

Revista de Ciencias del Ejercicio

FEOD



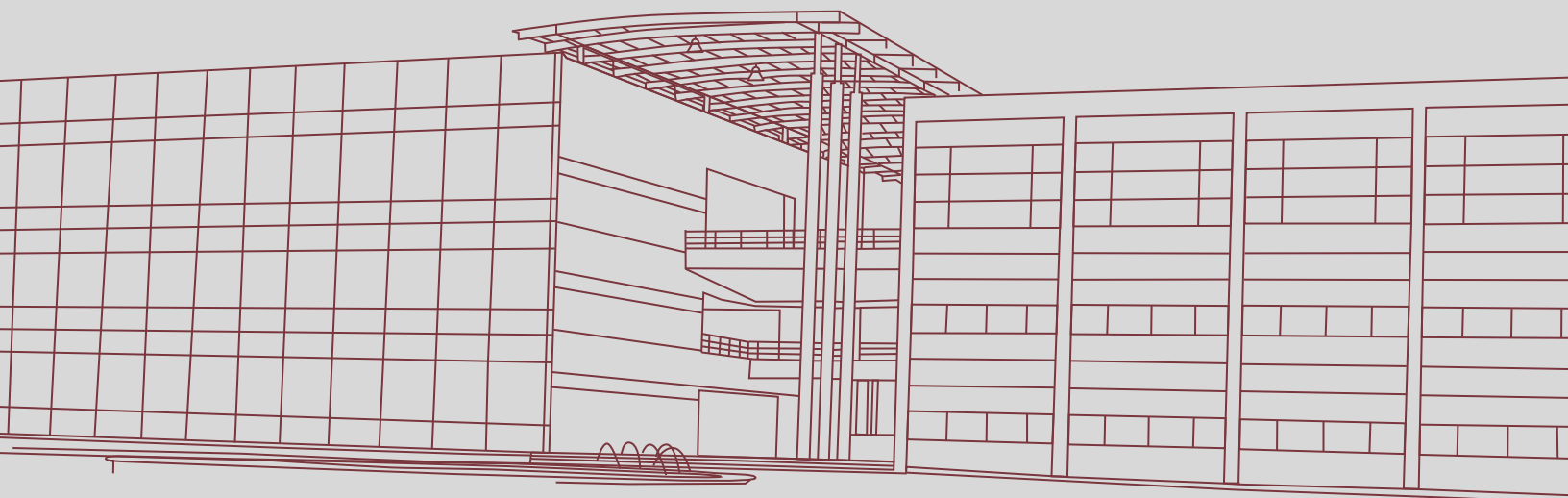
UANL

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN



FOD

FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA



Año 6, N°. 6 octubre 2010 - octubre 2011





UANL

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

Una publicación de la Universidad Autónoma de Nuevo León

Dr. Jesús Áncer Rodríguez
Rector

Ing. Rogelio G. Garza Rivera
Secretario General

Dr. Ubaldo Ortiz Méndez
Secretario Académico

Lic. Rogelio Villarreal Elizondo
Secretario de Extensión y Cultura

Dr. Celso José Garza Acuña
Director de Publicaciones

Dr. Oswaldo Ceballos Gurrola
Director de la Facultad de
Organización Deportiva

Dra. Jeanette M. López-Walle
M.C. Mireya Medina Villanueva
Dr. José Leandro Tristán Rodríguez
Editores Responsables

Lic. Juan Ramón Piña de la Fuente
Redacción

Lic. Alejandro Medellín Mejorado
Diseño

M.C. José Alberto Pérez García
M.C. Marco Antonio Garrido Salazar
M.C. Jaime Segura Gómez
Colaboradores

M.C. Lázaro Garza Lozano
Circulación y Administración

Revista de Ciencias del Ejercicio FOD, Año 6, N° 6, octubre 2010—octubre 2011. Fecha de publicación: 24 de octubre de 2011. Revista anual, editada y publicada por la Universidad Autónoma de Nuevo León, a través de la Facultad de Organización Deportiva. Domicilio de la publicación: Av. Universidad s/n, Cd. Universitaria, San Nicolás de los Garza, Nuevo León México. C.P. 66451. Tels.: (+52 81) 13404450 y 51, Impresa por: Soluciones en Comunicación Gráfica, S.A. de C.V., José Santos Chocano N° 101, Col. Anáhuac, San Nicolás de los Garza, Nuevo León, México. Fecha de terminación de impresión: 24 de octubre de 2011, Tiraje: 300 ejemplares. Distribuido por: Universidad Autónoma de Nuevo León, a través de la Facultad de Organización Deportiva, Av. Universidad s/n, Cd. Universitaria, San Nicolás de los Garza, Nuevo León México. C.P. 66451. Tels.: (+52 81) 13404450 y 51.

Número de reserva de derechos al uso exclusivo del título Revista de Ciencias del Ejercicio FOD otorgada por el Instituto Nacional del Derecho de Autor: 04-2011-011014494500-102, de fecha 10 de enero de 2011. Número de certificado de licitud de título y contenido: en trámite, concedido ante la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas de la Secretaría de Gobernación. ISSN en trámite. Registro de marca ante el Instituto Mexicano de la Propiedad Industrial: 1,229,787.

Las opiniones y contenidos expresados en los artículos son responsabilidad exclusiva de los autores. Prohibida su reproducción total o parcial, en cualquier forma o medio, del contenido editorial de este número.

Impreso en México
Todos los derechos reservados
© Copyright 2011

revistafod@uanl.mx

Revista de Ciencias del Ejercicio

FOD



UANL

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN



FOD

FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA



"EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y CIENCIAS APLICADAS"
24, 25 y 26 de octubre 2011



LA AUTOEFICACIA FÍSICA PERCIBIDA Y EL RENDIMIENTO DEPORTIVO EN TAEKWONDO	1
Isaac Estevan ¹ , Octavio Álvarez ² , Coral Falcó ¹ , Jeanette López-Walle ³ , José Tristán ³ e Isabel Castillo ² ,	1
CLIMA MOTIVACIONAL Y ORIENTACIÓN DE METAS EN CLAVADISTAS JUVENILES MEXICANOS	4
Heriberto Antonio Pineda Espejel, Jeanette M. López-Walle y Mireya Medina Villanueva	4
PREVALENCIA DE SOBREPESO U OBESIDAD EN NIÑOS ESCOLARES DE CUATRO PRIMARIAS DE CAJEME, SONORA.	8
Irma Alejandra del Consuelo Díaz- Meza ¹ , Gloria Edith Aguilar-Rodríguez ² , Edith Valbuena Gregorio ¹ , Oswaldo Contreras Medina ¹ , Araceli Serna Gutierrez ¹ , Fabiola Guadalupe Díaz Meza ¹ .	8
LA PRÁCTICA DE LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE ENTRE EL MITO Y LA REALIDAD.	11
Juan Manuel Sánchez Lozano ¹ y María Teresa Celestino Rodríguez ²	11
MODIFICACIÓN DEL VO2MÁX. EN ADOLESCENTES CON SOBREPESO U OBESIDAD I A TRAVÉS DE ACTIVIDAD FÍSICA AERÓBICA	14
Julio Alejandro Gómez Figueroa, Sergio Hernández López, Alfredo Quintana Rivera, Luis Quintana Rivera, Isaac Barranco Winfield	14
ORIENTACIONES NUTRICIONALES EN NIÑOS ESCOLARES DE CUARTO A SEXTO GRADO DE UNA PRIMARIA EN SONORA	17
Irma Alejandra del Consuelo Díaz- Meza, Miguel Ángel Soto Acosta, Ricardo Borbón Herrera, Edith Valbuena Gregorio, Oswaldo Contreras Medina, Fabiola Guadalupe Díaz Meza.	17

La Autoeficacia Física Percibida y el Rendimiento Deportivo en Taekwondo

**Isaac Estevan¹, Octavio Álvarez², Coral Falcó¹, Jeanette López-Walle³, José Tristán³ e
Isabel Castillo²,**

¹Universidad Católica de Valencia, España.

²Facultad de Psicología, Universitat de València, España.

³Facultad de Organización Deportiva, Universidad Autónoma de Nuevo León, México

Palabras clave: Autoeficacia Física, Rendimiento, Fuerza, Tiempo, Taekwondo

INTRODUCCIÓN

En el contexto físico-deportivo una de las variables de mayor interés tanto para entrenadores, deportistas como para el público en general es el rendimiento deportivo. Actualmente se tiende a identificar características o habilidades psicológicas que pueden estar interviniendo en dicho rendimiento. Una de las variables psicológicas más estudiadas, en los últimos años, en relación con el rendimiento deportivo es la auto-confianza en las propias capacidades físicas.

La relación entre la percepción de autoeficacia y el rendimiento ha sido analizada en diversas disciplinas deportivas, donde por lo general se ha encontrado una asociación positiva entre la percepción de autoeficacia y el rendimiento deportivo (e.g., Balaguer, Escartí y Villamarín, 1995; Beauchamp y Whinton, 2005; Guillén, 2007, Lázaro y Villamarín, 1993; Yang y Pargman, 1993). Hasta la fecha estos aspectos no han sido estudiados en Taekwondo. En el presente estudio se analiza la autoeficacia física percibida en taekwondistas y su relación con el rendimiento utilizando como indicadores diversos parámetros mecánicos en la patada circular a la cara en taekwondo, explorando si la percepción de eficacia física del taekwondista puede predecir el rendimiento objetivo en dichas variables mecánicas.

La Autoeficacia Física Percibida y el Rendimiento Deportivo en Taekwondo

**Isaac Estevan¹, Octavio Álvarez², Coral Falcó¹, Jeanette López-Walle³, José Tristán³ e
Isabel Castillo²,**

¹Universidad Católica de Valencia, España.

²Facultad de Psicología, Universitat de València, España.

³Facultad de Organización Deportiva, Universidad Autónoma de Nuevo León, México

Palabras clave: Autoeficacia Física, Rendimiento, Fuerza, Tiempo, Taekwondo

INTRODUCCIÓN

En el contexto físico-deportivo una de las variables de mayor interés tanto para entrenadores, deportistas como para el público en general es el rendimiento deportivo. Actualmente se tiende a identificar características o habilidades psicológicas que pueden estar interviniendo en dicho rendimiento. Una de las variables psicológicas más estudiadas, en los últimos años, en relación con el rendimiento deportivo es la auto-confianza en las propias capacidades físicas.

La relación entre la percepción de autoeficacia y el rendimiento ha sido analizada en diversas disciplinas deportivas, donde por lo general se ha encontrado una asociación positiva entre la percepción de autoeficacia y el rendimiento deportivo (e.g., Balaguer, Escartí y Villamarín, 1995; Beauchamp y Whinton, 2005; Guillén, 2007, Lázaro y Villamarín, 1993; Yang y Pargman, 1993). Hasta la fecha estos aspectos no han sido estudiados en Taekwondo. En el presente estudio se analiza la autoeficacia física percibida en taekwondistas y su relación con el rendimiento utilizando como indicadores diversos parámetros mecánicos en la patada circular a la cara en taekwondo, explorando si la percepción de eficacia física del taekwondista puede predecir el rendimiento objetivo en dichas variables mecánicas.

MÉTODO

Participantes

La muestra está compuesta por 52 taekwondistas (36 hombres, 16 mujeres) con una media de edad de 25.2 años (rango de edad entre 18 y 38 años, $DT = 5.7$), una experiencia en el taekwondo de entre 4 y 25 años ($M = 11.13$, $DT = 6.74$) y un entrenamiento semanal de más de 3 horas a la semana. Todos los taekwondistas participaron voluntariamente en el estudio.

Instrumentos

Para medir la autoeficacia física percibida se utilizó la versión española (Balaguer, Colilla, Gimeno y Soler, 1990) de la subescala de *Habilidad Física Percibida (Perceived Physical Ability)* perteneciente a la Escala de Autoeficacia Física (*Physical Self-efficacy Scale*) de Ryckman, Robbins, Thornton y Cantrell (1982). La Escala de Autoeficacia física es una medida válida y fiable de la fuerza física percibida, la competencia y la forma física, y también de la confianza en la presencia física en situaciones sociales (Ryckman et al, 1982). Consta de 22 ítems divididos en dos sub-escalas, la escala de Habilidad Física Percibida de 10 ítems, y la de Confianza en la Auto-presentación Física (*Physical Self-Presentation Confidence*) de 12 ítems, con un rango de puntuación que oscila de 1 (totalmente en desacuerdo) a 6 (totalmente de acuerdo). En el presente estudio se optó por utilizar únicamente la subescala de Habilidad Física Percibida como instrumento de medida de la Autoeficacia Física percibida, ya que estudios empíricos previos han mostrado que las puntuaciones de dicha subescala correlacionan significativamente con medidas del rendimiento en tareas físicas (Lázaro y Villamarín, 1993).

Para medir el rendimiento se utilizaron dos variables mecánicas, la fuerza máxima de golpeo (en Newtons) y tiempo total de respuesta (en segundos y compuesto por el tiempo de reacción y el tiempo de ejecución). Las medidas de las variables mecánicas se realizaron con un sistema de adquisición de datos y un protocolo estandarizado, válido y fiable (Falco et al., 2009).

Análisis de los datos

El análisis de los datos se llevó a cabo utilizando el paquete estadístico SPSS 15.0. Se realizaron análisis diferenciales (prueba *t*-Student) y de regresión (lineal).

RESULTADOS

El análisis diferencial mostró una mayor percepción de autoeficacia física ($p < 0.05$) en los hombres ($M = 4.13$; $DT = 0.59$) comparados con las mujeres ($M = 3.67$; $DT = 0.62$). En la misma línea, los hombres golpearon con mayor fuerza máxima de golpeo (Newtons) ($M = 1195.21$; $DT = 474.32$) ($p < 0.01$) que las mujeres ($M = 717.16$; $DT = 271.76$). Los hombres ($M = 0.85$; $DT = 0.08$) utilizaron similar tiempo de respuesta (segundos) que las mujeres ($M = 0.98$; $DT = 0.14$).

El análisis de regresión mostró que la autoeficacia física percibida predijo en los hombres y en sentido negativo el 13.1% de la varianza del tiempo total de respuesta ($\beta = -.36$; $p < 0.03$). En el grupo de las mujeres la auto-eficacia física percibida no se mostró como un predictor significativo del rendimiento.

CONCLUSIONES

En el presente estudio encontramos que en los taekwondistas estudiados, al igual que en otros deportes, los hombres se perciben más eficaces físicamente, y realizan la patada circular a la cara con mayor fuerza de golpeo que las mujeres y en igual tiempo de respuesta que éstas. El golpear con mayor fuerza empleando el mismo tiempo es considerado como una ejecución más eficiente y por tanto indicativo de mayor rendimiento en el grupo de los hombres según las variables analizadas (Estevan, Molina-García, Falcó y Álvarez, 2010).

Asimismo, encontramos que la autoeficacia física percibida predice el rendimiento utilizando como indicador el parámetro mecánico del tiempo total de respuesta.

Estos resultados son coincidentes con los trabajos previos realizados en otras disciplinas deportivas (e.g., Balaguer et al., 1995; Beauchamp y Whinton, 2005; Guillén, 2007, Lázaro y Villamarín, 1993; Yang y Pargman, 1993) y nos muestran la importancia de la percepción de autoeficacia física en la predicción del rendimiento deportivo.

Futuros estudios deberían analizar la capacidad predictiva del rendimiento de medidas de autoeficacia física específica siguiendo la propuesta teórica realizada por Bandura (1986).