

**Universidad Nacional Experimental
de los Llanos Occidentales
"EZEQUIEL ZAMORA"**



LA UNIVERSIDAD QUE SIEMBRA

**VICERRECTORADO
PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
ESTADO BARINAS**

**COORDINACION
ÁREA DE POSTGRADO**

**INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ATLETAS DE
BALONMANO DE CATEGORÍA INFANTIL PARA EL
MEJORAMIENTO DEL RENDIMIENTO DEPORTIVO**

Autor: María Carlota Calderón Hernández
Tutor: Ana Marily Velazco

BARINAS, Diciembre 2019

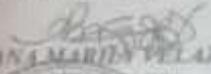
ACTA DE ADMISIÓN

Siendo las 9:00 am del 07 de Octubre del 2021, reunidos en el Programa de Estudios Avanzados, del Vicerrectorado de Planificación y Desarrollo Social de la UNELLEZ, los Profesores: MSc. Ana Marily Velazco (Tutora), MSc. Irwing Acevedo (Jurado Principal - Coordinador UNELLEZ), MSc. Keila Rivas (Jurado principal UNELLEZ), titulares de las Cédulas de Identidad N°: 9.366.959, 18.072.571, 15.828.657, respectivamente, quienes fueron designados por la Comisión Asesora de Estudios Avanzados del Vicerrectorado de Planificación y Desarrollo Social UNELLEZ, según Resolución N° CAEA/2020/91/18 de fecha 29/01/2020, Acta 01 Ordinaria, N° 18, como miembros del Jurado para conocer el contenido del Trabajo de Grado titulado: "INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ATLETAS DE BALONMANO DE CATEGORÍA INFANTIL PARA EL MEJORAMIENTO DEL RENDIMIENTO DEPORTIVO" presentado por la maestrante MARÍA CARLOTA CALDERÓN HERNÁNDEZ titular de la cédula de identidad N° 18.045.198, con el cual aspira obtener el Grado Académico Magister Scientiarum en Ciencias de la Educación Superior Mención: Pedagogía de la Educación Física; quienes decidimos por unanimidad y de acuerdo con lo establecido en el Artículo 31, de la Sección Cuarta de los Trabajos Técnicos, Trabajos Especiales de Grado, Trabajos de Grado y Tesis Doctorales del Reglamento de Estudios de Postgrado de la UNELLEZ, ADMITIR el Trabajo de Grado presentado y fijar la fecha de defensa pública, para el día 11 de Octubre del 2021 a las 11:00 a.m.

Dando fe y en constancia de lo aquí señalado firman:



MSc. IRWING ACEVEDO
C. I. N° 18.072.571
(Jurado Principal - Coordinador UNELLEZ)



MSc. ANA MARILY VELAZCO



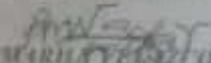

MSc. KEILA RIVAS
C. I. N° 15.828.657
(Jurado Principal UNELLEZ)



ACTA DE VEREDICTO

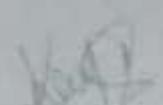
Siendo las 11:00 am del 11 de Octubre del 2021 reunidos en el Programa de Estudios Avanzados, del Vicerrectorado de Planificación y Desarrollo Social de la UNELLEZ, los Profesores: MSc. Ana Marily Velazco (Tutora), MSc. Irwing Acevedo (Jurado Principal - Coordinador UNELLEZ), MSc. Keila Rivas (Jurado principal UNELLEZ), titulares de las Cédulas de Identidad N°: 9.366.959, 18.072.571, 15.828.657, respectivamente, quienes fueron designados por la Comisión Asesora de Estudios Avanzados del Vicerrectorado de Planificación y Desarrollo Social UNELLEZ, según Resolución N° CAEA/2020/01/18 de fecha 29/01/2020, Acta 01 Ordinaria, N° 18, como miembros del Jurado para conocer el contenido del Trabajo de Grado titulado: "INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ATLETAS DE BALONMANO DE CATEGORÍA INFANTIL PARA EL MEJORAMIENTO DEL RENDIMIENTO DEPORTIVO" presentado por la maestrante MARÍA CARLOTA CALDERÓN HERNÁNDEZ titular de la cédula de identidad N° 18.045.198, con el cual aspira obtener el Grado Académico Magister Scientiarum en Ciencias de la Educación Superior Mención: Pedagogía de la Educación Física, procedimos a dar apertura y a presenciar la sustentación de dicho trabajo por su ponente. Con una duración de treinta (30) minutos. Posteriormente, el participante respondió a las preguntas formuladas por el jurado y defendió sus opiniones. Completadas todas las fases de la defensa, el jurado después de sus deliberaciones por unanimidad, acordó **APROBAR** el Trabajo de Grado aquí señalado.

Dando fe y en constancia de lo aquí señalado firman:


 MSc. ANA MARILY VELAZCO
 C.I. N° 9.366.959
 TUTORA


 MSc. IRWING ACEVEDO
 C.I. N° 18.072.571
 (Jurado Principal - Coordinador UNELLEZ)




 MSc. KEILA RIVAS
 C.I. N° 15.828.657
 (Jurado Principal UNELLEZ)

**Universidad Nacional Experimental
de los Llanos Occidentales
“EZEQUIEL ZAMORA”**



La Universidad que siembra

**Vicerrectorado
Planificación y Desarrollo Social
Estado Barinas
Coordinación del Área de Postgrado
Postgrado Pedagogía De La
Enseñanza de la Educación Física**

**INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ATLETAS DE
BALONMANO DE CATEGORÍA INFANTIL PARA EL
MEJORAMIENTO DEL RENDIMIENTO DEPORTIVO**

**Requisito parcial para optar al grado de *Magister Scientiarum* Educación
Mención Pedagogía de la Enseñanza de la Educación Física**

AUTOR:

MARÍA, C. CALDERÓN H.

C.I: V.- 18045198

TUTORA:

ANA VELAZCO

BARINAS, DICIEMBRE 2019



UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL DE LOS LLANOS
OCCIDENTALES "EZEQUIEL ZAMORA"
VICERRECTORADO DE PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
PROGRAMA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
MENCIÓN PEDAGOGÍA DE LA ENSEÑANZA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

AUTORIZACIÓN DEL TUTOR

Yo **ANA MARILY VELAZCO MOLINA**, cédula de identidad N° V- 9366959, hago constar que he leído el Trabajo de Grado titulado: Inteligencia Emocional En Atletas De Balonmano De Categoría Infantil Para El Mejoramiento Del Rendimiento Deportivo, presentado por la ciudadana **MARÍA CARLOTA CALDERÓN HERNÁNDEZ**, titular de la cedula de identidad V-18045198 para optar al Grado académico de la **MAESTRÍA EN EDUCACIÓN MENCIÓN PEDAGOGÍA DE LA ENSEÑANZA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA** por medio de la presente certifico que he leído el Trabajo y considero que reúne las condiciones necesarias para ser defendido y evaluado por el jurado examinador que se designe.

En la ciudad de Barinas a los cinco días del mes de diciembre del año 2019.

Nombre y Apellido del Tutor: Ana Marily Velazco Molina

ANA M. VELAZCO
CI V-: 9366959

Fecha de entrega: _____

DEDICATORIA

En primer lugar a Dios, por guiarme por el camino del conocimiento aprendiendo los valores de entrega, calma, respeto y amor al prójimo lo que me ayudó a concluir con este estudio y cumplir con mis metas.

A mi padre *Rogelio Calderón* mi ángel guardián que desde el cielo me apoya y me acompaña, pues sus consejos a pesar de sus 13 años de haber partido todavía surte efecto en mis actos.

A mi hijo *Orlando Josué*, por ser la más grande bendición de mi vida, mi motor para el emprendimiento, espero que mis logros le sirvan de ejemplo.

A mi madre que siempre ora por mí para que este bien y cumpla con mis metas, y todo aquello que me hace feliz. Te amo madre.

A mi tía Ana por sus consejos, por ser una excelente amiga y por ayudarme en lo que fuere posible para llegar hasta acá.

A mi tío por el apoyo emocional, moral, espiritual que me ha hecho ver que no hay imposibles desde su filosofía querer es poder.

A mi amiga y compañera de la Maestría *Leidy Jaimez* por estar siempre dispuesta a ayudar y colaborar durante todo el trayecto de la escolaridad.

María Carlota Calderón Hernández

AGRADECIMIENTO

Primeramente a Dios padre todopoderoso por la vida y las oportunidades que me brinda, a nuestro Señor Jesucristo por su inmenso amor y a mi madre celestial La Virgen María por su oración constante para que Dios me proteja.

Expreso de todo corazón el más grande agradecimiento a la ilustre Universidad Nacional Experimental de los Llanos Occidentales Ezequiel Zamora [UNELLEZ] sobre todo a la coordinación del Área de Postgrado de la maestría en “pedagogía de la enseñanza de la educación física” pues, en ella aprendí no sólo lecciones en sus aulas, sino muchas humanas en el convivir con mis compañeros y educadores.

Un agradecimiento grande para mi tutora la profesora Magister Ana Marily Velazco quien con su sabiduría me guio en todo momento, sin descanso, mil gracias por ayudarme a vencer los obstáculos, que se me presentaron en todos los aspectos

A mis Hermanos, Roger, Fanny y Rosyry. A mi madre Cora Hernández, quienes con su apoyo incondicional, cuidándome y que siempre están pendientes de mi, de mi porvenir como persona, han contribuido con mi felicidad plena. Los amo.

En fin, muchas gracias a cada uno de mis compañeros de la maestría por haberse cruzado en mi vida para llenarla de pura buena vibra. Un abrazo enorme para todos

María Carlota Calderón Hernández

ÍNDICE

	Pp.
LISTA DE TABLAS Y GRÁFICOS	viii
RESUMEN.....	x
INTRODUCCIÓN.....	01
CAPITULO I	
EL PROBLEMA.....	03
Planteamiento del problema.....	03
Objetivos De Estudio.....	07
General.....	07
Específicos.....	07
Justificación.....	07
CAPITULO II	
MARCO TEÓRICO.....	9
Antecedentes de la investigación.....	9
Bases Teóricas.....	14
Teorías que sustentan el estudio.....	14
Inteligencia emocional.....	16
Balonmano.....	17
Categoría Deportiva infantil.....	18
Rendimiento Deportivo.....	19
Aptitudes o Habilidades de la inteligencia	20
Aptitud Personal.....	20
Autoconciencia.....	21
Autorregulación.....	22
Automotivación.....	23
Autoconfianza.....	24
Aptitud Social.....	22
Empatía.....	23

Comunicación Asertiva.....	24
Liderazgo.....	25
Trabajo de Equipo.....	26
Cooperación.....	27
Bases Legales.....	30
Operacionalización de las variables.....	32
CAPÍTULO III	
MARCO METODOLÓGICO.....	33
Naturaleza de la Investigación.....	33
Tipo de investigación.....	34
Diseño de la Investigación.....	35
Población y Muestra.....	35
Técnica e Instrumentos de Recolección de Datos.....	36
Validez del instrumento.....	36
Confiabilidad del instrumento.....	38
CAPÍTULO IV	40
PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS.....	40
CAPÍTULO V	
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	52
Conclusiones.....	52
Recomendaciones.....	53
REFERENCIAS.....	72
ANEXOS	76

ÍNDICE DE CUADROS

N.	Pp.
01 Operacionalizaciones de la Variable.....	32
02 Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud personal del indicador Autoconciencia.....	41
03 Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud personal del indicador Autorregulación.....	42
04 Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud personal del indicador automotivación.....	43
05 Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud personal del indicador autoconfianza.....	44
06 Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud social del indicador empatía.....	45
07 Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud social del indicador comunicación.....	47
08 Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud social del indicador liderazgo.....	48
09 Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud social del indicador trabajo en equipo	49
10 Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud social del indicador Cooperación	50

ÍNDICE DE GRÁFICOS:

N.	Pp.
01 Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud personal del indicador Autoconciencia.....	41
02 Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud personal del indicador Autorregulación.....	42
03 Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud personal del indicador automotivación.....	43
04 Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud personal del indicador autoconfianza.....	44
05 Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud social del indicador empatía.....	46
06 Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud social del indicador comunicación.....	47
07 Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud social del indicador liderazgo.....	48
08 Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud social del indicador trabajo en equipo	49
09 Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud social del indicador Cooperación.....	51



UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL DE LOS LLANOS
OCCIDENTALES "EZEQUIEL ZAMORA"
VICERRECTORADO DE PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
PROGRAMA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
MENCIÓN PEDAGOGÍA DE LA ENSEÑANZA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

Inteligencia Emocional En Atletas De Balonmano De Categoría Infantil Para El Mejoramiento Del Rendimiento Deportivo

AUTORA: María Carlota Calderón Hernández

TUTOR: MSC. Ana Marily Velazco Molina

AÑO: 2019

RESUMEN

El estudio tiene como objetivo analizar la inteligencia emocional en atletas de balonmano de categoría infantil de la escuela básica "Alberto Arvelo Torrealba" municipio Antonio José de Sucre" Estado Barinas para el mejoramiento del rendimiento deportivo. Se apoyó en una investigación cuantitativa de campo de naturaleza descriptiva y diseño no experimental, transaccional. De modalidad proyectiva. Para la recolección de datos se aplicó un instrumento tipo cuestionario de dieciséis (16) ítems con tres alternativas de respuestas DA: De Acuerdo I: Indeciso ED: En Desacuerdo. El instrumento fue sometido a la técnica Juicio de expertos, para confirmar su validez interna en tanto que para determinar su confiabilidad se aplicó una prueba piloto la cual se analizó a través del coeficiente de Alfa Cronbach el cual arrojó una confiabilidad de $r_{tt} 0,81$ considerada de magnitud muy alta. La presentación, análisis e interpretación de los resultados se aplicó el método estadístico fundamental, lo que originó la presentación en cuadros de distribuciones de frecuencias, además de sus índices porcentuales, respectivos, contentivos de gráficos de circulares correspondientes a cada ítem. Los resultados permitieron concluir que existe baja presencia de aptitudes personales en los sujetos de estudio, puesto que carecen de autoconciencia, autorregulación Automotivación y autoconfianza. Por otra parte también se comprobó que en atletas de balonmano estudiados existe poca presencia de las habilidades sociales debido a que solo algunas veces son empáticos se comunican asertivamente, trabajan en equipo o cooperan de manera adecuada

Descriptor: Inteligencia emocional, Balonmano, Categoría Infantil, Rendimiento Deportivo

INTRODUCCIÓN

La inteligencia emocional ayuda a gestionar las satisfacciones y fracasos de manera adecuada para que atletas de balonmano fortalezca el rendimiento deportivo puesto que, de la misma forma que se entrenan los aspectos físicos, tácticos y técnicos también se pueden desarrollar la empatía, la comunicación, el liderazgo, el trabajo de equipo y la cooperación características vinculada con la inteligencia emocional pues, de alguna manera al trabajar la emocionalidad se potencian las aptitudes personales y sociales en su conjunto, con lo cual supone una mejora en las capacidades deportivas .

Bajo esta premisa, al hablar de inteligencia, es describir una facultad especial que le puede otorgar a los atletas de balonmano cierto manejo conjunto de las aptitudes personales relacionadas con el control del pensamiento, la voluntad de obrar, la conciencia y de la individualidad, así como también los medios para que fortalezcan las aptitudes sociales en función de atender las necesidades individuales y colectivas, porque la inteligencia emocional es el arte de desarrollar la capacidad de responder de la mejor manera posible a las exigencias que el mundo deportivo les presenta.

Por otra parte, en lo que se refiere al rendimiento deportivo, por lo tanto, está vinculado a los logros que consiguen o que pueden conseguir los deportistas en este caso de investigación los atletas de balonmano, para estar en condiciones de utilizar sus aptitudes deportivas al máximo puesto que estos jugadores deben solventar y ejecutar en el campo deportivo decisiones adecuadas y concisas en décimas de segundo por lo que la preparación emocional del atleta resulta vital para obtener su máximo rendimiento, sostenerlo y con ello determinar la diferencia en la competición del éxito o el fracaso.

Con respecto a lo anterior, la inteligencia emocional además de permitir a los atletas de balón mano tomar conciencia de las emociones y utilizar con eficacia la capacidad de autoconciencia, autorregulación, automotivación y autoconfianza, les proporcionará una mayor competencia para trabajar en equipo, empatizar con todo el entorno que les rodea, tolerar las presiones y frustraciones provocadas por el estrés de

la competición y les ofrece considerables posibilidades de crecimiento en aptitudes personales y sociales. De que sea de vital trascendencia incrementar el control de la emociones para el fortalecimiento del rendimiento deportivo.

Basado en los señalamientos anteriores, este estudio pretende analizar la inteligencia emocional en atletas de balonmano de categoría infantil para el mejoramiento del rendimiento deportivo. El mismo esta insertado en una investigación cuantitativa de campo, de naturaleza descriptiva, de modalidad proyectiva de diseño no experimental, transaccional.

Esta investigación se estructura de la siguiente manera: capítulo I, contenido del planteamiento y formulación del problema, objetivos, justificación. Capítulo II, presenta los antecedentes de la investigación, bases teóricas. El capítulo III, está conformado por el marco metodológico, atendiendo al tipo y diseño de investigación, población y muestra, variable de estudio, técnicas e instrumentos, validez y confiabilidad, tratamiento estadístico y procedimientos de la investigación.

De la misma forma se presenta el capítulo IV, corresponde a la presentación, análisis e interpretación de los resultados. Capítulo V presenta las conclusiones y recomendaciones. Finalmente se cierra la investigación con referencias y los anexos.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

Planteamiento Del Problema

Actualmente es de gran importancia y utilidad la numerosa información que surge con respecto al tema de las emociones y el rol que juega en el diario vivir, debido a esto surge el concepto de inteligencia emocional, pues, el afecto, las emociones, los estados de ánimo forman parte de ser humano. En este contexto, se pueden llegar a controlar emociones cuando se aprende a desarrollar la inteligencia emocional, sobre todo, cuando se está en situaciones de miedo, presión, estrés o ansiedad, como lo exige el ambiente deportivo a nivel competitivo.

En este mismo sentido, surge como prioridad atender a los atletas de balonmano de categoría infantil con respecto a la inteligencia emocional y de esta manera lograr el mejoramiento del rendimiento deportivo, debido a que, al superar su nivel de competencia emocional obtienen la capacidad de controlar el estrés, ganan concentración, y acrecientan la confianza, lo que permite aumentar la comunicación y facilita la relación interpersonal dentro del equipo.

Todo lo anterior se respalda en lo indicado por Goleman (2013) sobre la inteligencia emocional, el cual la detalla como: "...la habilidad de comprender emociones y conducirlas, de tal manera podamos utilizarlas para guiar nuestra conducta y nuestros procesos de pensamiento, para producir mejores resultados, es decir es la vinculación entre la actitud personal y la actitud social (p. 59) efectivamente, es la relación de las emociones al elemento psico-fisiológico, exigiendo una adaptación de acuerdo con la situación a la que se enfrente.

Partiendo de este principio, la inteligencia emocional permite a un individuo la capacidad de valorar adecuadamente, no solo el ambiente en que se está desarrollando el evento que exige del manejo de la inteligencia emocional, sino también, el catalogar tanto a las personas que interactúan con él, como así mismo. Lo antes expuesto permite reconocer la importancia de la inteligencia emocional como factor

indispensable para el incremento del rendimiento deportivo de los atletas de balonmano de categoría infantil, debido al aporte positivo en el control emocional que permite, nivel de competencia, visualización clara de los objetivos, equilibrar los valores deportivos y personales.

Igualmente, en la práctica de disciplinas deportivas, tal como el balonmano que amerita de contacto físico, los atletas deben mantener un equilibrio emocional estable que garantice un buen rendimiento deportivo, puesto que, según Dietrich (2011) puntualiza: "...el rendimiento deportivo como la capacidad que tiene un deportista de poner en marcha todos sus recursos bajo unas condiciones determinadas." (p. 65) es por esta razón la importancia de aprender la inteligencia emocional por atletas de balonmano categoría infantil, que permita una relación armónica con el equipo.

Ciertamente, la inteligencia emocional según García (2013) se va adquiriendo desde muy pequeños, y los adultos forman parte de las características propias que los niños adquieren para su formar su personalidad, es por ello que los adultos deben ser ejemplo coherente, debido a que, de acuerdo con Mosston (2010): "...dentro de esta categoría infantil se sitúan los jugadores de balonmano de 12 a 13 años que participan en campeonatos y ligas deportivas" (p. 31), por lo que cabe resaltar el desarrollo de la inteligencia emocional como factor importante en la categoría infantil de los atletas de balonmano, debiéndose a ella el alcance de objetivos comunes como equipo, además de identificar con claridad las habilidades y destrezas individuales.

Por otra parte, según Buceta (2013), considerable número de atletas, mas aun de equipos infantiles y juveniles, suelen recargarse de estrés y ansiedad dentro del tiempo de competencia, por escasas de inteligencia emocional, lo que empeora el estado físico y psicológico, comienzan a cometer errores, demuestran poca coordinación, dejándose envolver por el negativismo y la frustración, llevándolos al termino de ser más próximos a tener lesiones, así lo explica Ucha (2016) al referirse a la frecuencia con que se ven a los atletas de cualquier disciplina deportiva cuando los resultados no son los esperados:

... hundirse en el dolor, la autocompasión, las culpas mutuas entre los jugadores, el descontrol ante el entrenador y asesores, vergüenza frente a

los fanáticos, abandono del campo deportivo, además de una gran cantidad de emociones incontrolable dañan y que terminan con la auto confianza y la seguridad (p. 102)

En relación a lo expuesto se deduce que los atletas de balonmano de categoría infantil desconocen el manejo de las emociones ante la presión de una competencia, por tanto, ante situaciones de llegar a perder, estarían predispuestos ante cualquier signo de estrés y frustración, lo que disminuye la prudencia, la cordura y la calma, siendo estos elementos importantes tanto en la victoria como en la derrota, apartando la posibilidad de obtener lecciones que puedan llegar a engrandecer su potencial deportivo.

Asociado con lo antes expuesto, Dietrich (ob. cit.) muchos de los niños que practican el balonmano, suelen enojarse con facilidad al ver que el equipo contrario anota un punto antes que ellos, se entristecen al ver su actitud triunfalista, trayendo como consecuencia afectar negativamente a cada miembro del equipo, con una actitud carente de equilibrio emocional, puesto que no son capaces de controlar las emociones y estallan luego de privarse de expresar sus sentimientos.

Actitudes como las antes expuestas, se reflejan en los atletas de balonmano categoría infantil de la escuela básica “Alberto Arvelo Torrealba”, del municipio Antonio José de Sucre del estado Barinas, siendo la autora docente de la institución y observadora de los entrenamientos del especialista en la disciplina, percibe que muchos de los atletas de este equipo de 11 y 12 años cuando participan en campeonatos y empieza a agotarse el tiempo de juego, llevan menos goles ya sea en el primer tiempo o peor aun en el segundo, empieza el descontrol de sus emociones, actuando con rebeldía, algunas veces con violencia, discuten con el árbitro y el entrenador, la mayoría de las veces con sus propios compañeros, perjudicando la estabilidad del equipo.

Igualmente, se observa que en el balonmano, los atletas mantienen por la exigencia de la disciplina deportiva contacto físico brusco, lo que hace que en momentos de tensión, frustración o angustia, sean más susceptibles a descontrolarse. Por otra parte, los atletas han querido sobresalir de manera individual queriendo

opacar a sus demás compañeros haciendo decaer el desempeño colectivo, esta actitud se deriva de la desconcentración, de la desconfianza en el equipo en momentos de presión, creyendo que solo puede salvar el partido, lo que lleva a la improvisación.

De conformidad con lo antes señalado, es preciso meditar que estas características en el comportamiento al encontrarse en desventaja, pueden presentarse por diversas causas, una de ellas puede derivarse en la carencia de inteligencia emocional como componente para el mejor desempeño deportivo, porque de una u otra manera su actitud incurre desfavorablemente debido al poco desarrollo de autoconfianza, automotivación y autoconciencia. Es conveniente también resaltar que se perjudica su comportamiento social por la escasez de valores en la convivencia y la práctica en equipo.

En consecuencia con lo antes expuesto, deja a la vista los niveles de satisfacción muy bajos en los atletas de balonmano de la categoría infantil, puesto que al ser insuficiente la inteligencia emocional, se hace más notoria la falta de confianza en sí mismos, lo que genera bajo rendimiento deportivo, también acarrea con un conjunto de emociones negativas, estos aspectos juntos, ponen en riesgo la carrera de un deportista. Aunado a esto, las emociones negativas, se apoderarán de los atletas y más aun, si en cada encuentro se generan resultados en contra de las aspiraciones del equipo, convirtiéndose en un factor que influye decisivamente en el rendimiento deportivo del atleta, tanto así, que llega a perder la confianza en sí mismo y llega a renunciar a sus aspiraciones como deportista.

En lo que respecta a los planteamientos anteriores, la autora de la investigación presente, propone el diseño de un manual de orientación cognitivo conductual, como alternativa de solución viable. Es por esta razón en la formulación del problema se plantea la siguiente interrogante: ¿Cómo es inteligencia emocional de los atletas de la categoría infantil de la escuela básica “Alberto Arvelo Torrealba”, municipio Antonio José de Sucre del estado Barina para el mejoramiento del rendimiento deportivo? Esta interrogante se esquematiza con las siguientes preguntas:

¿Cuáles actitudes personales y sociales poseen los atletas de balonmano de la categoría infantil de la escuela básica “Alberto Arvelo Torrealba” sujetos a estudio?

¿Qué actitudes sociales poseen los atletas de balonmano de la categoría infantil de la escuela básica “Alberto Arvelo Torrealba” sujetos a estudio? ¿Qué orientaciones se le podrían facilitar los atletas de balonmano de categoría infantil para el mejoramiento de su desempeño deportivo?

Objetivos de la Investigación

General

Analizar la inteligencia emocional en atletas de balonmano de categoría infantil de la escuela básica “Alberto Arvelo Torrealba” municipio Antonio José de Sucre” Estado Barinas para el mejoramiento del rendimiento deportivo

Específicos

Describir la actitud personal de los atletas de balonmano de categoría infantil de la escuela básica “Alberto Arvelo Torrealba” sujetos a estudio, características de su inteligencia emocional que emplean en su rendimiento deportivo.

Categorizar la actitud social de los atletas de balonmano de categoría infantil de la escuela básica “Alberto Arvelo Torrealba” sujetos a estudio, características de su inteligencia emocional que emplean en su rendimiento deportivo.

Establecer orientaciones deportivas a los atletas de balonmano de categoría infantil de la escuela básica “Alberto Arvelo Torrealba” municipio Antonio José de Sucre” Estado Barinas para el desarrollo de la inteligencia emocional en el fortalecimiento del rendimiento deportivo.

Justificación

Se define la inteligencia emocional como la habilidad del manejo de los sentimientos en determinadas situaciones, que exigen del control de los mismos, por ello, es preciso el aprendizaje de la inteligencia emocional, como base fundamental en el fortalecimiento y mejoramiento de las habilidades y destrezas físicas de los atletas de balonmano de categoría infantil, esto, debido al manejo adecuado de las emociones, ocupando sus pensamientos en lograr las metas sin desconcentrarse,

desarrollando sus habilidades, su rendimiento físico y la resistencia de una manera efectiva y positiva para el bien colectivo.

Es por esta razón que se justifica la inteligencia emocional con teorías relacionadas, acentuándola como un factor primordial en el mejoramiento del rendimiento deportivo de atletas de balonmano, de igual manera, estas teorías ofrecen el fortalecimiento de los conocimientos de este fenómeno con la finalidad de crear reflexión y discusión académica sobre la razón existente, relacionarla con los resultados y así poder relacionarla con los resultados obtenidos y lograr contribuir positivamente en la comunidad estudiada.

En lo que respecta el procedimiento metodológico, aportará el diseño de un instrumento que sigue las instrucciones del método científico en el proceso de validación y confiabilidad, lo que permite darle veracidad y fortalece la consolidación de la disciplina y en la complejidad del pensamiento dentro de la gestión del conocimiento, puesto que los datos resultantes se convierten en ayuda para estudios futuros en lo que respecta a la inteligencia emocional, debido al aporte de este elemento fundamental que puede llegar a trascender a deportistas de alto nivel.

Es importante acotar que, en el aspecto práctico, con el estudio se tiene como meta examinar y crear acciones que permita el reforzamiento en los atletas de balonmano de categoría infantil como factor en el mejoramiento del rendimiento deportivo, ya que es necesaria la comprensión y regulación de sus emociones tanto en el ámbito deportivo, como en el diario vivir.

Esta investigación se enmarca dentro de las líneas de investigación de La Universidad Nacional Experimental de Los Llanos Occidentales Ezequiel Zamora, en el campo educacional, que se refiere en el área de deporte en la línea de desarrollo deportivo y ciencias aplicadas.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

Para sustentar esta investigación se resaltan diversos referentes teóricos en el desarrollo del tema objeto de estudio en los que se sustenta esta investigación, lo que permite organizar de manera pertinente la interpretación de resultados y finalmente la formulación de conclusiones. Esto implica que en un orden específico se presentan los antecedentes, seguido de las bases teóricas, y por último las teorías que complementan el estudio. Lo que respecta a los antecedentes, es la realizar una revisión bibliográfica minuciosa de investigaciones previas que se involucran de manera directa o indirecta a la investigación, y que contribuyen a esta con referencias fundamentales para este estudio, dentro de ellos se destacan los siguientes:

En primer lugar tenemos a Dos Santos (2017), su investigación está basada en la aplicación del Cuestionario Psicológico De Rendimiento Deportivo (CPRD) para hacer un análisis del valor inteligencias emocional en las características psicológicas del fútbol femenino categoría sub 17 ANFP- Chile de Gimeno y Buceta (2001), el cual mide las siguientes variables: control de estrés, influencia de la evaluación, habilidad mental, cohesión de equipo, y motivación vinculados con la inteligencia emocional. Esta investigación es descriptiva puesto que detalla las características individuales de un grupo de sujetos en un determinado momento.

Esta investigación es de tipo no experimental pues las variables dependientes no se manipularon y se observan los fenómenos tal como son en el momento de la medición. La medición se realizó a jugadoras Sub 17 pertenecientes a las divisiones menores de la Asociación Nacional De Fútbol Profesional, en adelante ANFP, con edades entre los 14 y 16 años, en los años 2010 y 2013. Este grupo incorpora a las Seleccionadas Nacionales Del Futbol Femenino Sub 17.

El instrumento utilizado es el cuestionario “Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo” (C.P.R.D.). Constituido por 55 preguntas con alternativas de respuesta en escala likert, a él se adjunta una anamnesis de datos generales de la jugadora, así como una carta de presentación para dicho

cuestionario. Se comprobó estadísticamente que existe una diferencia en los niveles de las variables de control de estrés desde la inteligencia emocional y evaluación del rendimiento a favor del grupo de seleccionadas en contra del grupo de las jugadoras no pertenecientes a la selección nacional. En este sentido el aporte dado por esta investigación es demuestra que la inteligencia emocional favorece los aspecto individuales y sociales de atleta.

De igual manera, León (2016) en Gran Canarias, por la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria realizó un estudio con probar un modelo que integre factores emocionales y motivacionales, en concreto, la atención, la claridad y la reparación emocional como factores emocionales (Salovey et al., 1995; Ghorbani et al., 2002) y la percepción del clima motivacional, la orientación a la tarea y la motivación intrínseca como factores motivacionales (deCharms, 1968; Duda et al., 1995). Se desarrolla, bajo la modalidad de investigación de campo, de tipo lógico, estadístico con este método se pretende conocer a profundidad los problemas.

La población estuvo conformada por un total 399 deportistas, 281 hombres y 118 mujeres, que practicaban diferentes deportes (fútbol, baloncesto, voleibol y balon- mano). La media de edad de los participantes fue de 21.33 años (DT = 5.53) y el rango de edad se situó entre 14 y 40 años. Se concluyó en que como características del medio familiar predominaron las familias la inteligencia emocional percibida fue evaluada a través de la versión española (Fernández-Berrocal et al., 2004) TMMS de Salovey et al., (1995), que fue administrada a todos los deportistas. La escala está formada por tres subescalas de ocho ítems cada una. Este estudio es importante para la investigación porque demostró que la inteligencia emocional trae consecuencias positivas que se asocian con el rendimiento deportivo de los atletas del deporte.

Asimismo, Martín de Benito (2013) quien realizó una investigación en España con el fin de de realizar un análisis de un Modelo Estructural de Inteligencia Emocional y Motivación Autodeterminada en el Deporte. El estudio consistió en un proyecto factible apoyado en una investigación correlacional, con un diseño no experimental de campo. En el estudio participaron un total de 327 estudiantes de Educación Secundaria de varios institutos públicos de Valencia, con edades

comprendidas entre 12 y 20 años. 183 de ellos eran varones y 144 mujeres. Del total de la muestra, 150 alumnos practicaban Deporte extraescolar, de los cuales 66 practicaban Deportes individuales (31 chicas y 35 chicos) y 84 Deportes colectivos (16 chicas y 68 chicos), mientras que 177 (97 chicas y 80 chicos) no lo practicaban y por tanto solo realizaban Educación Física en el instituto. Fueron representados 29 Deportes diferentes, sin incluir las clases de Educación Física como Deporte. En investigación la Inteligencia Emocional fue medida por el instrumento Brief Emotional Intelligence Scale (BEIS-10) por Davies et al. (2010).

Se realizó un análisis correlacional (r de Pearson) entre las variables de estudio, incluyendo las puntuaciones en las subescalas o dimensiones de la Satisfacción de Necesidades en el Deporte y Motivación Autodeterminada. Este estudio es determinante para la investigación porque concluyo que los alumnos que practican Deportes colectivos, tienen mayores niveles de Inteligencia Emocional que los alumnos que sólo realizan Educación Física en el instituto y viceversa.

Igualmente, Martínez (2012) Valladolid España, la investigación estuvo dirigida a describir la inteligencia emocional y rendimiento deportivo en el fútbol femenino de alta competición. El diseño del estudio es transversal correlacional. Se han realizado medidas de diferentes variables de interés en un momento puntual y no se han producido manipulaciones de ninguna variable independiente. La investigación es de carácter observacional, debido a que el objetivo reside en la medición de las diferentes variables que configuran el estudio y no se produce una intervención sobre las mismas.

Asimismo, también presenta un carácter descriptivo al intentar describir la situación que se produce en el grupo de análisis a investigación que se lleva a cabo no es experimental, debido a que no se produce una manipulación de las variables independientes, los efectos ya se han producido a lo largo de la temporada y el grupo de estudio se encuentra formado antes del comienzo de la investigación. Todos los instrumentos empleados se encuentran validados y han sido seleccionados por su extendido uso para el análisis de las variables seleccionadas. Las escalas de los mismos han demostrado unas adecuadas propiedades psicométricas en estudios

previos.

Este estudio es de relevancia porque entre los resultados más importantes, destaca que a través de las variables clima motivacional orientado hacia la tarea y claridad emocional se explica un importante porcentaje del rendimiento deportivo medido tanto por los minutos jugados como mediante la valoración subjetiva de los entrenadores.

También, Sandoval (2010) en Mérida, presentó una investigación con el objetivo es elaborar un test que aproveche el contenido del Perfil Interactivo de Estados de ánimo en el Deporte (PIED) (McNair, 1971) aunque reduciendo el número de sus ítems; incorpore procedimientos cualitativos, nuevos criterios interpretativos y una forma de aplicación que responda a las exigencias del proceso de preparación.

Se realizaron cinco investigaciones: una exploratoria con 120 atletas del estado Mérida en cuatro deportes; la elaboración del instrumento; el estudio tiene muestra representativa de 322 atletas de 22 deportes; una comprobación de la capacidad discriminativa, utilidad y eficiencia en 42 atletas de Taekwondo; una propuesta final, comprobada en 43 esgrimistas y una encuesta a los psicólogos que emplean el nuevo test en calidad de usuarios. Se empleó los métodos de análisis y síntesis e inducción y deducción. Los datos fueron analizados en SPSS 15.0 para Windows mediante técnicas de análisis de ítems, análisis factorial, fiabilidad mediante consistencia interna, y pruebas t de diferencia de Medias.

Los aportes de este estudio están el hecho de que los deportista que se manejan con inteligencia emocional tiene mayor tolerancia a la frustración, al fracaso, resolución de conflictos, recursos de afrontamiento superiores, posibilitando disminuir las presiones, ansiedades, miedos, que tienden a influir en el rendimiento y el bienestar psicológico que les ayuda a realizar un rendimiento deportivo óptimo.

Del mismo modo, Zambrano (2018), realizó un estudio en Barinas con el fin de establecer la relación que existe entre inteligencia emocional y rendimiento deportivo de los alumnos de 4to y 5to año de media general del Liceo Bolivariano “Socopó”. Los sujetos de este estudio fueron 53 alumnos de cuarto y quinto año, tanto del género femenino como masculino, comprendidos entre los 14 y 16 años de edad.

La investigación se trabajó de forma cuantitativa, de tipo correlacional. Para la realización de la investigación se aplicó la prueba TMSS, basada en Trait Meta-Mood Scale, para evaluar la Inteligencia Emocional, prueba desarrollada por Peter Salovey y Jack Mayer. El rendimiento académico se obtuvo del promedio de actuaciones deportivos en los juegos intercurso e inter instituciones. El estadístico que se utilizó fue el coeficiente de correlación de Pearson.

Luego de haber realizado el análisis estadístico, se determinó que existe una correlación estadísticamente significativa a nivel de 0.05 entre Estrategias para Regular las Emociones y rendimiento deportivo en los alumnos de 4to y 5to año. En lo que se refiere a la subescala de Atención a las Emociones, se determinó que no existe una correlación positiva, entre las dos variables.

Por otro lado se obtuvo una correlación positiva débil, en los alumnos de 4to y 2do básico, entre la claridad en la Percepción Emocional y el rendimiento deportivo, entre el total de las subescalas de inteligencia emocional y el rendimiento deportivo de los alumnos, la correlación no fue estadísticamente significativa. Este estudio es importante porque recomienda aplicar la prueba TMMS a sujetos con diferentes características, para poder comparar la presencia de la inteligencia emocional en los deportistas de alto rendimiento.

Los antecedentes presentados guardan de manera estrecha una relación con el estudio que se desarrolla, por cuanto establecen las directrices que deben ser afrontadas por los atletas de balonmano para el mejoramiento de su rendimiento deportivo, porque en ellas se fomenta el control y la canalización positiva de las emociones, para utilizarlas de forma inteligente en cualquier situación que se presente. Las reacciones de estos atletas de balonmano de categoría infantil, se ven sometidos, muchas veces, a un estrés diario considerable, pueden tener un reflejo negativo en su rendimiento deportivo, que acaban asimilando estas reacciones negativas y haciéndolas propias.

No obstante, de las investigaciones aquí citadas se enfoca muy poco en desarrollar la inteligencia emocional en esta categoría infantil de balonmano del aporte innovador de este estudio de hecho ofrece orientaciones deportivas con el fin

de evitar un mal uso de las emociones y descubrir cómo los atletas de balonmano pueden emplear la energía generada por sus emociones para educarlas de manera positiva y darles la vuelta y hacer que estas situaciones que les generan estrés, le ayuden a rendir como deportista dejando atrás las rabietas, los caprichos, la envidia o los enfados desproporcionado que les limitas su rendimiento deportivo.

Bases Teóricas

Teoría, referentes teóricos o enfoques que sustenta la investigación

En el estudio se viene señalando el fenómeno de la inteligencia emocional como una situación que influye en los atletas de balonmano para el mejoramiento del rendimiento deportivo; es por ello, que con el propósito de establecer las teoría, referentes teóricos o enfoques que sustenta la presente investigación, la autora de la misma ha considerado desde la perspectiva de la orientación hacer el análisis bajo la Teoría cognitivo - conductual puesto que se tienen los aportes de Beck y Ellis (citado por Hernández y Sánchez, 2007), quienes sostienen que: La Terapia Cognitiva está basada en el modelo cognitivo que postula que las emociones y conductas de las personas están influidas por su percepción de los eventos. No es una situación en y por sí misma la que determina lo que una persona siente, sino más bien la forma en que ella interpreta la situación.

De acuerdo con este enfoque, los jugadores de balonmano, pueden cambiar las interpretaciones de lo que ocurre a su alrededor, modificando lo que piensan, sienten y cómo actúan para así aplicar la inteligencia emocional mejoramiento del rendimiento deportivo en el campo de juego. A su vez, se considera la teoría de la inteligencia emocional de Goleman, (ob. cit.). psicólogo norteamericano, bajo el término de "Inteligencia Emocional" recoge el pensamiento de numerosos científicos del comportamiento humano que discuten el valor de la inteligencia racional como predictor de éxito en las tareas concretas de la vida, en los diversos ámbitos de la familia, los negocios, la toma de decisiones, el desempeño deportivo, entre otros.

Sin embargo, Goleman (ob. cit.) concluye que el coeficiente intelectual no es un

buen predictor del desempeño exitoso. Por ende la inteligencia pura no garantiza un buen manejo de las vicisitudes que se le puede presentar a un los atletas de balonmano en el campo de juego que lo lleve a tener el éxito esperado y que es necesario enfrentar para desempeñar con efectividad en el rol que le correspondió cumplir y ejecutar en el equipo de balonmano al cual pertenece. Nadie puede comprender a otro si no es capaz de comprenderse en primer lugar a sí mismo. Si los jugadores de balonmano involucrados en el equipo de juego no se pueden comprenderse ellos mismos jamás llegarán a entender a los demás jugadores, entrenadores y hasta los mismos fanáticos.

Por último, y no por eso menos importante esta la teoría de las inteligencias múltiples que aborda con criterios originales la temática de la inteligencia humana y en especial la inteligencia intrapersonales e interpersonales es la propuesta por Gardner (ob. cit) quien expone que el ser humano está provistos de siete tipos de inteligencias en una de las más interesantes y mejor fundadas de las teorías aparecidas en los últimos años es la teoría de las inteligencias múltiples. Para Gardner la inteligencia es la aptitud que permite recoger información desde el interior y hasta del mundo que circunda, con el objetivo de emitir la respuesta más adecuada a las demandas que el vivir cotidiano plantea.

Por ello, el autor antes mencionado define ocho grandes tipos de capacidades o inteligencias, según el contexto de producción (la inteligencia lingüística, la inteligencia lógico-matemática, la inteligencia corporal kinestésica, la inteligencia musical, la inteligencia espacial, la inteligencia naturalista, la inteligencia interpersonal y la inteligencia intrapersonal). Por ello, Gardner (ob. cit.) expresó que: “Los seres humanos somos tan diferentes entre nosotros, en gran parte, porque todos tenemos diferentes combinaciones de inteligencias” (p. 30) entiende además a la inteligencia como una facultad singular que se utiliza en cualquier situación en la que haya que resolver un problema o para elaborar productos que son de importancia en un contexto cultural o en una comunidad determinada.

Inteligencia Emocional

Las emociones están presentes en todos los ámbitos de la vida y en todas las acciones cotidianas de las personas. Tal es así que condicionan decisivamente el modo en que cada persona vive diversas situaciones que configuran la cotidianidad. Es por ello que, en la actualidad la formación y desempeño de los atletas de balonmano de categoría infantil va más allá de un entrenamiento, la participación en competencia, los resultados obtenidos de las competencias y otros factores externos, debido a que el atleta que practica balonmano se forma desde interés, la pasión y la dedicación por el deporte.

Bajo esta perspectiva, realizar un acercamiento a la relevancia de la inteligencia emocional para el desarrollo del rendimiento deportivo, en este sentido, es necesario aclarar y definir, de forma adecuada, estos dos conceptos. Con respecto a la inteligencia emocional Goleman (2006) expresa que el término inteligencia emocional se refiere a la capacidad humana de: "... sentir, entender, controlar y modificar estados emocionales en uno mismo y en los demás" (p. 45) por ello es que la inteligencia emocional se ha convertido en una habilidad necesaria para el mejoramiento del rendimiento deportivo en atletas de balonmano de categoría infantil, pues, es una habilidad que le proporciona conocimiento de sus estados emocionales, pensar comprender las emociones y controlar las respuestas emocionales y de comportamiento.

Además, Montaña (2010) define la Inteligencia emocional como: "...la capacidad de comprender emociones y conducirlas, de tal manera que podamos utilizarlas para guiar nuestra conducta y nuestros procesos de pensamiento, para producir mejores resultados" (p. 24) por ello, la inteligencia emocional se convierte en una alternativa asociada a la actuación operativa de los atletas de balonmano de categoría infantil debido a que a través del proceso de comprensión, y conducción de las emociones ellos se sienten motivados a ser cada día mejores lo cual se transforma en rendimiento deportivo.

Balonmano

Es un deporte que se practica, en una cancha rectangular, entre dos equipos de siete jugadores que, utilizando solo las manos, intentan introducir el balón en el arco del adversario; gana el equipo que logra más goles en los 60 minutos que dura el encuentro. El balonmano es un deporte emocionante para ver y emocionante para jugar. A veces descrito como el fútbol con las manos, ofrece un juego rápido y continuo que implica correr, lanzar, atrapar y saltar.

Es de hacer notar que, el balonmano es un deporte de equipo, en el que los equipos intentan pasar una bola entre sí y lanzarla a la portería del equipo rival. Los dos equipos constan de siete jugadores (incluyendo un portero) en cada equipo. De acuerdo con García (2000) La portería que se utiliza el balonmano es similar a la del fútbol, y la cancha un poco más grande que una cancha de baloncesto. Además, como su nombre indica, la pelota siempre se transfiere con las manos del jugador en vez de con los pies, por lo que patear la pelota es un movimiento ilegal. La pelota es un poco más pequeña que una pelota de fútbol, lo cual permite a los jugadores mantenerla y pasarla usando una sola mano, aunque se permite usar ambas manos.

Es de aclarar que el deporte del balonmano, de amplia popularidad en Europa y algunos países de América del Sur, pero en Venezuela su penetración es reciente, comenzó en el 2016 pero, en el año 2016 tuvo un repunte ampliamente positivo en el estado Lara, cuyos equipos estuvieron en el podio en casi todas las categorías y cuyos jugadores llegaron incluso a vestir la camiseta nacional.

El presidente de la asociación Venezolana de la disciplina, piensa que hay una muy buena evolución en cuanto a resultados y respaldo del público y las instituciones, de un deporte que mezcla reglas y aptitudes de baloncesto, fútbol de salón y fútbol sala, entre otros, pero que merece más promoción

De igual forma Lara se ubicó primera en los Juegos Escolares y tercera en los Juegos Municipales y venía de un 2005 frustrante, en el que no se pudo clasificar a los Juegos Andes 2005. Sin embargo, en 2016, se logró el título nacional sub18 masculino, quinto lugar femenino y se aseguró el tercer puesto en sub16 y sub21, así como también la cuarta casilla a nivel de adultos de este deporte.

En el estado Barinas, las instituciones deportiva y educativa están haciendo lo posible para promover su práctica, y se hace hincapié en el conocimiento de las reglas, puesto que, el balonmano se juega de acuerdo a una serie de reglas, que son modificadas o mejoradas cada 4 años (año olímpico). La regla principal es que los jugadores, excepto los porteros, no pueden tocar intencionalmente la pelota con sus pies durante el juego. Además de que es un juego típico, los jugadores llevan la pelota hasta la zona 9 metros mediante el pase con sus compañeros y el bote del balón, lugar desde el cual intentan batir al portero.

Es de aclarar, que los jugadores rivales intentan recuperar el control de la pelota interceptando los pases o bloqueando los disparos con sus brazos y manos; sin embargo y diferenciado de otros deportes, el contacto físico entre jugadores es muy continuo. El juego en el balonmano fluye libremente, deteniéndose sólo cuando la pelota sale del terreno de juego o cuando el árbitro decide que debe detenerse. Luego de cada pausa, se reinicia el juego con una jugada específica. Estas son, a grosso modo, las principales Reglas del Balonmano. Las imprescindibles para disfrutar de un buen partido. Se puede profundizar en cada sanción, en las señales arbitrales y en tantas otras cosas, pero este es un buen punto de partida, Y sin lugar a dudas el jugador debe contar entre sus habilidades o aptitudes gran desarrollo en la inteligencia emocional

Categoría Deportiva infantil

Por otra parte, es de destacar que de acuerdo con Federación Venezolana de balonmano y el Reglamento FIFA. Criterios de convocatoria (p. 33), la categoría infantil está comprendida entre los 12 y 14 años de edad, o nacidos entre 2004 y 2005 también es denominada categorías Sub 13 y Sub 14 y las misma tiene un enfoque metodológico de preparación para que luego estos atletas formen parte del balonmano profesional luego de superar varias etapas esta categoría tiene como principales características: favorecer el desarrollo de las habilidades motrices básicas, aptitudes emocionales como la socialización, la cooperación, la afectividad y la autonomía de los niños y niñas de estas edades.

En este reglamento se observa todo lo relativo a las condiciones generales de participación de clubes y centros escolares, composición de los equipos, procedencias escolares de los jugadores y jugadoras inscritas, participación conjunta de centros, denominación de los equipos, por ello, que no venga especificado en estas bases, vendrá determinado en las Bases Generales de los Juegos Deportivos del Principado.

Los centros o clubes con más de un equipo en la misma categoría pueden utilizar jugadores de todos sus equipos de la categoría que se trate en la fase territorial, siempre que pertenezcan a equipos no clasificados para esta fase, que no tengan más de 14 jugadores inscritos en el equipo clasificado, y estén inscritos con idéntica denominación, variando la letra que acompaña su nombre. Ejemplo: Centro o club "A", Centro o Club "B", Centro o Club "C", debiendo asignarse la letra por orden alfabético empezando por la "A" y sin saltar letras.

Rendimiento Deportivo

El rendimiento deportivo, cualquiera que sea el nivel de realización, desde el momento en que la acción optimiza la relación entre las capacidades físicas de una persona y el ejercicio deportivo a realizar. Es de destacar que el rendimiento deportivo y las competencias emocionales están tan interrelacionados, por lo que se hace posible conseguir el aumento del rendimiento deportivo a través del conocimiento, control de las emociones y con ello que las competencias deportivas mejoren en la medida de que el deportista desarrolle inteligencia emocional, se motive, controle sus impulsos, tome iniciativa, sea responsable y esté al tanto de cómo manejar la frustración y el estrés de la mejor manera.

En este orden de ideas, Billat (2012) dice que: "...se puede entender el rendimiento deportivo como la capacidad que tiene un deportista de poner en marcha todos sus recursos bajo unas condiciones determinadas" (p. 32) de manera que, se puede definir el rendimiento deportivo como una acción motriz, cuyas reglas fija la institución deportiva, que permite expresar en este caso a los atletas de balonmano sus potencialidades físicas y mentales.

Aptitudes o Habilidades de la inteligencia

Si se parte de esta premisa, es imperioso que el atletas de balonmano se maneje con competencias emocionales, puesto que según Renom, (2009), “la inteligencia emocional en sí está compuesta por un cumulo de aptitudes que tiene una persona relacionadas con las habilidades tanto innatas (personales) como adquiridas en el proceso de socialización (sociales) ” (p. 33) de allí que los atletas del balonmano emocionalmente inteligentes sean capaces de reconocer y expresar sus emociones, comprender y relacionarse con los demás.

Con respecto a lo anterior es importante aclarar que Gardner (2006) explica que la aptitud se refiere a la capacidad tanto de conocimientos como de habilidades mentales y destrezas con que cuenta una persona emocionalmente inteligentes. En tanto que, la actitud tiene que ver con la forma en que siente y piensa ese individuo, es decir, con la disposición favorable o desfavorable que lleva a las personas a actuar de cierta forma. Un ejemplo de ello es cuando un atletas de balonmano dentro de la cancha, sigue órdenes del entrenador o se sienta en la banca y espera su turno para entrar a jugar; escucha las sugerencias y comentarios de otros compañeros con respeto y atención, ahí se habla de lo actitudinal. En tanto lo aptitudinal es cuando escucha lo que se dice el entrenador pero cuando entra al campo lo hace al pie de la letra y en algunos casos lo hace mejor de lo que le piden, es creativo tiene iniciativa y ayuda sus compañeros sin que se lo pidan.

Aptitud Personal

La aptitud personal, es un elemento de la inteligencia emocional muy importante para el mejoramiento del rendimiento deportivo, esta es definida por Gardner (2008) como: “...Carácter o conjunto de condiciones que hacen a una persona especialmente idónea para estar en profundo contacto consigo mismo” (p. 45). Si bien esto puede parecer esencial y básico para cualquier tipo de individuo, es más importante para los atletas de balonmano pues, significa que un deportista con este tipo de inteligencia tendrá más facilidad para contactarse con su interior más que con el exterior, es decir, valoraran más sus propias capacidades deportivas personales

que lo que piensa los demás de ellos.

Asimismo, Armstrong (2011) explica que: "...los atletas son personas que cuentan con aptitudes personales de orden emocional, gracias a que cuentan con ella tienen la oportunidad de conseguir rendir deportivamente en muy breve periodo de tiempo, pues saben en qué son buenos." (p. 36) aspecto muy importante cuando se quiere tener un alto rendimiento deportivo porque los atletas con esta capacidad se forman un modelo ajustado, verídico de los talentos deportivos que poseen y son capaces de usarlo de forma operativa en el campo de juego, puesto que sabe la destreza que domina y lo hace con conciencia de los estados de ánimo interiores vinculado a intenciones, motivaciones, temperamentos, deseos personales.

En este orden de ideas, Vallés y Vallés (2008) acota que la aptitud personal: "...son habilidades vinculadas a las capacidades cognitivas, características emocionales y de personalidad que todos los seres humanos reúnen de manera natural." (p. 49) este es un aspecto muy importante para atletas de balonmano de la categoría infantil vean con realismo y veracidad quiénes son y qué quieren con las prácticas deportivas para evitar así que lo sobrepasen la serie de reacciones emocionales sentimientos que pueden presentarse en ocasiones cuando se pierde un encuentro deportivo después de mucho esfuerzo y entrenamiento como: dolor, consternación, decepción, duda, coraje, culpabilidad, vergüenza, angustia, temor.

Autoconciencia

Es la capacidad de reconocer las propias emociones que se presenta cuando se está expuesto a gran presión en encuentros deportivos municipales, estatales y nacionales, para que con esta información emocional saber utilizar adecuadamente sus competitividades como guía en el momento que tomar de decisiones con respecto a su participación individual y colectiva que les lleve a lograr el triunfo esperado.

En consideración a lo anterior, Martin y Boeck (2007) dicen que la autoconciencia implica: "...reconocer los propios estados de ánimo, los recursos y las intuiciones. Así como conocer nuestras propias emociones y cómo nos afectan, cuáles

son nuestras virtudes y nuestros puntos débiles” (p. 56), partiendo de esta base, la autoconciencia de las destrezas deportivas personales le permite a los atletas de balonmano estar muy conscientes de sus emociones y como ellas optimizan su rendimiento deportivo, pues están claros de los estados emocionales que experimentan cuando está expuesto al estrés que conlleva un encuentro deportivo o entrenarse para tener éxito en el campo de juego.

En este mismo sentido, López (2009) dice que la autoconciencia se trata de: “...desarrollar un conocimiento interior, para ser capaz de reconocer, utilizar, extraer y desarrollar todo el cúmulo de recursos (destreza) con que contamos interiormente y que tenemos totalmente desaprovechados” (p. 98) de allí que hay que destacar que cuando los atletas de balonmano no tienen autoconciencia de sus capacidades deportivas sólo ve las formas exteriores (muscultura y fortaleza) e insiste en cambiar lo visible, pensando que así el rendimiento deportivo puede mejorar y en la mayoría de los casos, eso solo les conduce a una gran frustración.

Autorregulación

La autorregulación tiene su base en el autocontrol, es decir, darse cuenta del proceso emocional que se vivencia y regularlo. Renom (ob. cit.) dice que la autorregulación es: “... la capacidad de serenarse, de liberarse de la irritabilidad, de la tristeza, la ansiedad, entre otras cosas. Las personas con buen autocontrol pueden recuperarse con mucha mayor rapidez de situaciones difíciles” (p. 24) en efecto, autorregulación lleva a los atletas de balonmano a ser diestros en soportar los embates emocionales no positivos que le dificulta el rendimiento deportivo en el campo de juego, en lugar de ser presa de los sentimiento los maneja operativamente en función de utilizar toda esa energía en beneficio de su rendimiento deportivo transformándola en agilidad, entusiasmo, cooperación alegría y dominio motriz.

Asimismo, el Thorndike (2009) acota que la autorregulación es: “... la capacidad que nos permite controlarnos a nosotros mismos nuestras emociones y no que estas nos controlen a nosotros, sacándonos la posibilidad de elegir lo que queremos sentir en cada momento de nuestra vida” (p. 42) en efecto, la

autorregulación es la capacidad que tienen los atletas de balonmano de normalizar sus estados de ánimos cuando están muy nerviosos porque tienen un encuentro deportivo para actuar de manera racional, por ello controlan los impulsos y emociones para no afectar a su equipo. Tener autorregulación significa poder pensar antes de actuar y medir las consecuencias de sus acciones, tanto para ellos mismo como el equipo como tal.

Es de destacar que el autorregulación es muy importante para prevenir los conflictos emocionales que pueden sobrevenir cuando por ejemplo tienen que jugar una final y han estado sometido a mucho estrés y a un riguroso entrenamiento donde se les ha hecho ver que prioritario ganar lo cual les puede llevar a tener sentimientos confusos que son necesario autoregular Vallés y Vallés (2003) acota que la autorregulación no permite que: "... se desbordan la ira, ni la tristeza, ni el estrés, ni la ansiedad, ni tantas otras emociones que se presenta en los momentos difíciles que enfrentan las personas" (p. 26) por ello atletas de balonmano que hace buen uso de la autorregulación saben mantener la calma para poder pensar y decidir acertadamente cómo actuar cuando tenga que actuar en un encuentro deportivo importante.

Automotivación

la automotivación de acuerdo con Goleman, (2008) es: "... darse a uno mismo las razones, impulso, entusiasmo e interés que provoca una acción específica o un determinado comportamiento" (p. 88) esta habilidad es muy importante en atletas de balonmano de la categoría infantil, puesto que es muy conveniente que estos se den animo a sí mismo a través de razones, impulso, entusiasmo e interés para salir al campo de juego con mente positiva con una sola idea lograr ganar el juego, pero si eso no ocurre por lo menos divertirse en el juego.

En relación al tema, Gil (2010) expresa que la automotivación es: "... la disposición que identifica a los inteligentes emocionales para encontrar energías les hace superar los contratiempo y seguir adelante" (p. 34) en efecto cuando se juega un partido de balonmano es importante que los atletas de balonmano de la categoría infantil encuentren las energía para superar todos los contratiempo que se le pueden

presentar en el campo de juego, para luego superar el fracaso o el triunfo sin que sus sentimientos lo colmen y afecte su estado de ánimo, porque, desde la automotivación consigue los motivos necesarios para jugar dar lo mejor de sí rindiendo hasta el límite de sus capacidades .

Del mismo modo, Martin y Boeck, (2007) acotan que la automotivación es: “...enfrentarnos a los contratiempos y sacar ventaja de ellos” (p. 56), muchos atletas de balonmano suelen ver como muchas veces pierden un partido o cuando pierden una carrera o se ponchan, o lo que es más triste un fanático les reclama por no haber actuado como ellos esperaban, sin embargo cuando estos atletas de balonmano de la categoría infantil se motivan enfrenta de manera magnífica a este contratiempo y saca ventaja de ello en función de dar lo mejor de sí en cuanto a habilidades, aptitudes y destrezas de tipo psicomotor que contribuyan a ganar el juego.

Autoconfianza

La autoconfianza es según Gardner (ob.cit): “...es tener la certeza sobre el propio valor y facultades que se tiene para cumplir una tarea. Es decir reconocer que si podemos (p. 92) de ahí, que la autoconfianza es la creencia que tienen los atletas del balonmano de que se puede realizar satisfactoriamente una conducta deseada porque confían sus aptitudes y talentos para el balonmano lo que equivale a la suposición de que el éxito se va a conseguir, por se sabe muy bueno en lo que hace.

Desde este escenario, Martin y Boeck (ob. cit.) explican que la autoconfianza significa: “...Confiar en sí para tomar decisiones en situaciones difíciles. Creer en sus propias habilidades por lo cual se sienten capaces de asumir riesgos, trabajan más y mejor con lo cual consiguen mejores resultados” (p. 24) en otras palabras autoconfianza consiste en tener un planteamiento mental positivo sobre lo que va a suceder, porque confía en si mismo está consciente de sus habilidades deportivas, sus expectativas son realistas pues se basa en la confianza que tiene de su propios talentos para el fin que se persigue o desean conseguir, y de lo cual están convencidos de lograrlo.

Es de destacar, que cuando una persona siente confianza en sí misma, su mente

se halla bajo menos presión, y se libera para concentrarse en la tarea en cuestión, pues no se fijará en si lo hace mal o bien, sino simplemente en hacerlo como sabe debido a que está convencido de que si puede lograr lo que se ha propuesto. Además, la autoconfianza influye en el mejoramiento del rendimiento deportivo de los atletas del balonmano pues, cuando se tienen confianza en sí mismos aumenta el esfuerzo, pues la cantidad y duración del esfuerzo realizado en busca de un objetivo, depende en gran parte de la confianza. Esto es porque los deportistas que creen en sí mismos, son muy persistentes y no se rinden nunca, dando el máximo esfuerzo para conseguir el objetivo que lo llene de satisfacción a él y a todo el equipo.

Aptitud Social

la aptitud social es la que se observa en el atletas del balonmano cuando entiende la manera de pensar, las motivaciones y los sentimiento de los compañero de equipo, del entrenador o cualquier otra persona significativa que le ayude lograr con éxito sus metas deportivas, para así elegir la manera más adecuada de presentar u oír el mensaje, lo que se quiere de ellos; o lo que ellos quieren de él puesto que las mismas cosa se puede decir de muchas maneras y son esta formas de interrelacionarse con el equipo lo que puede contribuir para ganar el juego.

Bajo esta concepción, las relaciones que los atletas del balonmano lleven con los demás será una piedra angular para el mejoramiento de su rendimiento deportivo, pues al oír a los otros sobre lo que él hace bien o lo que hace mal es muy importante para corregir errores y mejor sus capacidades competitivas, además de que si él sabe comunicarse logrará que las otras personas se sintonicen con él hacia un mismo objetivo el éxito del equipo, pues con base en una interrelación efectivamente inteligente cada quien sabrá lo que tiene que hacer desde el lugar que le corresponde de ahí que cuando se sabe elegir la manera adecuada y el momento justo para decir las cosas es la marca que identifica a un atletas del balonmano con inteligencia emocional, según Gardner (ob. cit.) aptitud social es:

La habilidad de relacionarse de persona a persona. Implica la destreza para percibir y distinguir las emociones, intenciones, motivaciones y

sentimientos de los demás. Incluye la sensibilidad para interpretar las actitudes en expresiones faciales, tonos de voz y gestos. Este tipo de aptitud se desarrolla fomentando los trabajos en equipo y estimulando la solidaridad y el respeto. (p. 88)

En otras palabras, aptitud social les permite a los atletas del balonmano actuar frente a otras personas que son necesaria para que el equipo funcione con voluntad para admitir que la práctica del balonmano requiere del esfuerzo colectivo para ellos se debe contar con el apoyo de muchas personas por lo que es absolutamente necesario conocer sus emociones, escucharles con atención y ser capaz de comprender sus pensamientos y sentimientos con el fin de crear relaciones mutuas satisfactorias, agradable para caminar armónicamente hacia un objetivo común que es el éxito del equipo

Con respecto a lo anterior Castelló (2011) expresa que aptitud social es: "...la capacidad de comprender a los demás, captar cuáles son las cosas que más les motivan, cómo trabajan y la mejor forma de cooperar con ellos." (p. 114) a tal efecto, es importante esta capacidad en atletas del balonmano pues es muy elemental que éstos se apoyen en los demás y sobre todo a las personas que conforman el equipo como jugadores entrenadores masajista entre otros, para captar que cosas los motiva y cuáles son las medidas más adecuada para llegar a ser campeones y mantenerse allí.

Asimismo, según Fernández y Ramos (2004) "...Las aptitudes sociales son aquellas que permiten vivir y trabajar con otros, en contextos que requieren comunicación, situaciones en que es imprescindible trabajar en equipo (por ejemplo, cultura, deportes)," (p. 37) por ello, cuando un atletas del balonmano tiene poca aptitud social no ve a los otros jugadores como seres respetables que comparten la mayor parte del triunfo en el campo de juego y a los que hay que entender si quiere que el equipo gane sino se les va ir muy mal pues el balonmano es un juego cooperativos donde se requiere de grandes aptitudes sociales.

Empatía

La empatía la cual es la capacidad para ponerse en el lugar de otra persona viviendo sus emociones como si fuesen propias, de ahí que Gisper (2006) exprese que

la empatía es: “...entender qué están sintiendo otras personas, ver cuestiones y situaciones desde la perspectivas de ellas” (p. 36), en tal sentido, puede considerarse que mediante la empatía es posible que los jugadores de balonmano de la categoría infantil puedan comprender el psiquismo ajeno.

Es de hacer notar, que la empatía es aptitud social de los atletas del balonmano que le permite ver las cosas desde la perspectiva del otro, sea este compañero de equipo, familiar, fanático o entrenador lo que facilita la comprensión de su mundo interior y esto es muy importante que ellos rindan deportivamente pues puede entender los mensaje de los otros debido a que en el béisbol se puede comparar a un juego de ajedrez, cada lanzamiento, como cada movimiento de las piezas, cambia la situación hacia un resultado en que existe un juego nuevo donde cada jugador despliega toda su aptitud deportiva en el logro de una sola meta lograr llevar el equipo a la final y ganar.

Desde tal perspectiva, la empatía conjuga la habilidad para percibir los pensamientos y sentimientos de otra persona, la capacidad para ponerse en el lugar del otro, Bisquerra (2010) expresa que: “Es una especie de lectura emocional de la persona que tenemos enfrente, que nos permite experimentar sus emociones como si fuesen propias.” (p. 228) estos comportamientos citados anteriormente pueden significar la búsqueda de reconocimiento común, situación ésta que es muy importante en el juego de balonmano porque a través de ellas los jugadores entienden, motivan y ayudan a otros a través de sensibilidad humana que los identifica.

Comunicación Asertiva

La comunicación asertiva característica importante de la inteligencia emocional de los jugadores de balonmano para mejorar su rendimiento deportivo pues, está definida por Mercader (2007) “...como la interacción recíproca que se produce entre dos o más interlocutores en el marco del respeto mutuo y paridad en el comportamiento verbal y no verbal, orientadas en el equilibrio de los sentimientos que transmiten información o mensajes” (p. 198) con respecto a lo expresado por el autor, se puede inferir que los atletas de balonmano vive un proceso de interacción

constante al relacionarse con el público, los entrenadores con otros equipos y sobre todo con sus mismos compañeros de juego, donde trasmite sus sentimientos y pensamientos a través de los mensajes respetuosos que envía y recibe para entender sus funciones dentro del campo de juego y la de sus compañeros.

En este orden de ideas, la comunicación asertiva es lo que le permite expresar su sentir ante las diversas situaciones le corresponde vivir durante los nueve inning del partido, por ello, Añez (2005) expresa que la comunicación asertiva: "...abarca diferentes formas de intercambio de ideas, sentimientos y emociones donde se respetar el sentir ajeno pero, sin dejar de lado el propio, por tanto, es uno de los componentes básicos de las relaciones humanas" (p. 126) lo anterior implica en el campo de las aptitudes sociales que esta es un elemento clave para que los atletas de balonmano logren el éxito social que le encamine hacia el rendimiento deportivo.

A su vez, Jiménez (2010) plantean que: "el ser humano es en esencia un ser comunicativo, que se desarrolla en redes que le permiten ser parte de una comunidad" (p. 49) por ende, los atletas de balonmano para mejorar su rendimiento deportivo necesita y se vale de la comunicación asertiva para formar lazos de amistad, comprender los esfuerzos que él y sus compañeros realizan para llegar con su equipo a la gran final, para interactuar con los jugadores del equipo para conocer sus aptitudes y así apoyarse y lograr avances en el desempeño deportivo desde lo individual hasta lo colectivo.

Liderazgo

El liderazgo de los jugadores de balonmano es la habilidad de hacer que otros jugadores y así sacar el mejor provecho de las capacidades de todos los integrantes del equipo, pues el liderazgo puede estimular para que sean ellos mismos quienes se preocupen por expandir todos sus talentos deportivos propios en unión con las habilidades colectivas para lograr ganar juegos. En efecto, Goleman (2013) explica que el liderazgo es: "...una influencia que se ejerce sobre las personas y que permite incentivarlas para que trabajen en forma entusiasta por un objetivo común" (p. 67) en otras palabras, el liderazgo es el dominio que se obtiene sobre un individuo para

motivarlo a que actué de la forma deseada sobre todo cuando este liderazgo se asume en juegos colectivos.

Es de hacer notar, que en la conducción de grupos existe un líder propiciador de cambios, por lo cual orienta, coordina y dirige en función de aportar la calidad en los procesos en tal sentido, Colman (2013) destaca: “El liderazgo es el proceso por el cual una persona ejerce influencia sobre la gente e inspira, motiva y dirige sus actividades para ayudar a alcanzar los objetivos del grupo o de la organización”. (p. 22) en este sentido, se puede interpretar, que el jugador de balonmano con capacidad de líder puede logra a integrar al equipo pues, se compromete, percibe las insuficiencias que los demás jugadores y se aboca a complementar estas necesidades existente en el equipo con su aptitud las cuales genera el desarrollo de un rendimiento deportivo colectivo.

Trabajo de Equipo

El trabajo de equipo es cuando se trabaja en unión, se aúnan las aptitudes de los atletas del balonmano que forman el equipo y se potencian sus esfuerzos, disminuye los errores del juego por protagonismos individuales, además, de que aumenta la eficacia de los resultados, esto es, en virtud, de que cada jugador posee diferentes habilidades lo que es fundamental es enfocarla hacia un solo objetivo que es obtener el triunfo, Fromm (2001) dice que:

...es el trabajo hecho por varios individuos donde cada uno hace una parte pero todos con un objetivo común. Es una de las condiciones de trabajo de tipo emocional que más influye en los jugadores de forma positiva porque permite que haya un compañerismo (p. 34)

Con relación a la cita anterior se debe entender, que trabajo en equipo es otro elemento de elevadísima importancia en el fortalecimiento del rendimiento deportivo, pues, si cada quien utiliza su aptitud social se obtiene la unión y se encamina los esfuerzo hacia una sola meta terminar el partido con éxito. Para ello, se hace necesario que todos los jugadores del equipo colaboren mutuamente de modo tal que las aptitudes de cada cual sirvan al bien común. Así, los dones de cada uno de ellos

tienden a suplir las carencias del otro, prevaleciendo lo bueno. Esta circunstancia puede y debe favorecerse el fortalecimiento del rendimiento deportivo pues, deja constancia explícita del modo en que debe llevarse el juego en el campo de balonmano.

Con respecto a lo anterior, Senge y otros (2005) precisan que el trabajo en equipo es: “...un conjunto de personas que se organizan de una forma determinada para lograr un objetivo común, en beneficio de todos (p. 17) se puede afirmar entonces que el trabajo en equipo es la mejor manera de fortalecer el rendimiento deportivo de los atletas de balonmano por que potencia la motivación de los empleados y, por ende, la retención del talento, uno de los mayores retos hoy en día en las organizaciones.

Cooperación

la cooperación es importante para mejoramiento del rendimiento deportivo pues, este sólo puede construirse sobre la base del trabajo en equipo, caracterizada por ser una cualidad deportiva que según, Piaget (citado por Arias, Cardenas y Estupiñan 2005) afirma que: “...la cooperación es el esfuerzo para obtener metas comunes al tiempo en que se coordinan los sentimientos y la perspectiva propia con una conciencia de los sentimientos y las perspectivas de los otros” (p. 42), de allí, que la cooperación consiste en el trabajo en común llevado a cabo por parte del grupo jugadores de balonmano hacia un objetivo compartido lograr el triunfo, para ellos unen todas sus aptitudes en lugar de trabajar de forma separada en competición.

En tal sentido, la cooperación es una forma noble y constructiva de conducta, mueve al hombre a jugar el balonmano en armonía con sus los demás jugadores del equipo y es una respuesta positiva al espíritu deportivos donde todos los atletas del deportes se interesan por que todos rindan al máximo de su capacidades deportiva durante el juego sin envidia, egoísmo o resentimientos. Tal y como describen Molina (2005):

La cooperación entre iguales se convierte en el fundamento del diálogo comunicativo. Cada jugador es un miembro importante para el equipo, se

convierte en alguien valioso por las responsabilidades que asume con el resto y por la función o rol que desempeña al trabajar en equipo y ayudar a los otros (p. 45).

Este enfoque evidencia, que el individualismo no promueve la unidad para el mejoramiento deportivo, donde se genere un dialogo constante para desarrollar aptitudes deportivas en el que la opinión de todos es tomada en cuenta para ello. De tal manera que cada jugador se vuelva realmente significativo para el logro de metas compartidas, logrando evitar cualquier síntoma de egoísmo, que se genere en el campo de juego. En lugar de ello, se intercambien signos de estima y de ánimo.

Bases Legales

Los sustentos legales de esta investigación se encuentran implícitos en lo establecido en las diferentes leyes que actualmente rigen al País, inicialmente lo que plantea la Constitución de la república Bolivariana de Venezuela, que en tal sentido, desde su preámbulo establece que la sociedad es democrática, participativa, protagónica, pluricultural, que busca entre otras cosas asegurar el derecho a la vida, a la cultura, la educación, sin discriminación, ni exclusión ya partiendo de estas premisas surgen las bases legales de esta investigación. En tal sentido se cita en primer lugar el artículo 3, de la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela que señala la importancia de la educación como vehículo para el logro del progreso social y dice:

El Estado tiene como fines esenciales la defensa y el desarrollo de la persona y el respeto a su dignidad, el ejercicio democrático de la voluntad popular, la construcción de una sociedad justa y amante de la paz, la promoción de la prosperidad y bienestar del pueblo y la garantía del cumplimiento de los principios, derechos y deberes reconocidos y consagrados en esta Constitución. La educación y el trabajo son los procesos fundamentales para alcanzar dichos fines.

De acuerdo con el artículo anterior, al estado debe promover el desarrollo integral de las personas de ahí la importancia de que se faciliten todas las herramientas necesarias para que el niño a través del deporte desarrolle inteligencia

emocional

Sistema de variables

En toda investigación es importante plantear variables, ya que éstas permiten relacionar algunos conceptos y hacen referencia a las características que el investigador va a estudiar. Es por ello, que de acuerdo con Ramírez (2009) una variable es: “la representación característica que puede variar entre individuos y presentan diferentes valores” (p. 25). Entonces, una variable es una cualidad susceptible de sufrir cambios (característica que varía).

Por otra parte, la Operacionalización de las Variables y la cual es definida por Arias (2012) como la definición conceptual y operacional de las variables de la hipótesis pasando de un nivel abstracto a un nivel concreto y específico a efectos de poder observarla, mediarla o manipularla, con el propósito de contrastar la hipótesis

Cuadro 1 Operacionalización de la variable

Variable	Definición	Dimensiones	Indicadores	ítems
Inteligencia emocional en atletas de balonmano de categoría infantil para el mejoramiento del rendimiento deportivo	Conjuntos de aptitudes personales y sociales que determinan la capacidad de los atletas de balonmano de categoría infantil para reconocer sus sentimientos y los de los demás, y así poder manejar adecuadamente las emociones en pro de obtener un mejor rendimiento deportivo	Aptitud personal	Autoconciencia	1-2
			Autorregulación	3-4
			Automotivación	5-6
			Autoconfianza	7-8
	Calderón (2019)	Aptitud social	Empatía	9-10
			Comunicación	11-12
			Liderazgo.	13-14
			Trabajo de equipo.	15-16
			Cooperación	17-18

Fuente: Calderón (2019)

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

Naturaleza y Tipo de Investigación

El marco metodológico es el procedimiento a seguir para alcanzar el objetivo de la investigación. Por ello, según Arias (2012) “la metodología del proyecto incluye el tipo de investigación, las técnicas y los procedimientos que serán utilizados para llevar a cabo la indagación. Es el “cómo” se realizará el estudio para responder al problema” (p. 45) en este sentido, investigación está dirigida a analizar Inteligencia emocional en el manejo de la comunicación.

Naturaleza de Investigación

Se enmarca dentro del paradigma cuantitativo en razón a lo expuesto por Méndez (2011) quien considera que este estudio se perfila bajo una perspectiva “... analítica que describe la realidad social a través de estadísticas descriptiva” (p. 23). De acuerdo a lo expuesto por el autor, se evidencia la concordancia de este enfoque con los objetivos de estudio, puesto que para el logro del mismo se necesitó aplicar un instrumento a los atletas de balonmano de categoría infantil, estudiantes de quinto y sexto grado de la escuela básica “Alberto Arvelo Torrealba” municipio Antonio José de Sucre” Estado Barinas en edades entre los 12 y 13 años.

En este sentido, para recoger la información pertinente de la cual se obtendrán unos datos que serán procesados a través de la estadística descriptiva a fin de analizar y describir por medio de explicaciones el fenómeno que en este caso la inteligencia emocional en atletas de balonmano de categoría infantil para el mejoramiento del rendimiento deportivo.

Tipo de Investigación

Esta investigación es descriptiva en consideración al planteamiento de Hernández, Fernández y Baptista (2010) que dice: “...los estudios descriptivos

buscan especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis” (p. 184) por consiguiente, se cataloga como descriptiva, por estar orientada a describir información sobre la variable la inteligencia emocional en atletas de balonmano de categoría infantil para el mejoramiento del rendimiento deportivo, a través de sus dimensiones e indicadores de las personas sujeto de la presente investigación, dirigida a un grupo atletas de balonmano de categoría infantil.

Esta investigación es de campo debido a que se baso en las estimaciones obtenidas directamente de la realidad permitiendo a la investigadora cerciorarse de la condiciones reales en que se consiguieron los datos, lo cual guarda relación con la definición emitida por Arias (ob. cit.) cuando explica que la investigación de campo es aquella que consiste en: “... la recolección de datos directamente de los sujetos investigados, o de la realidad donde ocurren los hechos (datos primarios), sin manipular o controlar variable alguna, es decir, el investigador obtiene la información pero no altera las condiciones existentes” (p. 56)

En otras palabras, los datos fueron tomados de una realidad concreta producto de la información que aportaron los sujetos del estudio, tal como sucedió en esta investigación donde se fue necesario el contacto directo con los atletas de balonmano de la escuela básica “Alberto Arvelo Torrealba” municipio Antonio José de Sucre” Estado Barinas de categoría infantil para la aplicación de un cuestionario y así obtener los datos solicitados.

Diseño de la Investigación

El diseño del estudio es de tipo no experimental, por lo que se estudiará la variable de forma descriptiva, sin hacer manipulación de la misma. Con relación a este diseño, Alcover y Cols (2007) expresan que: “...son estudios que se realizan sin la manipulación de variables y en los que solo se observan los fenómenos para después describirlos y analizarlos” (p. 46). De allí, que para el presente estudio solo se formula la variable.

Por otra parte, la investigación es de corte transeccional pues, de acuerdo con

Hernández, Fernández y Baptista (ob. cit.) este tipo de diseño: “...presenta un panorama del estado de una o más variables en uno o más grupos de personas, objeto e indicadores en un momento determinado” (p. 193), lo que quiere decir, que la variable se medirá a través de un instrumento que se aplicará una sola vez y en un momento establecido.

Población y Muestra

Para el desarrollo de la investigación se hace necesario determinar el espacio donde se desarrolló y los sectores e individuos a los que se va a dirigir el esfuerzo de la investigación. La población o universo, desde una perspectiva cuantitativa, de acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (ob. cit.) es: “...el conjunto de todos los casos que concuerdan con determinadas especificaciones”. (p. 238) por consiguiente es la totalidad del fenómeno a estudiar, en donde las unidades poseen una característica en común, la cual se estudia y da origen a los datos de la investigación

Además según Chávez (2007) la población es: “...el universo de la investigación, sobre la cual pretende generalizar los resultados” (p. 162) con base en la definición, se estableció como población la cantidad de dieciséis (16) atletas del balonmano estudiantes de quinto y sexto grado en edades comprendidas entre 12 a 13 años, de la escuela básica “Alberto Arvelo Torrealba” municipio Antonio José de Sucre” Estado Barinas

En lo que respecta a la muestra para (Ramírez, citado en Ávila, 2016) es: “...la agrupación en la que se conoce la cantidad de unidades que la integran. Desde el punto de vista estadístico, una población finita es la constituida por un número inferior a cien mil unidades” (p. 96) por tanto, como la población de investigación es finita es decir un grupo relativamente pequeño; a tal efecto, se asume el 100% de la población, en consecuencia no es necesario obtener muestra, por lo que se trabajó con los dieciséis (16) atletas del balonmano de la institución antes mencionada.

Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

Según Arias (2012) las técnicas de recolección de datos son las distintas formas o maneras de obtener la información. Es por ello que Chávez (2007), define las técnicas e instrumentos de recolección de los datos como: "...los medios que utiliza el investigador para medir el comportamiento o atributos de las variables. Entre estos, se pueden mencionar: los cuestionarios, la encuesta, la entrevistas y las escalas de clasificación, entre otros" (p. 173) en efecto, para la recolección de los datos y de este modo proceder a efectuar la medición de la variable, sus dimensiones e indicadores se utilizó la técnica de la encuesta.

En este sentido, se manejo la encuesta porque de acuerdo Arias (ob. cit.) permite: "...obtener información que suministra un grupo o muestra de sujetos acerca de sí mismos o en relación con un tema en particular." (p. 70), asimismo en la modalidad de encuesta escrita según el precitado autor, se utiliza como instrumento el cuestionario que según Sabino (2011) es: "...cualquier recurso de que se vale el investigador para acercarse a los fenómenos y extraer de ellos la información" (p. 99)

A tal efecto, el instrumento a utilizado fue el cuestionario con escalamiento tipo Lickert que, según Hernández, Fernández y Baptista (2010) consiste en: "...un conjunto de ítems presentados en forma de afirmaciones o juicios, ante los cuales se pide la reacción de los participantes" (p. 341), el instrumento se estructura en tres partes: identificación del investigador, instrucciones para su llenado y presentación de los ítems que deben ser respondidos, respectivamente.

En atención a lo anterior, se diseñó un cuestionario integrado por dieciocho (18) ítems, con tres (3) alternativas de respuesta: De acuerdo (DA); indeciso (I) y De acuerdo (ED), dichos ítems se desprenden de los indicadores de la operacionalización de la variable que permitieron analizar inteligencia emocional en el manejo de la comunicación en los docentes (Anexo 1)

Validez y Confiabilidad

Todo instrumento de investigación empleado en la recolección de datos, para que verdaderamente reflejen la realidad de la variable que se mide debe reunir dos

condiciones: Validez y Confiabilidad. De acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (ob. cit.) la validez se refiere: "...al grado en que un instrumento realmente mide la variable que pretende medir" (p. 277) Sin embargo, existen diversos tipos de evidencias, siendo considerada para esta investigación la evidencia relacionada con el contenido.

Al respecto Hernández, Fernández y Baptista (ob. cit.) antes mencionado se refiere a la validez de contenido como: "...el grado en que un instrumento refleja un dominio específico de contenido de lo que se mide" (p. 279) en este sentido, una investigación tiene un alto nivel de validez de contenido si la evaluación o revisión de las preguntas o ítems construidas por el investigador, es completamente aceptada por un grupo de jueces expertos, la cual determina si un instrumento de recolección de datos es totalmente válido. En tal sentido, trata de medir la variable que se desea estudiar, para obtener los resultados que se necesitaron para el desarrollo de la investigación.

De acuerdo con lo anterior en esta investigación la validez se llevará a cabo a través del "Juicio de Expertos", para ello se seleccionan tres (03) expertos: un (01) orientador de la conducta, un (01) especialista en educación física y un (1) metodólogo, quienes analizarán el instrumento en cuanto a claridad, redacción y pertinencia entre objetivos, variables, dimensiones e indicadores, para luego proceder a firmar la constancia de validación. Luego, de acuerdo con las observaciones y sugerencias de los expertos se procederá a realizar las correcciones indicadas previas a la elaboración del instrumento definitivo.

En cuanto a la confiabilidad, Hernández, Fernández y Baptista (ob. cit.) señalan que es: "...el grado en que su aplicación repetida al mismo sujeto produce iguales resultados" (p. 247), de acuerdo con lo señalado, la confiabilidad consiste en determinar si un instrumento ofrecerá los mismos resultados cuando es aplicado a un individuo de manera repetida.

En tal sentido, se procederá a la aplicación de la prueba piloto a diez atletas del balonmano con características similares a los estudiados, esta prueba permitirá la obtención de datos confiables y realizar un análisis preliminar con los resultados que

permite constatar situaciones que pudiesen ocurrir en la aplicación definitiva del instrumento. Luego para determinar la confiabilidad de los instrumentos elaborados, se aplicará el estadístico de Alfa de Cronbach sobre la base de la matriz de correlación de los ítems, para la escala total y cada una de las dimensiones.

Es de hacer notar, que el coeficiente requirió una sola aplicación produciendo valores que oscilan entre 0 y 1, entendiéndose que cero (0) significa confiabilidad nula, y uno (1) confiabilidad máxima, su resultado es el siguiente: Posteriormente, se procedió a estimar la confiabilidad mediante el estadístico Alfa de Cronbach, a través de la fórmula siguiente:

$$r_{tt} = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_t^2} \right]$$

Dónde:

K = Número de ítems: 18

Si2 = Varianza de los puntajes de cada ítem: 11,16

St2= Varianza de los puntajes totales: 44,8

Según el coeficiente Alfa, los ítems correspondientes al cuestionario aplicado a los atletas es muy alta porque obtuvo una puntuación de r 80

Técnicas de Análisis de Datos

Luego de ser aplicado el instrumento a los atletas del balonmano del estudio se procede a realizar las siguientes actividades:

1. Se elabora una matriz de datos a fin de plasmar las respuestas emitidas por los docentes sujetos de investigación.

3. La tabulación de los datos se realiza en forma manual y mediante la ayuda del programa estadístico SPSS “Statistical Package for the Social Sciences”, se determinó las frecuencias simples y absolutas para cada ítem.

4. Los datos se organiza en cuadros de distribución de frecuencias, uno por cada

dimensión.

5. Para el análisis e interpretación de los datos se realiza considerando los promedios obtenidos en ítemes, e indicadores considerándose alta presencia de la inteligencia emocional en la comunicación de los docentes cuando la respuesta de los docentes se ubique en la alternativa de respuesta de acuerdo (DA), moderada presencia cuando el porcentaje de respuesta se ubique alternativa de respuesta indeciso (I), y baja presencia se ubique alternativa de respuesta en desacuerdo (ED).

6. Los resultados obtenidos luego son confrontados con las diferentes posturas consideradas en el marco teórico a fin de establecer comparaciones entre lo expuesto por los autores consultados y los resultados obtenidos en el presente estudio.

7. Finalmente se procede a la elaboración de las conclusiones y recomendaciones en función de lo obtenido en el diagnóstico y en conformidad con cada uno de los objetivos planteados.

CAPÍTULO IV

PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

Tomados los datos de la aplicación de los cuestionarios a dieciséis (16) atletas de balonmano de categoría infantil de la escuela básica “Alberto Arvelo Torrealba” municipio Antonio José de Sucre” Estado Barinas, con la finalidad de Analizar la inteligencia emocional en atletas de balonmano de categoría infantil para el mejoramiento del rendimiento deportivo, para ello, se procedió a organizar la presentación y análisis respectivo de los datos aportados por estos. Tal organización se realizó de manera que se hiciera adecuada al lector la percepción de los resultados y de su interrelación de una manera sencilla, clara y precisa.

La presentación de datos se diseñó acorde con los indicadores de cada una de las dimensiones indicadas: aptitud personal y aptitud social presente en la inteligencia emocional de los atletas. Cabe destacar, que en opinión de Fernández (2012), un primer paso en la organización de los datos obtenidos de una población de estudio es precisamente la presentación de los datos, a objeto de observar de manera resumida y sistemática la información suministrada por los mismos.

Es importante resaltar que para la presentación, análisis e interpretación de los resultados se aplicó el método estadístico fundamental, lo que originó la presentación en cuadros de distribución de frecuencias, además de sus índices porcentuales respectiva, contentiva de columnas correspondientes a cada ítem.

El criterio de análisis e interpretación de los datos se realizará en consideración los promedios obtenidos en ítemes, e indicadores tomando en cuenta donde se ubique el mayor porcentaje es decir: alta presencia de inteligencia emocional en el rendimiento deportivo cuando la mayor tendencia de respuesta esté en la opción de acuerdo, moderada presencia cuando el mayor porcentaje de respuesta se sitúe en la opción indeciso y baja presencia si es mayor porcentaje se ubique en la opción en desacuerdo

Cuadro 2

Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud personal del indicador Autoconciencia

N°	Ítemes	De acuerdo (DA)		Indeciso (I)		En desacuerdo (ED)	
		Fi	%	Fi	%	Fi	%
Como atletas de balonmano:							
01	Estoy consciente de cuáles son mis fortalezas por tanto, aprovecho los movimientos naturales de mi cuerpo para realizar lanzamientos con la pelota	11	68.75	4	25	1	6.25
02	Sé que las fechas límite despiertan en mí nerviosismo por tanto, entreno cuidadosamente ante de los encuentros	10	62.5	5	31.25	1	6.25
Promedio			65.5		28.25		6.25

Fuente: Instrumento aplicado a los atletas sujetos en estudio

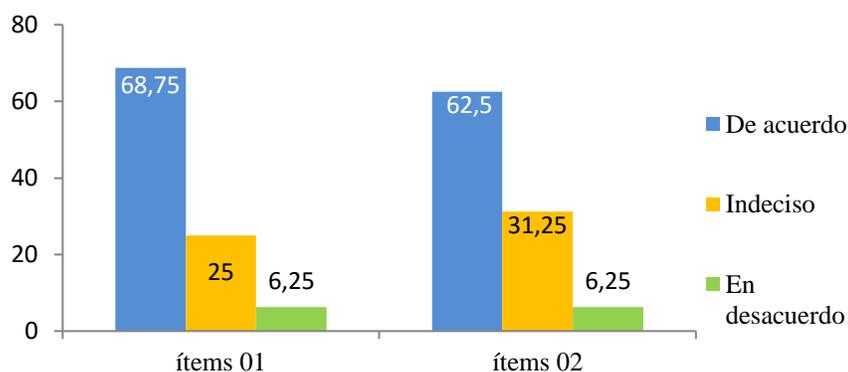


Gráfico 1. Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud personal del indicador Autoconciencia

De acuerdo al cuadro anterior referido a la dimensión aptitud personal del indicador *autoconciencia*, en el rendimiento deportivo de los atletas de balón mano se encontró que el 68.75% de los sujetos de estudio dicen estar consciente de cuáles son sus fortalezas por tanto, aprovechan los movimientos naturales de su cuerpo para realizar lanzamientos con la pelota. Un 25 % indeciso, y un 6,25% de acuerdo. Asimismo, el 62,5% de los atletas, se expresan en de acuerdo con que saben que las fechas límite despiertan en ellos nerviosismo por tanto, entrenan cuidadosamente ante de los encuentros. Un 31, 25 % indeciso y un 6,25% de acuerdo.

Resultados que revelan que en promedio el 65,6% de los atletas estudiados se expresan de acuerdo con que su autoconciencia les permite manejar adecuadamente sus emociones para rendir eficientemente. Lo que se traduce en alta presencia de la

inteligencia emocional en el rendimiento deportivo de los atletas de balón mano desde este indicador. Esto resultados se sustenta en lo dicho Martin y Boeck (2007) sobre que la autoconciencia implica: "...reconocer los propios estados de ánimo, los recursos y las intuiciones. Así como conocer nuestras propias emociones y cómo nos afectan, cuáles son nuestras virtudes y nuestros puntos débiles" (p. 56),

Cuadro 3 Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud personal del indicador Autorregulación

Nº	Ítemes	De acuerdo (DA)		Indeciso (I)		En desacuerdo (ED)	
		Fi	%	Fi	%	Fi	%
Como atletas de balonmano:							
3	Realizo preparativos antes del partido con ejercicios de respiración para dominar mis miedos.	4	25	2	12.5	10	62.5
4	Medito para regular la ansiedad que siento, pues, así evito la perdida de concentración para disfrutar del evento deportivo	3	18.75	2	12.5	11	68.75
Promedio			21.8		12.5		65.6

Fuente: Instrumento aplicado a los atletas sujetos en estudio

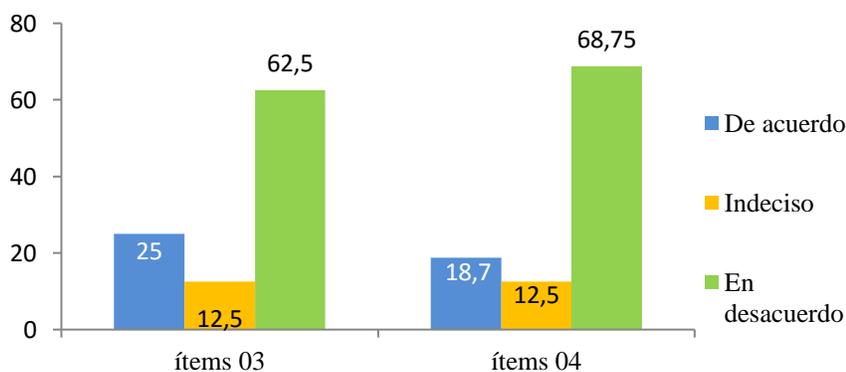


Gráfico 2. Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud personal del indicador autorregulación

Con relación al indicador *autorregulación* el cual se obtuvo que el 62,5% de los atletas, estén en desacuerdo con que realizan preparativos antes del partido con ejercicios de respiración para dominar mis miedos. Un 25 % de acuerdo, y un 12,5 % indecisos. Asimismo, el 68,7% de los atletas, se muestran en desacuerdo con que

realizan preparativos antes del partido con ejercicios de respiración para dominar sus miedos. Un 18,75 % de acuerdo y un 12,5 % indecisos.

Resultados que revelan que en promedio el 65,6 % de los atletas estudiado expresan desacuerdo con que se auto regulan correctamente para rendir deportivamente como lo espera él y su equipo. Lo que se traduce en baja presencia de la inteligencia emocional en el rendimiento deportivo de los atletas de balón mano desde este indicador. Este resultado se respalda lo acotado por Thorndike (2009) quien acota que la autorregulación es: "... la capacidad que nos permite controlarnos a nosotros mismos nuestras emociones y no que estas nos controlen a nosotros, sacándonos la posibilidad de elegir lo que queremos sentir en cada momento de nuestra vida" (p. 42)

Cuadro 4. Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud personal del indicador automotivación

N°	Ítemes	De acuerdo (DA)		Indeciso (I)		En desacuerdo (ED)	
		Fi	%	Fi	%	Fi	%
Como atletas de balonmano:							
5	Me visualizo acariciando el trofeo, para perseguir mi meta de convertirme en un gran deportista	2	12.5	5	31.25	9	56.25
6	Me entusiasmo a mí mismo, proporcionándome algún premio cuando creo que he hecho las cosas bien.	2	12.5	4	25	10	62.5
Promedio			12.5		28,2		59.3

Fuente: Instrumento aplicado a los atletas sujetos en estudio

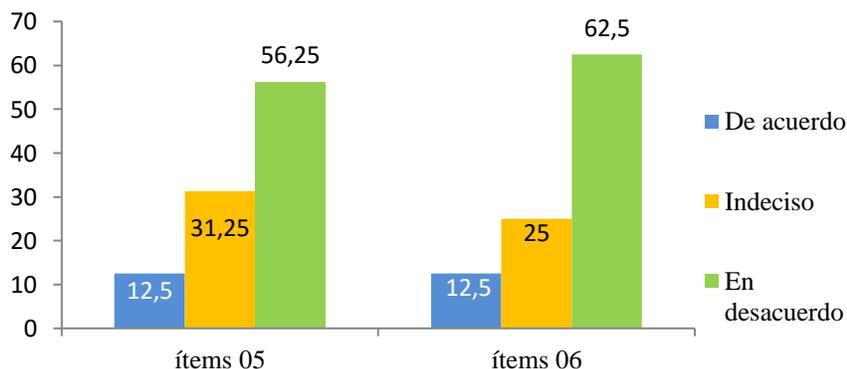


Gráfico 3. Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud personal del indicador automotivación

Asimismo, en cuanto al indicador *automotivación* el 56,25% de los atletas dicen que están en desacuerdo con que se visualizan acariciando el trofeo, para perseguir mi meta de convertirme en un gran deportista. Un 31,25 % indeciso, y un 12,5% de acuerdo. Asimismo, el 62,5% de los atletas están en desacuerdo con que se entusiasma a mí mismo, proporcionándose algún premio cuando cree que ha hecho las cosas bien. Un 25 % indeciso y un 12,5% de acuerdo.

Resultados que revelan que en promedio el 59,3 % de los atletas estudiado se expresan en desacuerdo con que se automotivan. Lo que se traduce en baja inteligencia emocional en el rendimiento deportivo de los atletas de balón mano desde este indicador. Este resultado se confirma en lo expresado por Goleman, (2008) "... darse a uno mismo las razones, impulso, entusiasmo e interés que provoca una acción específica o un determinado comportamiento" (p. 88)

Cuadro 5

Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud personal del indicador autoconfianza

Nº	Ítems	De acuerdo		Indeciso		En desacuerdo	
		Fi	%	Fi	%	Fi	%
Como atletas de balonmano:							
7	Estoy convencido de que puedo alcanzar mejores jugadas en mi desempeño deportivo si realizó un esfuerzo en entrenar	2	12.5	3	18.7	11	68.7
8	Procuro estar relajado a la hora de lanzar el balón en una jugada decisiva, porque se que puedo hacerlo bien	2	12.5	4	25	10	62.5
Promedio			12.5		21.5		66

Fuente: Instrumento aplicado a los atletas sujetos en estudio

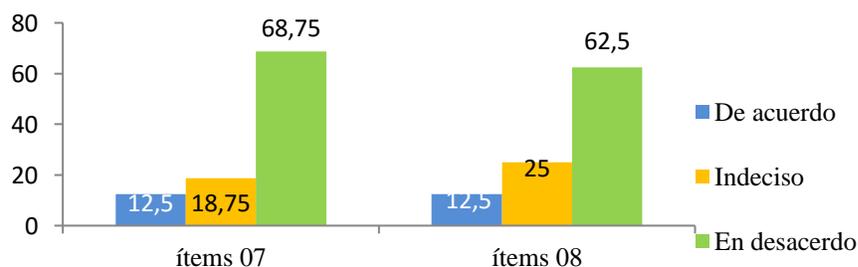


Gráfico 4. Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud personal del indicador autoconfianza

Los resultados del instrumento aplicado a los atletas estudiados, sobre dimensión aptitud personal muestra que el indicador *autoconfianza* un 68,75 % de los atletas están en desacuerdo con estar convencidos de que pueden alcanzar mejores jugadas en su desempeño deportivo si realizan un esfuerzo en entrenar. Un 18,75 % indecisos, y un 12, 5% de acuerdo. Asimismo, el 62,5% de los atletas expresan en desacuerdo con procurar estar relajado a la hora de lanzar el balón en una jugada decisiva, porque sabe que puede hacerlo bien. Un 25 % indecisos y un 12, 5% de acuerdo.

Resultados que revelan que en promedio el 66% de los atletas estudiado se expresan en desacuerdo con que tienen autoconfianza en ellos para salir y dar el todo por el todo y llevarse el trofeos. Lo que se traduce en baja presencia de la inteligencia emocional en el rendimiento deportivo de los atletas de balón mano desde este indicador. Estos resultados se corroboran en lo planteado Gardner (ob. cit.): "...es tener la certeza sobre el propio valor y facultades que se tiene para cumplir una tarea. Es decir reconocer que si podemos (p. 92)

Cuadro 6

Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud social del indicador empatía

Nº	Ítemes	De acuerdo (DA)		Indeciso (I)		En desacuerdo (ED)	
		Fi	%	Fi	%	Fi	%
Como atletas de balonmano:							
9	Comprendo los estados de ánimo del entrenador cuando no rindo deportivamente como él lo esperaba al imaginarme cómo me sentirías yo en su lugar	6	37.5	7	43.75	3	18.75
10	Cuando vamos perdiendo un juego porque un jugador ha cometido algún error, me pongo en la piel de él para ayudar a mejorar la situación	7	43.75	6	37.5	3	18.75
	Promedio		41.1		40.2		18.7

Fuente: Instrumento aplicado a los atletas sujetos en estudio

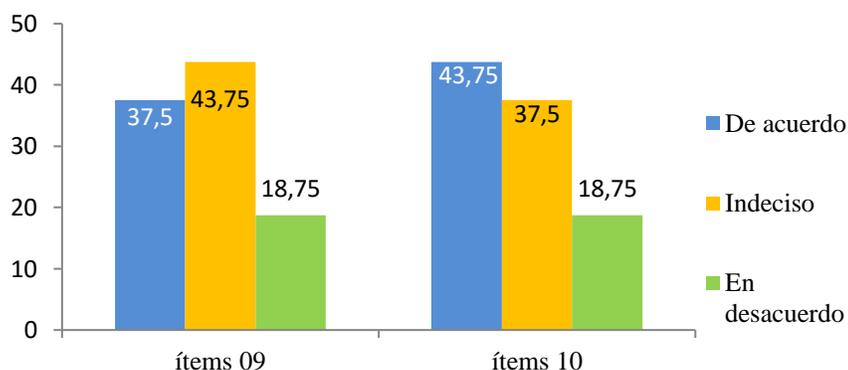


Gráfico 5. Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud social del indicador empatía

Por otra parte, en el instrumento aplicado a los atletas se encuentra el indicador empatía en el cual se obtuvo que, un 43,75% de los atletas estudiados dicen estar indecisos con que comprenden los estados de ánimo del entrenador cuando no rinde deportivamente como él lo esperaba al imaginarme cómo me sentirías él si estuviera en su lugar. Un 37,5 % de acuerdo, y un 18,75 % en desacuerdo. Asimismo, el 43,75% de los atletas se expresan en desacuerdo con que cuando van perdiendo un juego porque un jugador ha cometido algún error, se ponen en la piel de él para ayudar a mejorar la situación. Un 37,5 % indecisos y un 18,75% en desacuerdo.

Resultados que revelan que en promedio el 41,1% de los atletas estudiado se expresan indecisos con que comprende al otro cuando están en medio de un juego y las cosas no salen como las tenían previstas. . Lo cual se traduce en moderada presencia de la inteligencia emocional en el rendimiento deportivo de los atletas de balón mano desde este indicador. Los datos confirman en lo acotado Gisper (2006) exprese que la empatía es: “...entender qué están sintiendo otras personas, ver cuestiones y situaciones desde la perspectivas de ellas” (p. 36),

Cuadro 7

Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud social del indicador comunicación

N°	Ítemes	De acuerdo (DA)		Indeciso (I)		En desacuerdo (ED)	
		Fi	%	Fi	%	Fi	%
Como atletas de balonmano:							
11	Escucho con atención lo que me tiene que decir el entrenador en los medios tiempos aun cuando este desanimado	3	18,75	9	56,25	4	25
12	Le hago saber al entrenador sus posible fallas en el campo deportivo de manera cortés pero firme	2	12,5	10	62,5	4	25
Promedio			15,6		59,4		25

Fuente: Instrumento aplicado a los atletas sujetos en estudio

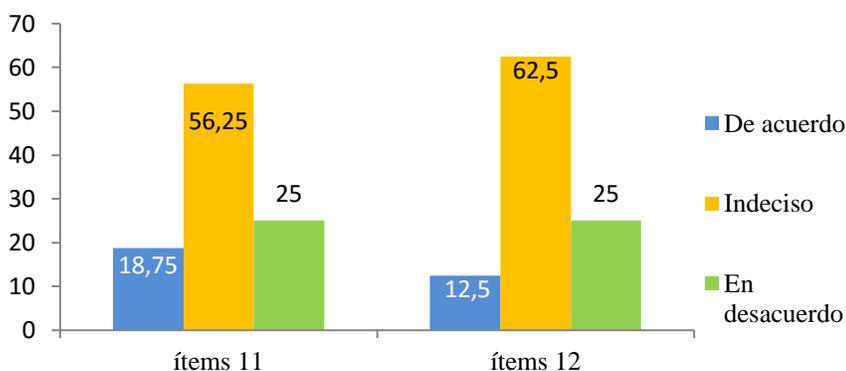


Gráfico 6. Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud social del indicador comunicación

Con relación a la dimensión aptitud social con referencia al indicador *comunicación* 56,25 % de los atletas se dicen indecisos con escuchar con atención lo que le tiene que decir el entrenador en los medios tiempos, aun cuando este desanimado; un 25 % en desacuerdo. Un 18,75 % de acuerdo. También el 62,5 % de los atletas consultados se dicen indecisos con que le hago saber al entrenador sus posibles fallas en el campo deportivo de manera cortés pero firme, mientras que un 25% en desacuerdo. Un 12,5 % de acuerdo.

Lo que revela que un 59,4 % de los atletas en estudio se dicen indecisos con que llevan una la comunicación eficiente y eficaz con los demás. Lo cual se interpreta como en moderada presencia de la inteligencia emocional en el rendimiento deportivo de los atletas de balón mano desde este indicador. El resultado se confirma con la posición de Añez (2005) expresa que la comunicación asertiva: "...abarca

diferentes formas de intercambio de ideas, sentimientos y emociones donde se respetar el sentir ajeno pero, sin dejar de lado el propio, por tanto, es uno de los componentes básicos de las relaciones humanas” (p. 126)

Cuadro 8

Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud social del indicador liderazgo

N°	Ítemes	De acuerdo (DA)		Indeciso (I)		En desacuerdo (ED)	
		Fi	%	Fi	%	Fi	%
Como atletas de balonmano:							
13	Animo a los jugadores del equipo a hacer sugerencias sobre cómo desarrollar los entrenamientos más productivos	1	6.25	2	12.5	13	81.25
14	Motivo a los demás jugadores a ejercitarse para solucionar los problemas deportivos que hay en el grupo.	1	6.25	3	18.75	12	75
Promedio			6.25		15.6		78,1

Fuente: Instrumento aplicado a los atletas sujetos en estudio

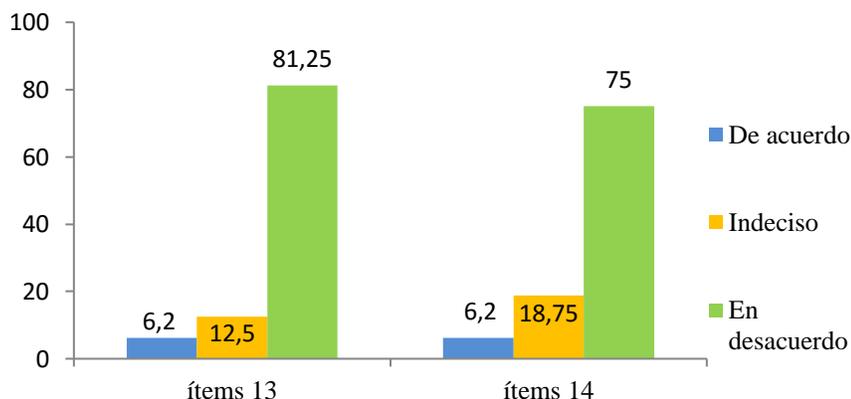


Gráfico 7. Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud social del indicador liderazgo

Con respecto a la dimensión aptitud social del indicador *liderazgo* en el cual el 81,25% de los atletas se dicen en desacuerdo con animar a los jugadores del equipo a hacer sugerencias sobre cómo desarrollar los entrenamientos más productivos; un 12,5 % indeciso. Un 6,25% de acuerdo. También el 75 % de los atletas consultados se dicen en desacuerdo con motivar a los demás jugadores a ejercitarse para solucionar los problemas deportivos que hay en el grupo, mientras que un 18,75 indecisos. Un

6,25 % de acuerdo.

Lo que revela que un 78 % de los atletas en estudio se dicen en desacuerdo con que motiva a los demás integrantes del equipo de forma que se anime y den lo mejor de sí mismo lo que se traduce en baja presencia de la inteligencia emocional en el rendimiento deportivo de los atletas de balón mano desde este indicador. El resultado que refutan la posición de Goleman (2013) explica que el liderazgo es: "...una influencia que se ejerce sobre las personas y que permite incentivarlas para que trabajen en forma entusiasta por un objetivo común" (p. 67)

Cuadro 9

Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud social del indicador trabajo en equipo

N°	Ítemes	De acuerdo (DA)		Indeciso (I)		En desacuerdo (ED)	
		Fi	%	Fi	%	Fi	%
Como atletas de balonmano:							
15	Juego con el compromiso de priorizar las necesidad del equipo por encima de mis intereses personales	6	37.5	7	43.75	3	18.75
16	Juego con el compromiso de priorizar las necesidad del equipo por encima de mis intereses personales	6	37.5	8	50	2	12.5
Promedio			37.5		46.9		15.6

Fuente: Instrumento aplicado a los atletas sujetos en estudio

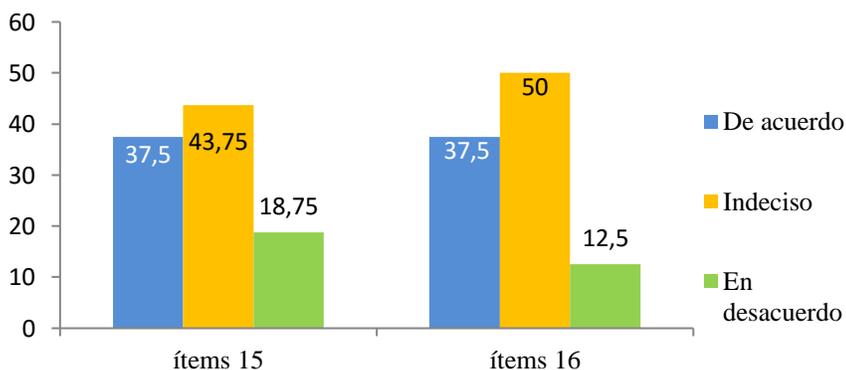


Gráfico 8. Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud social del indicador Trabajo en equipo

Por otra parte, en el instrumento aplicado a los atletas estudiados, muestra que

el indicador *trabajo en equipo* el 43,75 % de los atletas se dicen indecisos con que juegan con el compromiso de priorizar las necesidades del equipo por encima de sus intereses personales; un 37,5 % en desacuerdo. Un 18,75% en desacuerdo. También el 50 % de los atletas consultados se dicen indecisos con que trabajan conjuntamente con el equipo para alcanzar los objetivos que se han propuesto de manera colectiva, mientras que un 37,5% de acuerdo Un 12,5 % en desacuerdo.

Lo que revela que un 43,7 % de los atletas en estudio se dicen indecisos con que trabajan en equipo, colocando por encima la meta colectiva de las individuales. Lo que se traduce como moderada presencia de la inteligencia emocional en el rendimiento deportivo de los atletas de balón mano. Este resultado se certifica en lo expresado por Senge y otros (2005) precisan que el trabajo en equipo es: "...un conjunto de personas que se organizan de una forma determinada para lograr un objetivo común, en beneficio de todos (p. 17)

Cuadro 9

Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud social del indicador Cooperación

N°	Ítems	De acuerdo		Indeciso		En desacuerdo	
		Fi	%	Fi	%	Fi	%
Como atletas de balonmano:							
7	Respira profundamente cuando sientes que las demás personas no entienden lo que le dices	2	12.5	3	18.7	11	68.7
8	Relaja poco a poco cada parte del cuerpo cada vez que siente tensión porque le incumplen alguna actividad que ha propuesto al estudiantado	2	12.5	4	25	10	62.5
Promedio			12.5		21.5		66

Fuente: Instrumento aplicado a los atletas sujetos en estudio

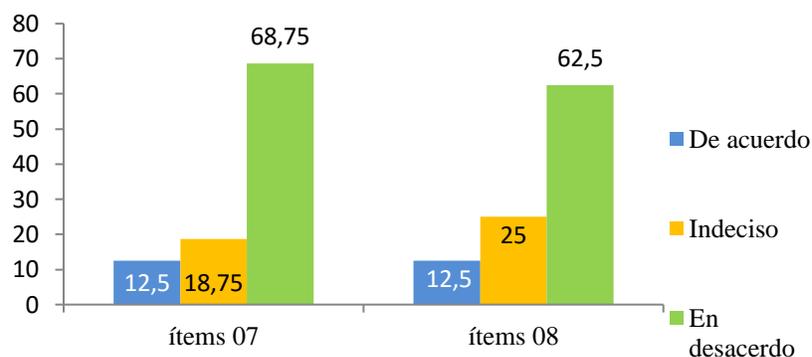


Gráfico 8. Distribución de la opinión de los atletas con relación a la dimensión aptitud social del indicador cooperación

Por otra parte, en el instrumento aplicado a los atletas estudiados, muestra que el indicador *cooperación* el 68, 75,75 % de los atletas están en desacuerdo con que ayudan a sus compañeros de equipo en el desarrollo del juego pues, de ellos también depende el éxito deportivo; un 18.75, 5 % indeciso. Un 12,5% de acuerdo. También el 62,5 % de los atletas consultados se dicen en desacuerdo con cooperan con el equipo realizando de manera gloriosa su parte en el campo deportivo, mientras que un 25% indeciso Un 12, 5 % de acuerdo.

Lo que revela que un 43,7 % de los atletas en estudio se dicen en desacuerdo con que cooperan sin ningún tipo de egoísmo para logra el triunfo del equipo. Lo que se traduce como moderada presencia de la inteligencia emocional en el rendimiento deportivo de los atletas de balón mano. Este resultado se certifica en lo expresado por Piaget (citado por Arias, Cardenas y Estupiñan 2005) afirma que: "...la cooperación es el esfuerzo para obtener metas comunes al tiempo en que se coordinan los sentimientos y la perspectiva propia con una conciencia de los sentimientos y las perspectivas de los otros" (p. 42)

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

De acuerdo con los objetivos específicos propuestos y sobre la base de los resultados arrojados en la presente investigación se concluye lo siguiente:

En cuanto al diagnóstico de las aptitudes personales de los atletas de balonmano de categoría infantil de la escuela básica “Alberto Arvelo Torrealba” sujetos a estudio que caracterizan la presencia inteligencia emocional en el rendimiento deportivo se determinó la baja presencia. Por la baja presencia de aptitudes personales como la autoconciencia, autorregulación, automotivación y autoconfianza, en los sujetos objeto de estudio pues, nunca estos según sus propias respuesta a las interrogantes de la encuesta nunca están consciente de cuáles son sus fortalezas por tanto, no aprovechan de manera correcta los movimientos naturales de su cuerpo para realizar lanzamientos con la pelota.

Además, nunca saben que cuando llegan las fechas límite se despiertan en ellos el nerviosismo por tanto, aunque debieran entrenarse cuidadosamente ante de los encuentros, no lo hacen. Igualmente, nunca meditan para regular la ansiedad que sienten, para así evitar la pérdida de concentración que les impide disfrutar del evento deportivo. Sin embargo, siempre se visualiza acariciando el trofeo, para perseguir su meta de convertirme en un gran deportista. Por otra parte, se comprobó que, algunas veces están convencidos de que pueden alcanzar mejores jugadas con su desempeño deportivo si realiza un esfuerzo en entrenar. No obstante, nunca están completamente convencido de sus capacidades como atletas de balonmano por lo que suponen que todo le va a salir mal.

En cuanto a la identificación de la aptitud social de los atletas de balonmano de la categoría pre infantil sujetos a estudio, como característica de la presencia de inteligencia emocional en el rendimiento deportivo, se demostró que algunas veces

manifiestan aptitudes sociales debido a la moderada presencia de empatía, comunicación, liderazgo, trabajo de equipo y cooperación. En tal sentido, los encuestados aceptan que nunca comprenden los estados de ánimo del entrenador cuando no rinden deportivamente como él lo esperaba al imaginarse cómo se sentirías él en su lugar. Por otra parte, cuando van perdiendo un juego porque un jugador ha cometido algún error, nunca se ponen en la piel de él para ayudar a mejorar la situación.

Pese a ello, los sujetos del estudio expresan que nunca se preocupa realizar el mejor desempeño deportivo para que los otros integrantes del equipo hagan lo mismo. Además, explican que nunca animan a los otros jugadores del equipo a hacer sugerencias sobre cómo desarrollar los entrenamientos más productivos. A la par, explican que algunas veces trabajo conjuntamente con el equipo para alcanzar el objetivo que se han propuesto de manera colectiva. Del mismo modo algunas veces hacen esfuerzo para que el equipo gane entrenándose a diario con constancia.

Bajo la premisa de estos resultados se aprecia que aun cuando existe una baja presencia en atletas de balonmano, de la inteligencia emocional en el desarrollo del rendimiento deportivo por lo cual conviene proporcionar orientaciones deportivas a los atletas de balonmano de categoría infantil de la escuela básica “Alberto Arvelo Torrealba” municipio Antonio José de Sucre” Estado Barinas para el desarrollo de la inteligencia emocional en el fortalecimiento de del rendimiento para que incrementen la inteligencia emocional, sus capacidades y habilidades psicológicas que implique sentimiento, entendimiento, control y modificación de las emociones propias y ajenas le permitirá gestionar satisfactoriamente las inquietudes deportivas que le impiden desarrollar su rendimiento deportivo en función de activar sus aptitudes personales y sociales

Recomendaciones

Establecidas las conclusiones, se presentan las siguientes recomendaciones:

Hacer llegar a la directiva de la escuela básica “Alberto Arvelo Torrealba” municipio Antonio José de Sucre estado Barinas los resultados obtenidos en el diagnóstico, a fin de que se aboque en ofrecer todas las facilidades para que los

atletas de balonmano desarrollen la inteligencia emocional para que puedan tomar de decisiones adecuadas que los lleven a asumir los retos que se presenten en las actividades realizadas en el campo deportivo, se aprovechen como oportunidades para identificar los valores deportivos, mantenerse motivados y lograr alcanzar metas personales y de equipo.

Proporcionar orientaciones deportivas dirigida a los sujetos de estudio para el incremento de la inteligencia emocional que conlleve al mejoramiento del rendimiento deportivo para socializarla en las jornadas de formación dentro de los espacios deportivos donde se preparan estos deportistas de esta categoría, y de esta manera contribuir para que estos jugadores pueda colocar en práctica las técnicas plasmadas en la guía.

Promover la realización de talleres y jornadas de trabajo donde atletas de balonmano se capaciten en técnicas de orientación cognitivo conductual con el fin de fortalecer las aptitudes personales y sociales que desarrollen la autorregulación de emociones, automotivación, la empatía como herramientas que lleva al conocimiento de ellos mismos.

Se sugiere realizar charlas y talleres que contengan orientaciones deportivas para el desarrollo de la inteligencia emocional en el fortalecimiento de del rendimiento deportivo con los practicantes de beisbol para desarrollar empatía, autocontrol, motivación, para que controlen emociones perturbadoras, tales como ansiedades, terrores, depresiones y agresividad, que impiden el desarrollo del rendimiento deportivo con el fin de que las transformen productivamente.

A los instructores que les enseñe a estos deportistas a interpretar bien las emociones de otros con el fin de que mejoraren su capacidad de conectarse y empatizar con los demás lo cual se verá reflejado directamente en el rendimiento del equipo.

REFERENCIAS

- Alcover, C y Cols M. (2007). **Métodos De Investigación en Psicología del Trabajo y las Organizaciones**. Madrid: Mcgraw Hill.
- Arcila, F. (2007). **Psicología del Desarrollo**. México: Prentice-Hall.
- Arias, F. (2012). **El Proyecto de Investigación Científica**. Introducción a la metodología científica. Editorial Episteme, 5ta edición. Caracas.
- Arredondo, L. (2012) **Sea un Comunicador Excelente**. McGraw-Hill / Interamericana. Madrid, España.
- Ávila, B. (2016) **Introducción a la Metodología de la Investigación**. Libro en línea Edición electrónica. Disponible en: www.eumed.net/libros/2006c/203/ [consulta, enero 15, 2013].
- Ballester Arnal, y Gil Llario, M. (2002). **Habilidades sociales: Evaluación y Tratamiento**. Madrid: Síntesis.
- Beltrán, J. y Pérez, L. (2012). **Educación en el siglo XXI**. Madrid: Ediciones CCS.
- Boeck; K y Martí D, (2001) **E.Q. ¿Qué Es Inteligencia Emocional?** Editorial: EDAF
- Brockert y Braun (2017) **Programa de Orientación Dirigido a docentes para Desarrollar Habilidades Emocionales**. Trabajo de grado no publicado. Universidad Computence. Madrid.
- Caballo, V.E. (2005). **Manual de Evaluación y Entrenamiento de las Habilidades Sociales**. Madrid: Editorial Siglo XXI.
- Cabrera, J. (2003). **¿Qué entendemos por inteligencia emocional?** La Habana, Cuba, Editorial: Universidad Agraria de la Habana
- Castillo M. (2016) **Manual de Estrategias Asertivas dirigido a Docentes para el Desarrollo de la Inteligencia Emocional**. Trabajo de grado no publicado de la Universidad Centroccidental Lisandro Alvarado en Barquisimeto Lara
- Castilla del Pino, Carlos. (2010) **Teoría de los sentimientos**. Barcelona, Tusquets Editores

- Chávez, N. (2007). **Introducción a la Investigación Educativa**. Maracaibo. Venezuela.
- Chiavenato, I. (2009). **Administración de Recursos Humanos**. México. Editorial Mc Graw Hill
- Cía, A. (2010). **Estrategias para superar el Pánico y la Agarofobia**. (2da Ed.) Argentina: Editorial El Ateneo
- Conangla, M. (2005) *Crisis Emocionales*. 2ª. Edición, España: Editorial Amat
- Consuegra, R. (2007). **Habilidades de comunicación**: España. Editorial Vigo.
- Cortese, A. (2003). **¿Qué es la inteligencia emocional?** [Documento en Línea] Disponible en: <http://www.inteligenciaemocional.org> . [Consulta: 2010, marzo 18)
- Costa, R. y Costa, G. (2010). **El arte de Comunicarse en Familia**. Madrid: CCS.
- Covey, S. y Hatch D. (2008) **Grandeza para Cada Día**. Estados Unidos: Editores grupo Nelson
- Cuberos, M (2017). **Habilidades de la Inteligencia Emocional en Directores Educativos**. Lineamientos de Orientación. Tesis de Grado no publicada. CIPPSV. Barinas: Venezuela
- Dolto, F. (2010), **¿Cómo Educar?** (Reflexiones Sobre la Comprensión y la Comunicación), Barcelona, España: Editorial Paidós.
- Fox, L. y Frankel, H. (2010). **Tú no me escuchas, yo no te entiendo**. Barcelona: Vergara
- Gil, F. y León, J.M. (2011). **Habilidades sociales**: teoría, investigación e intervención, Madrid: Editorial Síntesis.
- Gisper, C. (2006). **Psicología del Niño y del Adolescente**. Barcelona. España Milnesat.
- Goleman, D. (2008). **La práctica de la Inteligencia Emocional**. Barcelona; Editorial Kairós.
- González, D (2016) **Incidencia de la Inteligencia Emocional en los estilos de Liderazgos predominantes en los Gerentes**. Trabajo de grado no publicado. Universidad Dr. Rafael Belloso Chacín. Maracaibo.
- Grün, A. (2007). **El libro de los valores**. Elogio de la vida buena. España: Editorial

Sal Terrae.

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

López de B., María y González, M. (2010). **Inteligencia emocional**. Colombia Ediciones Gamma S.A.

Malbos, P. (2015) **Empatía Motivacional**. Manejo inteligente de las emociones. Buenos Aires Argentina Editorial Dunken

Méndez, C. (2009). **Metodología**. [Diseño y desarrollo del proceso de investigación] Tercera edición. Colombia: Editorial Mc Graw Hill.

Moles, Juan. (1997). **Psicología Conductual**. Caracas. Venezuela.

Moya L (2014) **La Empatía**. Entenderla para Entender a los Demás. Editorial Plataforma

Muñoz, A. (2006). **Relaciones cuando el amor falla**. España: Ediciones Éxito, S. L.

Nieto J.(2006) **Programa de estrategias de inteligencia emocional dirigido a los docentes para fortalecer la comunicación efectiva**. Trabajo de grado no publicado del Instituto Universitario de Tecnología "Antonio José de Sucre" Estado Lara. Venezuela

Pernilla S. (2014) **¿Quién eres?** Editorial Océano Travesía

Powell, John (2008). **El enigma del yo: guía del autoconocimiento** España Editorial Sal Terra.

Quintero, L. (2010). **Emociones inteligentes**. Caracas. Venezuela: Litho Polar.

Ramírez, T. (2009). **Estructura del Anteproyecto de Investigación Modalidad Trabajo de Campo y Proyecto Factible**. México. Trillas.

Reeve, J. (2002). **Motivación y emoción**. (3a ed.) México, D.F. McGraw Hill Interamericana.

Ribeiro, L., (2007). **Aumente su Autoestima**: Bogotá. Colombia; Editorial Urano

Rodríguez, Jesús (2011). **Psicología social de la salud**. Madrid: Editorial Síntesis.

Rostree, R. (2009). **El poder de la empatía**. Argentina: Editorial Sirio

- Sabino, C. (2011) **El proceso de investigación**. Caracas: Editorial panapo
- Saer, N (2014) **Programa basado en la inteligencia emocional para el desarrollo de las habilidades sociales**. Trabajo de grado no publicado Universidad Politécnica Territorial de Lara. Barquisimeto: Venezuela
- Saz, P (2006). Diccionario de Psicología. Bogotá. Colombia
- Serrano, M (2012) **Inteligencia Emocional en docente universitarios con relación a la comunicación**. Trabajo de ascenso. Universidad del Zulia LUZ.
- Teruel, A. (2007), **Inteligencia Emocional Para Todos**. (El Poder Del Autoconocimiento), México Distrito Federal: Editorial Quarzo.
- Uzcátegui, L. (2008). **El Manual de la Inteligencia Emocional**, Emociones Inteligentes: Cómo se puede ser triunfador. Venezuela. Editorial Lithopolar Gráficas.
- Velález, P. (2007). **Como desarrollar la inteligencia emocional**. Buenos Aires. Argentina: Paidós
- Vieco, P. y Duque, H. (2007). **Ternura y Tolerancia**, 3ra Edición. Bogotá: Editorial San Pablo
- Villanueva, M. (2010), **Educación Familiar y Ciudadana**. Venezuela: Editorial Santillana
- Vivas, M, Gallego, D y González, B. (2007). **Educar las Emociones**. Editorial Dykinson, S.L. Madrid.

ANEXO

[ANEXO 1]**INSTRUMENTO APLICADO A LOS SUJETOS DEL ESTUDIO**

UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL
“EZEQUIEL ZAMORA”
VICERRECTORADO DE PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
COORDINACIÓN DEL ÁREA DE POSTGRADO
POSTGRADO MENCIÓN PEDAGOGÍA DE LA ENSEÑANZA DE LA
EDUCACIÓN FÍSICA

INSTRUMENTO

Estimado Atleta:

El presente instrumento tiene por finalidad recabar la información necesaria para desarrollar la investigación titulada: “INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ATLETAS DE BALONMANO DE CATEGORÍA INFANTIL PARA EL MEJORAMIENTO DEL RENDIMIENTO DEPORTIVO”; Esta investigación es requisito parcial para optar al grado académico de Magíster en Ciencias de la Educación Mención Pedagogía de la Enseñanza de la Educación Física que otorga La Universidad Nacional Experimental De Los Llanos Occidentales Ezequiel Zamora. En tal sentido, solicito su valiosa colaboración para responder el test que se presenta a continuación. La información obtenida es de carácter confidencial y no requiere de su identificación.

INSTRUCCIONES.

Recuerde marque con una (x) la alternativa que más se ajusta a su criterio: De acuerdo (DA), Indeciso (I), En desacuerdo (ED)

María carlota calderón Hernández

Investigadora

N°	Ítemes: Como atletas de balonmano:	Alternativas de Respuesta		
		De Acuerdo (DA)	Indeciso (AV)	En Desacuerdo (ED)
Autoconciencia				
01	Estoy consciente de cuáles son mis fortalezas por tanto, aprovecho los movimientos naturales de mi cuerpo para realizar lanzamientos con la pelota			
02	Sé que las fechas límite despiertan en mí nerviosismo por tanto, entreno cuidadosamente ante de los encuentros			
Autorregulación				
03	Realizo preparativos antes del partido con ejercicios de respiración para dominar mis miedos.			
04	Medito para regular la ansiedad que siento, pues, así evito la perdida de concentración para disfrutar del evento deportivo			
Automotivación				
05	Me visualizo acariciando el trofeo, para perseguir mi meta de convertirme en un gran deportista			
68	Me entusiasmo a mí mismo, proporcionándome algún premio cuando creo que he hecho las cosas bien. .			
Autoconfianza				
07	Estoy convencido de que puedo alcanzar mejores jugadas en mi desempeño deportivo si realizó un esfuerzo en entrenar			
08	Procuro estar relajado a la hora de lanzar el balón en una jugada decisiva, porque se que puedo hacerlo bien			
Empatía				
09	Comprendo los estados de ánimo del entrenador cuando no rindo deportivamente como él lo esperaba al imaginarme cómo me sentirías yo en su lugar			
10	Cuando vamos perdiendo un juego porque un jugador ha cometido algún error, me pongo en la piel de él para ayudar a mejorar la situación			
Comunicación				
11	Escucho con atención lo que me tiene que decir el entrenador en los medios tiempos aun cuando este desanimado			
12	Le hago saber al entrenador sus posible fallas en el campo deportivo de manera cortés pero firme			
Liderazgo				
13	Animo a los jugadores del equipo a hacer sugerencias sobre cómo desarrollar los entrenamientos más productivos			
15	Motivo a los demás jugadores a ejercitarse para solucionar los problemas deportivos que hay en el grupo.			
Trabajo de equipo				
15	Juego con el compromiso de priorizar las necesidad del equipo por encima de mis intereses personales			
16	Trabajo conjuntamente con el equipo para alcanzar los objetivo que nos hemos propuesto de manera colectiva			

Cont.

Nº	Ítemes: Como atletas de balonmano:	Alternativas de Respuesta		
		De Acuerdo (DA)	Indeciso (AV)	En Desacuerdo (ED)
	Cooperación			
17	Ayudo a mis compañeros de equipo en el desarrollo del juego pues, de ellos también depende mi éxito deportivo			
18	Coopero con el equipo realizando de manera gloriosa mi parte en el campo deportivo			

[ANEXO 2]

ORIENTACIONES DEPORTIVAS A LOS ATLETAS DE BALONMANO DE CATEGORÍA INFANTIL PARA EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL FORTALECIMIENTO DE DEL RENDIMIENTO DEPORTIVO.

Presentación

Las emociones juegan un importante rol en el diario vivir, y es así como surge el concepto de inteligencia emocional pues, las emociones, los sentimientos, los afectos y los estados de ánimo son una parte de la condición humana. Bajo este contexto, la inteligencia emocional se puede aprender y así controlar emociones tan significativas en el mundo del deporte como la ansiedad, las presiones, los miedos estrés y la agresividad.

Por otro parte, el incremento de la inteligencia emocional nace de la necesidad de atender a los practicantes del beisbol de la categoría pre infantil para la mejora del rendimiento deportivo, puesto que, cuando ellos alcanzan un buen nivel de competencia emocional controlan el estrés de la competición, mejoran la concentración, aumentan la confianza en sí mismos e incrementan el nivel de comunicación y la fluidez en las relaciones interpersonales dentro de los equipos deportivos.

Partiendo de este principio, inteligencia emocional se relaciona con la capacidad del ser humano de evaluar acertadamente el medio en que se encuentra, interpretar el rol de las otras personas que interactúan con él y la valoración de sí mismo, no solo como individuo sino, también en la interrelación con ese medio. De ahí la importancia de ella como elemento para el mejoramiento del rendimiento deportivo en los atletas de balonmano de categoría infantil pues, ésta mejora los procesos emocionales tales como: la orientación al logro de los objetivos, la competitividad, la identificación de valores del deporte y los personales, la autovaloración, el trabajo en equipo, el liderazgo, la empatía, el control de las reacciones y emociones negativas.

Justificación

Se hace necesario el fortalecimiento la inteligencia emocional como elemento para el mejoramiento del rendimiento deportivo en atletas de balonmano de categoría infantil, pues, la forma en la que estos utilicen de manera inteligente las emociones a favor de la autoconciencia, autorregulación, automotivación autoconfianza y las habilidades sociales, mejoraran el rendimiento físico y, por ende la resistencia de los deportistas.

Es por ello que, la presente guía se justifica a nivel teórico por presentar conceptos y teorías relacionadas con la inteligencia emocional como elemento para el mejoramiento del rendimiento deportivo en practicantes de béisbol, además, presenta una serie de constructos teóricos que fortalecen las bases del conocimiento de este fenómeno.

Con respecto al aspecto práctico, con estas orientaciones deportiva, se busca generar acciones que permitan fortalecer atletas de balonmano de categoría infantil la inteligencia emocional como elemento que mejora el rendimiento deportivo pues, debido a la necesidad existente de que los deportista comprendan y regulen sus propias emociones, así como que aprenda a comportarse adecuadamente en las relaciones sociales.

Asimismo, las orientaciones posee relevancia social, pues ayuda a los atletas de balonmano de categoría infantil en el incremento la inteligencia emocional como elemento que mejora el rendimiento deportivo a través del aporte de herramientas que les ayuden a reconocer tanto emociones como sentimientos propios o ajenos, discriminar entre ellos y usar esta información para orientar sus pensamiento y sus acciones en el rendimiento deportivo.

Objetivos de las Orientaciones Deportivas

Objetivo General

Incrementar la inteligencia emocional en atletas de balonmano de categoría infantil de la escuela Básica Alberto Arvelo Torrealba, municipio Antonio José de

Sucre estado Barinas para el mejoramiento del rendimiento deportivo

Objetivos Específicos

- .- Mejorar la aptitud personal atletas de balonmano de categoría infantil
- .- Fortalecer la aptitud social atletas de balonmano de categoría infantil

ORIENTACIONES PARA AUMENTAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL ATLETA

1. Detecta la emoción que hay detrás de tus actos

Casi todos vivimos desconectados de nuestras emociones. Las experiencias negativas que sufrimos durante nuestra vida nos enseñan a aislarnos de las emociones para protegernos. No puedes eliminar tus emociones, pero debes ser capaz de conectar con ellas y entender cómo influyen sobre ti. Cuando algo te haga actuar o sentirte de una determinada forma, párate un segundo, reflexiona sobre la emoción que hay detrás, y encuentra su origen.

Al principio quizás no sepas por qué actúas o te sientes como lo haces. No desesperes. No estás entrenado para hacerlo. Pero a medida que vayas centrándote en tus sentimientos empezarás a encontrar las respuestas.

2. Amplia tu vocabulario (emocional)

Sólo hay cuatro emociones básicas a partir de las cuales se crean todas las demás: alegría, tristeza, enfado y miedo (aunque algunos autores añaden sorpresa y angustia).

Cuando intentes reconocer tus emociones te quedas sólo con ellas. No basta con decir “Vale, he identificado mi emoción y es la tristeza”. No. Debes ser lo más específico posible.



© 2008 by Dine.com

ORIENTACIONES PARA AUMENTAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL ATLETA

Disfruta de las emociones positivas

Demuestra alegría, amor, felicidad, complicidad cuando te comunicas con los demás pues, los seres humanos tenemos una gran capacidad para sentir emociones positivas. Disfrutémoslas en el mismo momento demuéstralas durante el proceso comunicativo. La vida ya es bastante complicada como para que encima nos limitemos a centrarnos sólo en las emociones negativas. Sobre en la comunicación que se lleva consigo mismo y con los demás.

¡¡Ríe!! Durante la comunicación

Está demostrado que la risa mejora de forma extraordinaria el estado de ánimo, de sí mismo y el de los demás es un buen antídoto contra la depresión y mejora nuestra vida social. Trata de comunicarte como una persona alegre y divertida, haz bromas, mira alguna comedia en la televisión y coméntala con tus compañeros. Cualquier excusa es buena para hacer una buena carcajada y llevar alegría a los demás.

Dale importancia al saber escuchar y hablar

Saber estar silencio mientras los demás hablan es imprescindible para desarrollar la inteligencia emocional. La escucha activa es importante tanto para que los demás expresen lo que siente y hagan llegar el mensaje eficientemente, también para saber escuchar hay que oír de cerca como las otras personas se siente en muchas situaciones que se desarrollan en el contexto deportivo, observando sus lenguaje corporal. Pero también es necesario para la comunicación efectiva hablar despacio, frente a frente y terminando las frases con un “¿has entendido lo que quise decirte?”, “¿Estás de acuerdo con lo que he dicho?”.



ORIENTACIONES PARA AUMENTAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL ATLETA

Amplia tu vocabulario (emocional) en la comunicación consigo mismo y con los demás

Como sólo hay cuatro emociones básicas a partir de las cuales se crean todas las demás: alegría, tristeza, enfado y miedo (aunque algunos autores añaden sorpresa y angustia). Por ello se recomienda que cuando intentes reconocer tus emociones te quedes sólo con ellas. No basta con decir “Vale, he identificado mi emoción y es la tristeza”. No. Debes ser lo más específico posible.

Los nombres que pongas a tus emociones te ayudarán a entender cómo te estás sintiendo y por qué. No digas “Estoy triste” si las palabras que mejor describirían tu estado emocional serían decepcionado, compungido, melancólico o herido. Sé concreto. Tener un vocabulario rico con el que describir exactamente tus sentimientos es muy importante. No dominar el lenguaje limita el conocimiento de lo que estás experimentando, creando la sensación de que no sabes lo que te pasa y por tanto es muy probable que presente problemas comunicativos. Por ello, es necesario que ampliar tu vocabulario



[ANEXO 3]

Constancias de Validación

UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL
 "EZEQUIEL ZAMORA"
 VICERRECTORADO DE PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
 COORDINACIÓN DEL ÁREA DE POSTGRADO
 POSTGRADO DOCENCIA UNIVERSITARIA

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Quien suscribe ciudadano: Andrés Soplida, con C.I. N°
 V- 11374873, de profesión (Msc) en:
Educación Inicial, hago constar que he leído el

instrumento, diseñado por la Magíster en Ciencias, Mención Orientación de la
 Conducta Ana Marily Velazco Molina para recabar información de la investigación
 titulada: "LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA COMUNICACIÓN DE
LOS DOCENTES UNIVERSITARIOS". Lo cual forman parte de su trabajo de
 investigación para optar al Grado Académico de Magister Scientiarum en Docencia
 Universitaria que otorga la Universidad Nacional Experimental de los Llanos
 Occidentales "Ezequiel Zamora" Barinas, Venezuela

En la Ciudad de Barinas a los 22 día del mes de mayo de 2018

Observaciones:

Listo para ser optado, pues
reune los Requisitos.
"Exito"



Firma del Validador
 C.I. 11.374.873.

UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL
 "EZEQUIEL ZAMORA"
 VICERRECTORADO DE PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
 COORDINACIÓN DEL ÁREA DE POSTGRADO
 POSTGRADO DOCENCIA UNIVERSITARIA

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Quien suscribe ciudadano: José Guisepo Hernández, con C.I. N°
 V- 11.370.520 de profesión (Msc) en:
Docencia de la Conducta, hago constar que he leído el
 instrumento, diseñado por la Magister en Ciencias, Mención Orientación de la
 Conducta Ana Marily Velazco Molina para recabar información de la investigación
 titulada: "LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA COMUNICACIÓN DE
 LOS DOCENTES UNIVERSITARIOS". Lo cual forman parte de su trabajo de
 investigación para optar al Grado Académico de Magister Scientiarum en Docencia
 Universitaria que otorga la Universidad Nacional Experimental de los Llanos
 Occidentales "Ezequiel Zamora" Barinas, Venezuela

En la Ciudad de Barinas a los 22 día del mes de mayo de 2018

Observaciones:

Apto para aprobar

Firma del Validador

C.I. 11.370.520

UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL
 "EZEQUIEL ZAMORA"
 VICERRECTORADO DE PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
 COORDINACIÓN DEL ÁREA DE POSTGRADO
 POSTGRADO DOCENCIA UNIVERSITARIA

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Quien suscribe ciudadano: José Amable Contreras, con C.I. N°
 V- 12 464 204 de profesión (Msc) en:
Gerencia y Liderazgo en Educación, hago constar que he leído el
 instrumento, diseñado por la Magister en Ciencias, Mención Orientación de la
 Conducta Ana Marily Velazco Molina para recabar información de la investigación
 titulada: "LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA COMUNICACIÓN DE
 LOS DOCENTES UNIVERSITARIOS". Lo cual forman parte de su trabajo de
 investigación para optar al Grado Académico de Magister Scientiarum en Docencia
 Universitaria que otorga la Universidad Nacional Experimental de los Llanos
 Occidentales "Ezequiel Zamora" Barinas, Venezuela

En la Ciudad de Barinas a los 22 día del mes de mayo de 2018

Observaciones:

Esto listo para ser aplicado a la
muestra estudiada


 Firma del Validador
 C.I.

[ANEXO 4]

Confiabilidad del Instrumento dirigido a los atletas de balón mano, para recabar información que permita elaborar el trabajo de grado titulado " **la inteligencia emocional en los atletas de balonmano de categoría infantil PARA el fortalecimiento del rendimiento deportivo.**"

Item	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	N	
Sujeto																				
1	1	2	3	3	3	3	2	3	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	47
2	2	1	2	2	1	3	1	3	3	1	2	2	3	1	2	3	1	1	1	34
3	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	1	2	3	1	3	2	2	29
4	3	2	2	2	3	3	2	1	3	1	3	3	2	2	1	1	2	2	2	38
5	1	3	2	3	3	3	3	3	1	2	3	1	3	3	3	2	2	3	3	44
6	2	1	3	1	1	1	2	1	2	2	3	1	1	1	1	3	3	1	1	30
7	1	3	1	1	3	3	1	3	2	1	1	3	2	2	3	2	3	2	2	37
8	1	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	43
9	3	2	3	3	2	2	1	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	45
10	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	49
Suma	18	19	22	22	23	25	19	23	21	20	25	21	23	23	22	23	25	22	22	396
X	1,80	1,90	2,20	2,20	2,30	2,50	1,90	2,30	2,10	2,00	2,50	2,10	2,30	2,30	2,20	2,30	2,50	2,20	2,20	39,60
S ²	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	44,8

Sumatoria St^2 11,16. Formula de alpha de Cronbach = $n/n-1[\text{Sumatoria } S^2 / \text{Sumatoria } St^2] = 0-1$ Resultado de la confiabilidad = **0,80**

Este es el resultado de la confiabilidad para los ítems del instrumento de Evaluación del 3 al 1, se le aplicó el Alpha de Cronbach. Se obtuvo un resultado de: **0,80** Alta Confiabilidad. El instrumento contaba con tres (3) posibilidades de respuesta, las cuales fueron calificados con una puntuación, de la manera siguiente: De acuerdo= 3; Inciso= 2; En desacuerdo= 1

