, deportiva y de salud; parámetros que apoyan el análisis del nivel de rendimiento deportivo que puedan tener los integrantes del equipo de fútbol de la Corporación Universitaria Minuto de Dios, esto con el fin de complementar el trabajo a realizar a partir del test de atención.

Por favor, lea cada pregunta y llene completamente los espacios en blanco. En las preguntas de selección múltiple marque con una X la respuesta que se acerque a su realidad.

INFORMACIÓN BÁSICA

a) Fecha de nacimiento (día / mes / año): ----- _____

b) Municipio de residencia: _____

c) Localidad en la que vive: _____

d) Estrato Socioeconómico: _____

e) Carrera que estudia: _____

f) Semestre que cursa actualmente _____

g) Trabaja en la actualidad: (1) Si ____ (2) No ____

INFORMACIÓN DEPORTIVA

h) Categoría en la que juega: _____

i) Desde que año pertenece a la Selección de la Universidad _____

j) ¿Cuántos años lleva practicando fútbol en un equipo o escuela de iniciación?

k) ¿Posición en la que juega o desempeña en el campo actualmente?

1) Defensa ___ 2) Volante ___ 3) Delantero ___ 4) Arquero ___

l) ¿Ha jugado en otra posición anteriormente? 1) Si ___ 2) No ___ ¿Cuál? _____

m) ¿Practica o ha practicado otro deporte diferente? 1) Si ___ 2) No ___ ¿Cuál? _____

n) ¿Pierna Dominante? 1) Derecha ___ 2) Izquierda ___ 3) Ambas _____

o) ¿Mano dominante? 1) Derecho ___ 2) Izquierdo ___ 3) Ambas _____

p) ¿Cuántas veces por semana entrena? _____

q) ¿Cuántos minutos por sesión entrena? _____

r) ¿Ha participado en competencias? 1) Si ___ 2) No ___

s) Tipo de Competencias (puede seleccionar varias)

1) Locales ___ 2) Nacionales ___ 3) Internacionales ___

t) ¿Ha sentido episodios de ansiedad o estrés por la práctica deportiva? 1) Si ___ 2) No ___

u) ¿Realiza trabajo de gimnasio? 1) Si ___ 2) No ___ ¿Cuántas horas semanales? ___

v) ¿Toma complementos nutricionales? 1) Si ___ 2) No ___ ¿Cuál? _____

ANTECEDENTES PERSONALES

w) sufre alguna de estas enfermedades: 1) hipertensión ___ 2) diabetes ___ 3) Asma ___ 4) Obesidad ___ 5) Otra, ¿cuál? _____, 6) Ninguna _____

x) Ha sufrido algún trauma óseo-muscular. (Seleccione con la X la opción y especifique la zona del cuerpo)

1) Fracturas ___ Zona: _____

2) Esguinces ___ Zona: _____

3) Tendinitis ___ Zona: _____

4) Desgarres ___ Zona: _____

5) Otra, Otra, ¿cuál? _____

6) Ninguna _____

7) ¿Consume alcohol frecuentemente? 1) Si ___ 2) No _____

8) ¿Es fumador? 1) Si ___ 2) No ___

Observaciones:

MUCHAS GRACIAS.

Anexo 3.

Test de la Rejilla (Harris & Harris 1987)

Instrucciones: Por favor encerrar en un círculo los números en orden ascendente (de menor a mayor) empezando de 00 a 99; para esta tarea usted cuenta con un minuto.

84	27	51	78	59	52	13	85	61	55
28	60	92	04	97	90	31	57	29	33
32	96	65	39	80	77	49	86	18	70
76	87	71	95	98	81	01	46	88	00
48	82	89	47	35	17	10	42	62	34
44	67	93	11	07	43	72	94	69	56
53	79	05	22	54	74	58	14	91	02
06	68	99	75	26	15	41	66	20	40
50	09	64	08	38	30	36	45	83	24
03	73	21	23	16	37	25	19	12	63

MUCHAS GRACIAS.

Anexo 4.

Test de la Rejilla (Harris y Harris, 1987) Adaptado por Núñez Nieto (2009)

Instrucciones: Por favor encerrar en un círculo los números en orden ascendente (de menor a mayor) empezando de 00 a 99; para esta tarea usted cuenta con un minuto.

10	68	38	90	08	94	06	65	98	55
39	84	09	62	81	36	43	71	05	93
54	11	76	37	52	07	88	35	44	61
80	40	58	96	69	42	21	04	83	78
70	85	12	41	20	64	34	67	50	45
15	79	19	28	13	51	03	22	33	75
74	29	14	01	18	31	53	59	46	49
63	16	89	30	27	02	47	32	23	86
92	87	00	17	66	72	57	25	48	77
56	99	82	60	97	26	95	73	91	24

MUCHAS GRACIAS.