UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA DE CULTURA FÍSICA

MODALIADAD SEMIPRESENCIAL

Informe Final del Trabajo de Graduación y Titulación previo a la obtención del

Título de Licenciado en Ciencias de la Educación

Mención: Cultura Física.

TEMA:

"LA IMPORTANCIA DE LA MOTIVACIÓN EN LA PRÁCTICA DEL WUSHU, EN LOS DEPORTISTAS DE LA ASOCIACIÓN DE WUSHU DE TUNGURAHUA".

AUTOR: Darwin Dario Guerrero Lascano

DIRECTOR: Dr. Mg. Joffre Washington Venegas Jiménez

AMBATO – ECUADOR

2017

APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN

CERTIFICA:

Yo, Joffre Washington Venegas Jiménez, con C.C. 1801521418 en mi calidad de Tutor del Trabajo de Graduación o Titulación sobre el tema: "**LA IMPORTANCIA DE LA MOTIVACIÓN EN LA PRÁCTICA DE WUSHU DE LOS DEPORTISTAS DE LA ASOCIACIÓN DE WUSHU DE TUNGURAHUA.**", desarrollado por el egresado Sr. Darwin Dario Guerrero Lascano considero que dicho informe investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios por lo que autorizo la presentación del mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión Calificadora designada por el H. Consejo Directivo.

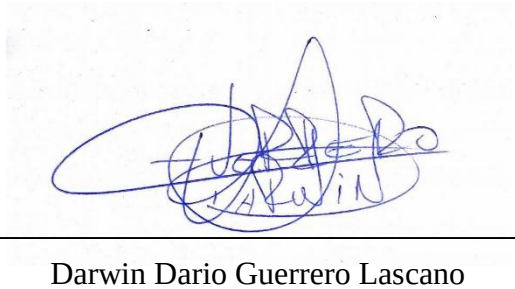
Dr. Mg. Joffre Washington Venegas Jiménez

C.C. 1801521418

TUTOR

AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN

Los criterios emitidos en el trabajo de investigación **"LA IMPORTANCIA DE LA MOTIVACIÓN EN LA PRÁCTICA DE WUHSU DE LOS DEPORTISTAS DE LA ASOCIACIÓN DE WUHSU DE TUNGURAHUA."** como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones y propuestas son de exclusiva responsabilidad de mi persona como autor de este trabajo de grado.



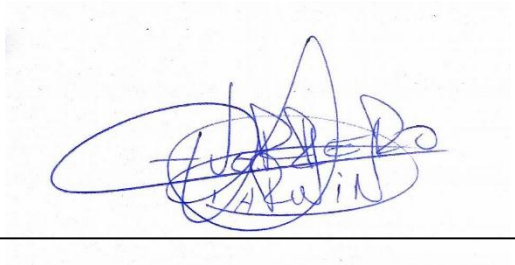
Darwin Dario Guerrero Lascano

C.C. 1804242533

AUTOR

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Cedo los derechos del presente trabajo final de grado sobre el tema: "LA IMPORTANCIA DE LA MOTIVACIÓN EN LA PRÁCTICA DE WUHSU DE LOS DEPORTISTAS DE LA ASOCIACIÓN DE WUHSU DE TUNGURAHUA.", autorizo su reproducción total o parte de ella, para que haga de este trabajo de investigación o parte de él un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación, siempre que esté dentro de las regulaciones y normas de la Universidad Técnica de Ambato, respetando mis derechos de autor y no se utilice con fines de lucro.



Darwin Dario Guerrero Lascano

C.C. 1804242533

AUTOR

AL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACION

La comisión de estudios y calificación del informe de trabajo de graduación o titulación, sobre el tema: **"LA IMPORTANCIA DE LA MOTIVACION EL LA PRACTICA DEL WUSHU EN LOS DEPORTISTAS DE LA ASOCIACION DE WUSHU DE TUNGURAHUA"** presentado por el señor Darwin Dario Guerrero Lascano, egresado de la carrera de cultura física de la promoción octubre 2015 - marzo 2016, una vez revisada y calificada la investigación, se aprueba en razón de que cumple con los principios básico, técnicos, científicos y reglamentarios.

Por lo tanto, se autoriza la presentación ante los organismos pertinentes.

LA COMISIÓN

Mg. Segundo Medina
MIEMBRO

Mg. Julio Mocha
MIEMBRO

DEDICATORIA

El siguiente trabajo investigativo está dedicado a todos los deportistas de la Asociación de Wuhsu de Tungurahua, a los entrenadores, padres de familia y personal administrativo de la organización los mismos que han brindado su colaboración y apoyo para llevar a cabo mi proyecto de graduación.

Darwin Guerrero

AGRADECIMIENTO

Primero el más grande de los agradecimientos a mi padre celestial por darme la salud y vida así mismo por encaminarme en el estudio para poder cumplir con una meta más en mi vida, para seguir luchando día a día con el apoyo de mi familia y amigos.

A mis padres por apoyarme en cada instante de mi vida siendo ellos el motor que me impulsa cada día, a mis hermanas, demás familiares y amigos por estar siempre pendientes de cada pequeño logro en mi camino, el más cordial de los agradecimientos a mis maestros quienes han contribuido para que un sueño más se materialice, gracias a sus enseñanzas y consejos, su paciencia y su tiempo.

Al grupo de buenos y mejores amigos que han contribuido directamente en este trabajo de graduación, y el resto de personas que siempre han querido verme triunfar.

Darwin Guerrero

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

PAGINAS PRELIMINARES

PORTADA i

APROBACIÓN DEL TUTOR ii

AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN iii

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR iv

AL CONSEJO DIRECTIVO v

DEDICATORIA vi

AGRADECIMIENTO vii

RESUMEN EJECUTIVO viiI

INTRODUCCIÓN 1

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1.TEMA DE INVESTIGACIÓN 2

1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA 2

1.2.1. CONTEXTUALIZACIÓN 2

1.2.2. ANÁLISIS CRÍTICO 4

1.2.3. PROGNOSIS 5

1.2.4. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA 6

1.2.5. INTERRONATES 6

1.2.6. DELIMITACIÓN DEL OBJETO DE LA INVESTIGACIÓN 6

1.3. JUSTIFICACIÓN 7

1.4. OBJETIVOS 8

1.4.1. OBJETIVO GENERAL 8

1.4.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS 8

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1.ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS. 9
2.2.FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA. 11
2.3.FUNDAMENTACIÓN LEGAL. 13
2.4.CATEGORÍAS FUNDAMENTALES 14
2.4.1. VARIABLE INDEPENDIENTE 146
2.4.2. VARIABLE DEPENDIENTE 26
2.5.HIPÓTESIS 30

CAPITULO III

METODOLOGÍA

3.1.ENFOQUE 31
3.2.MODALIDAD DE LA INVESTIGACIÓN. 31
3.3.NIVEL O TIPO DE INVESTIGACIÓN. 32
3.4.POBLACIÓN 33
3.5.OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES. 35
3.6.RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN. 37
3.7.PLAN DE PROCESAMIENTO DE LA INVESTIGACIÓN. 38

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1.ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS 39
4.2.VERIFICACIÓN DE LA HIPÓTESIS 50

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1.CONCLUSIONES..... 55
5.2.RECOMENDACIONES 56
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS 57
ANEXOS. 63
ARTÍCULO ACADÉMICO.....72

INDICE DE TABLAS

Pág.

Tabla 1: Personal Asociación de Wushu 34
Tabla 2: La importancia de la Motivación 35
Tabla 3: La práctica de Wushu. 36
Tabla 4: La motivación en el entrenamiento deportivo. 40
Tabla 5: Evaluación del aspecto motivacional 41
Tabla 6: Importancia de la motivación 42
Tabla 7: Nivel Competitivo 43
Tabla 8: Mejora por experiencia. 44
Tabla 9: Práctica de Wushu 45
Tabla 10: Mejora Autoestima 46
Tabla 11: Salud Mental 47
Tabla 12: Mejora Continua 48
Tabla 13: Motivación previa 49
Tabla 14: Preguntas de la encuesta 50
Tabla 15: Pregunta 3. 50
Tabla 16: Pregunta 6. 51
Tabla 17: Pregunta 10. 51
Tabla 18: Frecuencia Observada 51
Tabla 19: Frecuencia Esperada 52
Tabla 20: Cálculo Chi 2. 53
Tabla 21: Importancia de la Motivación 78
Tabla 22: Importancia de la Motivación 79

INDICE DE GRÁFICOS

Pág.

Grafico 1: Árbol de problemas 4
Grafico 2: Categorías Fundamentales..... 14
Grafico 3: Constelación de ideas: Variable Independiente 15
Grafico 4: Constelación de Ideas: Variable dependiente..... 16
Grafico 5: Motivación en el entrenamiento. 40
Grafico 6:Evaluación aspecto motivacional. 41
Grafico 7Importancia de la motivación. 42
Grafico 8: Nivel Competitivo 43
Grafico 9: Mejora por experiencia..... 44
Grafico 10: Mejora por experiencia..... 45
Grafico 11: Mejora autoestima 46
Grafico 12: Salud mental 47
Grafico 13: Mejora Continua..... 48
Grafico 14 : Motivación Previa 49
Grafico 15: Distribución Chi Cuadrado..... 54
Grafico 16: Ci Cuadrado..... 54

UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA CULTURA FISICA

MODALIDAD SEMIPRESENCIAL

AUTOR: Darwin Dario Guerrero Lascano

Tutor: Dr. Mg. Joffre Washintong Venegas Jiménez

RESUMEN EJECUTIVO

El presente trabajo de investigación está orientado a comprender y analizar la importancia que tiene la motivación en la práctica del Wushu de los deportistas de la Asociación de Wuhsu de Tungurahua además de cuáles son los factores, estrategias y métodos de motivación que podemos aplicar con los deportistas tenido en cuento que hoy por hoy la motivación es un tema muy importante a gran escala en lo que se refiere al deporte en general así que este aspecto psicológico no puede pasar por alto ya que en este intervienen factores intrínsecos de los deportistas y entrenadores así como el entorno en el que se encuentra también afecta de manera positiva o negativa de acuerdo a la percepción individual de cada persona, de la misma manera la experiencia y el conocimiento es otro factor que influye en la práctica del Wushu.

El presente tiene como objetivo con determinar los motivos intrínsecos y extrínsecos que llevan a la práctica del Wushu y analizar de qué manera afectan al deportista, con el fin de plantear una solución óptima a las problemáticas que se presenten, además esto viene a ser un trabajo colectivo entre padres, deportistas y entrenadores generando un impulso emocional óptimo para el correcto desarrollo del entrenamiento de este arte marcial, al mismo tiempo de obtener herramientas que mejoren la salud mental, la autoestima y las interrelaciones a nivel inter e intrapersonal, generando un balance emocional en cada uno de los deportistas.

Palabras clave: Wushu, factores emocionales, motivación, entrenamiento, deporte, motivación.

INTRODUCCIÓN

La presente investigación radica en el estudio de la importancia que tiene la motivación en la práctica del Wushu , en la ciudad de Ambato, para lo cual se ha tomado como punto de partida investigar de qué influencia tiene este aspecto psicológico en el desarrollo de este arte marcial, se procedió a aplicar encuestas al grupo objetivo observado, para lo cual se seleccionó a los deportistas y entrenadores de la Asociación de Wushu de Tungurahua permitiendo recabar información que contribuya a sustentar el presente trabajo, con miras a fortalecer la psicología deportiva, motivacional del deporte en este caso de un deporte de contacto . Cinco capítulos conforman la tesis en estudio, cada uno con su debida importancia, de esta manera encontramos: el primer capítulo en cuya estructura se halla desarrollado el tema en general, realizando la descripción del contexto macro, meso y micro de la temática, así como la formulación del problema y su delimitación espacial temporal e incluyendo las unidades de observación; siguiendo con la justificación que despeje interrogantes sobre la importancia del trabajo investigativo, se determinaron los objetivos en estudio; el segundo capítulo está compuesto por el sustento teórico, así como fundamentaciones de tipo filosófica, legal, además se reconocen las variables de la investigación lo que permiten la formulación de la hipótesis; el tercer capítulo contiene lo referente a la metodología en el cual se determina el enfoque, la modalidad, el tipo de investigación, seguido por la selección de la población, la muestra, tipo de muestreo, las técnicas e instrumentos de recolección de información, contenidos dentro el plan de procesamiento de la información, el cuarto capítulo abarca lo relacionado al análisis e interpretación de resultados con tendientes a verificar la hipótesis, el capítulo quinto, engloba lo relacionado a las conclusiones y recomendaciones como parte de los resultados de la temática tratada, deberá constar de la respectiva bibliografía y anexos además se presentara un artículo académico

CAPÍTULO I
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Tema de investigación

"La importancia de la motivación en la práctica del Wushu, en los deportistas de la Asociación de Wushu de Tungurahua".

1.2. Planteamiento del Problema

1.2.1. Contextualización

En términos de (Márquez & Garatachea, 2012) autoras del libro la "*Motivación para la práctica de actividad física y deportiva"*, señalan que la motivación de modo global es uno de los factores necesarios para el rendimiento y los buenos resultados tanto en relación a deportistas de alto nivel en miras de conseguir grandes resultados así como en las personas que practican actividad física y deportiva; la motivación es un proceso individual muy complejo que puede explicar el comportamiento de las personas cuando realizan deporte o actividad física.

Por lo tanto, desde este punto de vista a nivel global esta temática se ha determinado como aquello que establece el origen, dirección y persistencia de la conducta. (Sage, 1977).

En Ecuador el deporte en si ha tenido un desarrollo significativo en los últimos años dando como resultado el estudio y la investigación de aspectos que influyen en la preparación deportiva, dentro de las cuales podemos mencionar la disciplina de Wushu, considerado un deporte de exhibición y de contacto derivado de las artes marciales chinas en el cual se necesita de la combinación tanto de golpes de puños, de piernas y proyecciones de judo, factores necesarios por los que podemos decir que un deportista de Wushu debe soportar muy fuertes condiciones de entrenamiento ya sea del clima, el entorno, las cargas o el estado anímico previo al entrenamiento; y es ahí precisamente en donde interviene la motivación como un factor que debe preponderar en quienes lo practican, con el propósito de conseguir la activación y lograr que el deportista no vea el entrenamiento como un trabajo o como una rutina diaria sino más bien como el momento de disfrutar del deporte que practica, evitando la desmotivación que es dada la mayoría

de casos debido a que el sujeto no tiene intención de realizar algo y va acompañada de sentimientos de frustración (Deci y Ryan, 1991; Ryan y Deci, 2000), y por tanto genera la ausencia de motivación.

La importancia de la temática radica en que el factor motivacional en la práctica deportiva dentro de la asociación de Wushu de Tungurahua se verá reflejada en cada uno de los entrenamientos diarios, aportando con un gran número de ventajas para el desarrollo tanto a nivel individual así como colectivo, ya que un deportista motivado tendrá mejor disposición no solo para entrenar sino también para cuidar de su alimentación y los diversos factores que influyen en su preparación, además que podrá identificar claramente cuál es el motivo que tiene para entrenar esta disciplina, así como autoconfianza, activación, perseverancia, y sobre todo más compromiso, entrega y sacrificio tomando en cuenta que esto no solo depende del deportista sino también del grado de motivación que tenga el entrenador.

1.2.2. Análisis Crítico

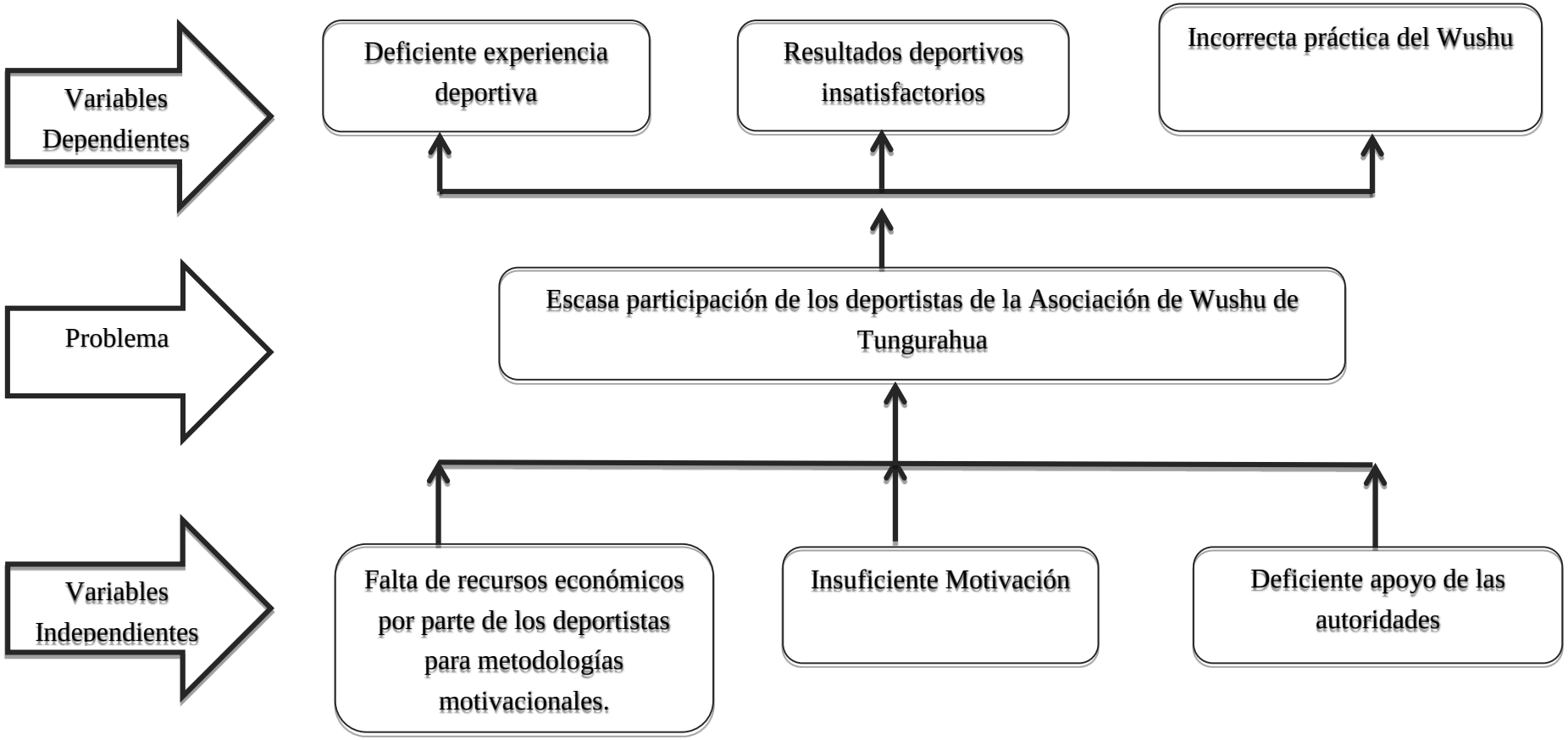


Grafico 1: Árbol de problemas

Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

Dentro de la problemática planteada se han podido identificar varias causas que originan la misma así encontramos en primer lugar: la escasa participación de los deportistas de la Asociación de Wushu de Tungurahua, es ocasionada por la falta de recursos económicos por parte de los deportistas para metodologías motivacionales, siendo un punto primordial para que mencionados no tengan experiencia deportiva en campeonatos.

Otra causa es el deficiente apoyo de las autoridades, ocasionando como efecto resultados deportivos insatisfactorios, por la cual debemos manifestar que es parte principal en cualquier área deportiva los resultados que arrojen deportistas que hayan entrenado un determinado tiempo.

Bajo la misma dinámica se puede establecer que la causa principal del problema de estudio es la insuficiente motivación y su efecto principal es la incorrecta practica de Wushu, debido a que a pesar de que los entrenadores pongan sus conocimientos, y se centren en los deportistas con fin de que los mismos realicen participaciones satisfactorias, debemos tomar en cuenta que el deporte se basa y tiene como punto importante la motivación que crea un habito de persistencia en los deportistas.

1.2.3. Prognosis

Al continuar con la problemática existente y al no darse una alternativa de solución por parte de la Asociación de Wushu el aspecto motivacional detonará en la escasa práctica de esta disciplina por parte de los deportistas, ocasionará que el área deportiva antes mencionada no se realice satisfactoriamente y a la vez no cumpla con la planificación estructurada para llegar a la meta plasmada la misma que es el de vincular el deporte como un estilo de vida lleno de ventajas y orientado al bienestar físico y mental de la colectividad.

La deficiente motivación en los deportistas ocasiona desconcentración, falta de interés o da lugar a un sentimiento de monotonía por parte de los practicantes de esta disciplina al no conocer cuál es el motivo que los incita a la práctica diaria del Wushu, produciendo que estos mismos se retiren o a su vez generan participaciones poco satisfactorias.

La asociación al no darse cuenta de la deficiente motivación que existe en los deportistas, los mismos no podrán desarrollarse en la práctica de Wushu adecuadamente

considerando que estos buscaran otra área deportiva en la sientan con mayor motivación e interés.

De esta manera lo recomendable para la Asociación es que se centren en fortalecer el factor de la motivación de cada uno de los deportistas, con el fin de que la disciplina de Wushu se convierta en una actividad recreativa y beneficiosa al mismo tiempo, considerando que es parte primordial la formación de deportistas tanto en el campo personal como también deportivo.

Podemos señalar también que si la Institución no considera la alternativa de solución se ocasionaría pérdida de tiempo a los entrenadores de la organización ya que las planificaciones del entrenamiento no serán cumplidas en vista que los deportistas tomen la decisión de abandonar la disciplina marcial, provocando que no existan ingresos económicos para el manteamiento de la asociación y a su vez que el deporte de Wushu desaparezca a nivel provincial.

1.2.4. Formulación del Problema

¿Es la escasa participación de los deportistas de la Asociación de Wushu de Tungurahua, se origina por la deficiente motivación lo que ocasiona la incorrecta práctica de Wushu?

¿De qué manera la escasa participación de los deportistas en la Asociación de Wushu de Tungurahua, se origina por la deficiente motivación en la práctica de la misma?

¿De qué manera influye la importancia de la motivación en la práctica del Wushu, en los deportistas de la asociación de Wushu de Tungurahua?

1.2.5. Interrogantes

¿Se ha analizado la motivación en los deportistas de la Asociación de Wushu de Tungurahua?

¿Se ha determinado los motivos intrínsecos y externos que llevan a la práctica de Wushu?

¿Se ha realizado una comparación del rendimiento pre investigativo con el desarrollado desde el inicio de la investigación deportiva en la Asociación de Wushu de Tungurahua?

1.2.6. Delimitación del objeto de investigación

Límite de contenido

Campo: Cultura Física
Área: Práctica deportiva
Aspecto: Motivación

Delimitación Espacial

La presente investigación se realizó en la Asociación de Wushu de Tungurahua ubicado en el Estadio Bellavista – Puerta #6 frente a las canchas del CITIBANK en la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua de la República del Ecuador.

Delimitación Temporal

Esta investigación se realizó en el período de 2015-2016

Delimitación Poblacional

Las unidades de observación dentro de esta investigación fueron los deportistas de la Asociación de Wushu de Tungurahua.

1.3. Justificación

La presente investigación orientada motivación en la práctica de Wushu es necesaria tanto para entrenadores como para deportistas de esta disciplina competitiva ya que ayuda a mejorar el entrenamiento con altos niveles de activación, entrega y compromiso, así como a identificar cual es el motivo que tienen para ocupar su tiempo en dicha actividad.

Además, es un proyecto de suma importancia porque al conocer la motivación tanto de manera intrínseca como de manera externa se reconocen las múltiples cualidades positivas que derivan de la misma y en el caso de la motivación podemos nombrar como predominantes una actitud hacia el deporte, las razones que llevan al deportista a realizar esta actividad y el mayor grado de esfuerzo, esperando evitar la desmotivación.

Bajo esta perspectiva el estudio de la motivación en la práctica del Wushu se convierte en una temática novedosa ya que en primera instancia se trata de un deporte del que una gran parte de la población ambateña no tiene el conocimiento suficiente ya que en nuestro contexto ha sido aún poco explorada razón por la cual se desconoce factores psicológicos que intervienen en el desarrollo del entrenamiento de este arte marcial.

Los beneficiarios directos de la investigación serán los deportistas y entrenadores de la Asociación de Wushu de Tungurahua, ya que al finalizar dicho estudio aquellos podrán conocer de mejor manera cual es la forma de trabajo necesaria para poder llevar a los deportistas al máximo nivel respetando parámetros de entrenamiento deportivo, y tomando más aún en consideración el derecho con el que todo individuo cuenta para poder recrearse y realizar actividades que contribuyan con si bienestar deportivo y recreacional.

La factibilidad de esta investigación la encontramos tanto en la necesidad de los deportistas como de los entrenadores de encontrar estrategias psicológicas que son necesarias para comprender e intervenir en el ámbito deportivo del Wushu buscando un desarrollo integral del individuo, como deportista y como persona, teniendo como aporte para la investigación la colaboración y apertura que prestan los directivos, entrenadores y deportistas de la Asociación de Wushu de Tungurahua, y tomando en cuenta que el presente proyecto estará sustentado económicamente por el investigador.

1.4. Objetivos

1.4.1. Objetivo General

- Investigar de qué manera la importancia de la motivación influye en la práctica de Wushu, en los deportistas de la Asociación de Wushu de Tungurahua.

1.4.2. Objetivos Específicos

- Analizar la importancia de la motivación en los deportistas en la Asociación de Wushu de Tungurahua.
- Determinar los motivos intrínsecos y externos que llevan a la práctica de Wushu.
- Plantear una alternativa de solución a la presente problemática motivacional.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes investigativos.

Entre los trabajos realizados que tienen relación con el tema de tesis propuesto, se encontró los siguientes:

En términos de (Campaña, 2013) quien elaboro la tesis sobre "La motivación deportiva y su relación con la práctica de marcha atlética en los estudiantes del segundo año de bachillerato paralelo "A, B y C" del colegio Nacional Jorge Álvarez de la parroquia Ciudad Nueva del cantón Píllaro de la provincia del Tungurahua" en la Universidad Técnica de Ambato presentando para la obtención Título de Licenciado en Ciencias de la Educación, donde tiene como objetivos los siguientes:

- Identificar las causas de la desmotivación para la práctica de marcha atlética.
- Analizar los métodos más adecuados para la enseñanza de marcha atlética.
- Proponer la creación de un blog metodológico para la enseñanza y entrenamiento de marcha atlética

El trabajo se realizó mediante una investigación de campo a la población a los estudiantes del Colegio Nacional Jorge Álvarez del segundo año de bachillerato paralelos "A, B y C". La técnica para recopilar la información es la aplicación de encuestas estructuradas a los establecimientos a los paralelos antes mencionados. Dicha información fue revisada, tabulada y analizada estratégicamente, permitiéndole elaborar la hipótesis de la investigación, además permitió realizar varias conclusiones las mismas que se indican a continuación:

> Luego de los investigado se determinó que las causas para la desmotivación para la práctica de marcha atlética son: los limitados de entrenadores de la disciplina, docentes de Cultura Física con deficientes conocimientos en la disciplina de marcha atlética, inadecuada infraestructura deportiva desinterés de las autoridades deportivas e institucionales para promocionar la marcha a los estudiantes.

La presente investigación se relaciona con el trabajo que se está ejecutando y es de suma importancia considerar la motivación que se va a aplicar en los deportistas del Wushu con el fin de que puedan tener un alto rendimiento deportivo de los mismos.

En términos de (Cerón, 2014) autor del trabajo de graduación titulado "Los deportes de combate y su incidencia en el control emocional en los estudiantes de 7mo año de E.G.B de la Unidad Educativa FAE No.1 del cantón quito provincia de pichincha" en la Universidad Técnica de Ambato presentando para la obtención Título de Licenciado en Ciencias de la Educación, donde tiene como objetivos los siguientes:

- Determinar la influencia de los deportes de combate en el control emocional en los estudiantes de la institución.
- Analizar el desconocimiento de los profesores de cultura física en cuanto se refiere a los deportes de combate y sus beneficios.
- Diseñar una guía metodológica de entrenamiento básico que contengan los fundamentos adecuados de manera sistemática y ordenada de los deportes de combate que permitirá un mejor control emocional.

El trabajo se realizó mediante una investigación de campo a la población es decir en la Unidad Educativa FAE N.1 del cantón Quito, provincia de Pichincha. La técnica para recopilar la información es la aplicación de encuestas dirigidas a los estudiantes, deportistas y entrenadores tomando muy en cuenta los problemas más relevantes de esta investigación. Dicha información fue revisada, tabulada y analizada estratégicamente, permitiéndole elaborar la hipótesis de la investigación, además permitió realizar varias conclusiones las mismas que se indican a continuación:

a. Los deportes de combate permiten mantener el control emocional en vista que se imparten principios que son reflexionados para mantener la calma en situaciones de alto estrés, así se los ha observado durante las competencias de un determinado grupo de atletas, dicha calma y autocontrol ha permitido que se llegue a un estado de equilibrio que permite canalizar de mejor manera las emociones negativas

La presente investigación se relaciona con el trabajo que se está ejecutando y es de suma importancia considerar la motivación es importante para un deporte de combate debido a que se encarga del control emocional del mismo.

En términos de (García T. , 2005) quien elaboro la tesis sobre “Motivación y comportamientos adaptativos en jóvenes futbolistas” en la Universidad de Extremadura Servicio de Publicaciones presentando para la obtención de título doctoral donde tiene como objetivos los siguientes:

- Comprobar si existe relación entre el Clima motivacional percibido por los jugadores durante los entrenamientos y la Orientación motivacional que adoptan dichos sujetos.
- Explorar las diferencias existentes entre los perfiles motivacionales de los sujetos implicados en el estudio, y su relación con el resto de variables que conforman la investigación.
- Conocer que variables psicológicas pueden predecir la aparición de comportamientos antisociales en el fútbol y como se van a relacionar con la motivación y la percepción en otros significativos.

El trabajo se realizó mediante una investigación de campo a la población jugadores de fútbol de categorías infantil, cadete y juvenil de la Comunidad Autónoma de Extremadura. La técnica para recopilar la información es la aplicación de encuestas dirigidas a los deportistas y entrenadores tomando muy en cuenta los problemas más relevantes de esta investigación. Dicha información fue revisada, tabulada y analizada estratégicamente, permitiéndole elaborar la hipótesis de la investigación, además permitió realizar varias conclusiones las mismas que se indican a continuación:

a. Creemos que el haber integrado el Clima Social, el Clima Contextual y las Orientaciones Motivacionales en el Modelo Jerárquico de la Teoría de la Autodeterminación es una aportación importante que puede ayudar a replantear el modelo teórico que explica la motivación en el deporte, sirviendo los componentes de la Teoría de Metas como predictores de los tipos de motivación y del nivel de autodeterminación.

La presente investigación se relaciona con el trabajo que se fue ejecutado y es de suma importancia considerar la motivación en los deportistas con el fin de que se planteen una meta, para satisfacer sus logros deportivos.

2.2. Fundamentación filosófica.

La ontología es una de las ramas de la filosofía en la que se define como “el estudio del ser” y busca categorizar lo que es esencial y fundamental de una determinada entidad. Además, se puede decir que la ontología es el estudio del ser a medida que existe. Aun

admitiendo que el deporte contribuye de manera decisiva en la formación del educando, no es fácil establecer y determinar los objetivos generales y los fines del mismo. La gran mayoría de pedagogos y educadores difícilmente llegan a ponerse de acuerdo sobre cuál es, o debe ser, su verdadero sentido. (Blánquez, 1999)

La práctica deportiva es un elemento muy importante que participa en el desarrollo integral de las personas que la realizan, de tal manera la ontología nos ayuda a conocer quiénes somos, por qué motivo realizamos deporte y cuál es nuestro objetivo principal partiendo de nuestra concepción de la motivación personal y deportiva.

La epistemología tiene por objeto el estudio del origen; naturaleza y validez del conocimiento, ya sea este basado en experiencias o mediante el desarrollo del pensamiento a lo largo de nuestras vivencias diarias.

El deporte es una conducta humana, por tanto, es el hombre quien lo hace y moldea, si es así, en nuestras manos está el hacer del deporte algo bueno para nuestro desarrollo. (Antonelli & Salvini, 1982)

La heurística ayuda a recorrer bien el camino metodológico; es una parte del método, la que lleva al descubrimiento más que a la demostración de lo descubierto. (**Beuchot, M; 1999**)

La motivación en la práctica deportiva cumple un rol importante ya que cuando un deportista está motivado podemos conseguir que su grado de entrega hacia el entrenamiento sea total y de esta manera se dé un cumplimiento efectivo de todas las metas propuestas.

La axiología es el sistema formal para identificar y medir los valores. Es la estructura de los valores de una persona la que brinda su personalidad, sus percepciones y decisiones (**Robert S., 2008**).

Podemos evidenciar claramente como una persona que practica algún deporte lleva una vida emocionalmente equilibrada y consigue alcanzar un desarrollo integral óptimo como una de las ventajas más relevantes con respecto a la práctica deportiva. La pedagogía es el arte de enseñar. En virtud de su intencionalidad pedagógica el deporte, plantea numerosos problemas, no solo conceptuales sino también de tipo ideológico y axiológico. (**Casamort y Seirul, 1970**). La pedagogía es un método utilizado para el conocimiento

de todo lo que nos rodea y de qué forma nosotros lo transmitimos, y logramos que nos comprendan.

2.3. Fundamentación Legal.

Según la **Constitución Política de la República del Ecuador** (2008) manifiesta que:

> **Art. 45.-** Las niñas, niños y adolescentes gozarán de los derechos comunes del ser humano, además de los específicos de su edad. El Estado reconocerá y garantizará la vida, incluido el cuidado y protección desde la concepción.
>
> **Art. 82.-** El Estado protegerá, estimulará, promoverá y coordinará la cultura física, el deporte y la recreación, como actividades para la formación integral de las personas. Proveerá de recursos e infraestructura que permitan la masificación de dichas actividades.

Según la **ley del Deporte Educación Física y Recreación**, (2015) manifiesta que:

> **Art. 3.- De la práctica del deporte, educación física y recreación. -** La práctica del deporte, educación física y recreación debe ser libre y voluntaria y constituye un derecho fundamental y parte de la formación integral de las personas. Serán protegidas por todas las Funciones del Estado.
>
> **Art. 8.- Condición del deportista. -** Se considera deportistas a las personas que practiquen actividades deportivas de manera regular, desarrollen habilidades y destrezas en cualquier disciplina deportiva individual o colectiva, en las condiciones establecidas en la presente ley, independientemente del carácter y objeto que persigan.
>
> **Art. 9.- De los derechos de las y los deportistas de nivel formativo y de alto rendimiento. -** En esta Ley prevalece el interés prioritario de las y los deportistas.
>
> **Art. 104.- Emprendimiento y fomento. -** El Ministerio Sectorial financiará o auspiciará proyectos y programas que fomenten el deporte, educación física, recreación y las prácticas deportivas ancestrales, por medio de personas naturales y/o jurídicas, organizaciones públicas, mixtas o privadas, siempre que los proyectos y programas no tengan fines de lucro**.**

2.4. Categorías fundamentales

Superordinación conceptual

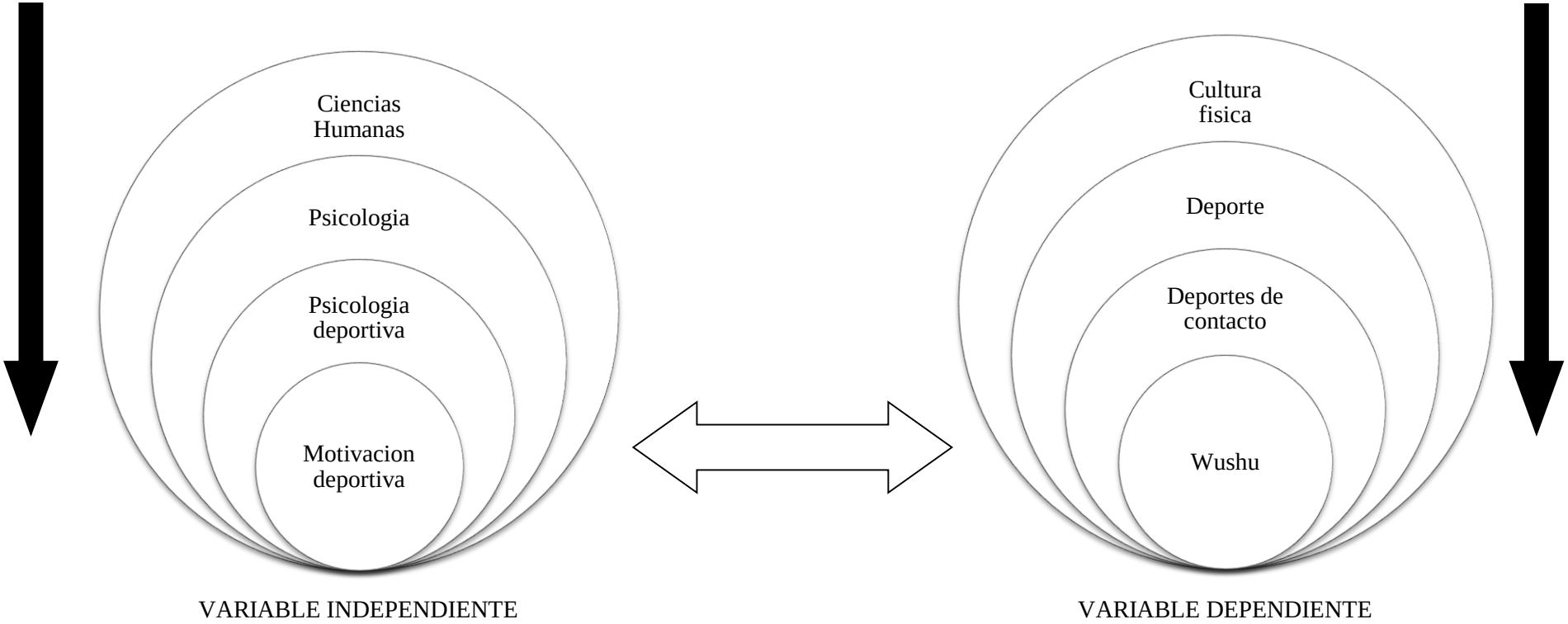


Grafico 2: Categorías Fundamentales

Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

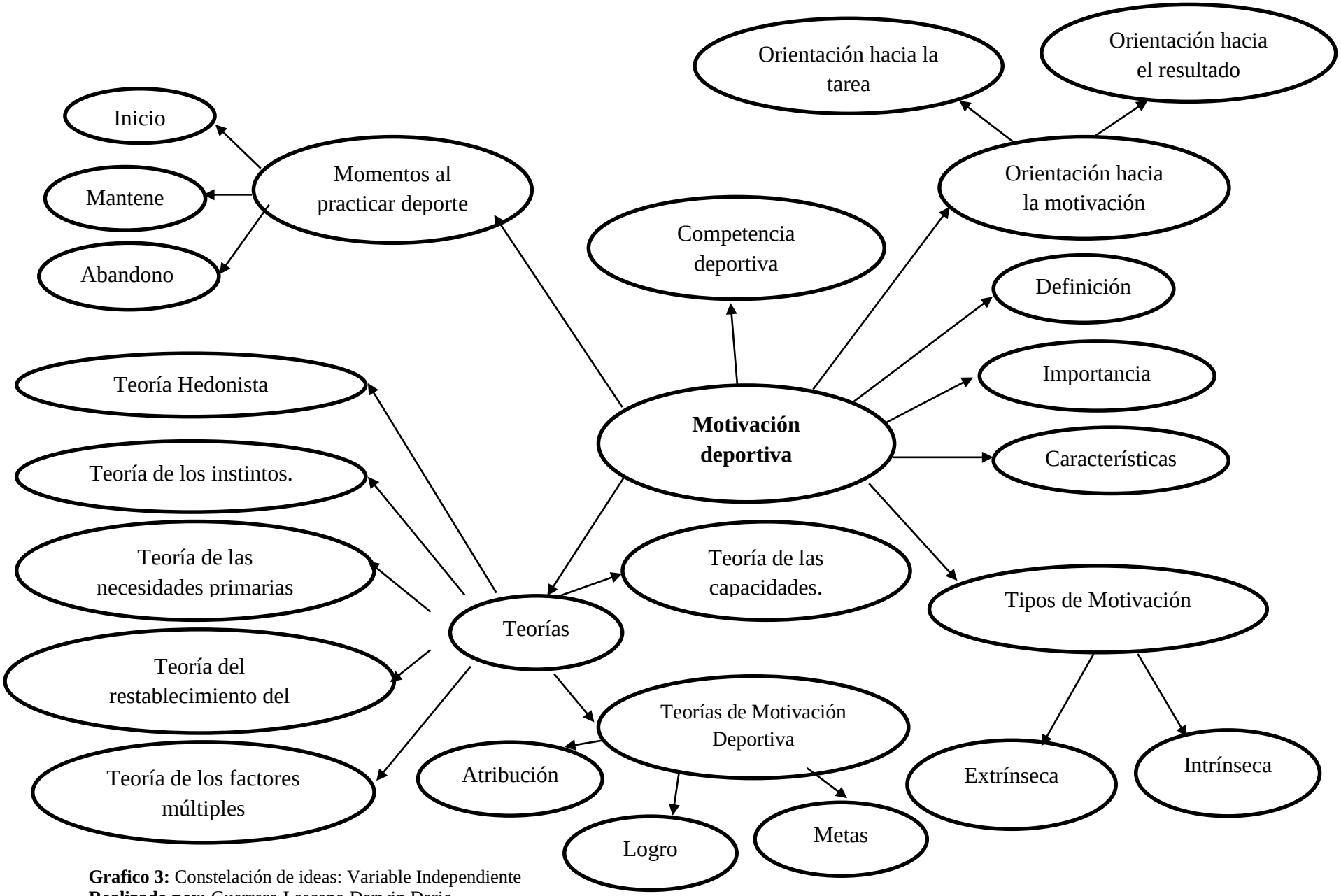


Grafico 3: Constelación de ideas: Variable Independiente
Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

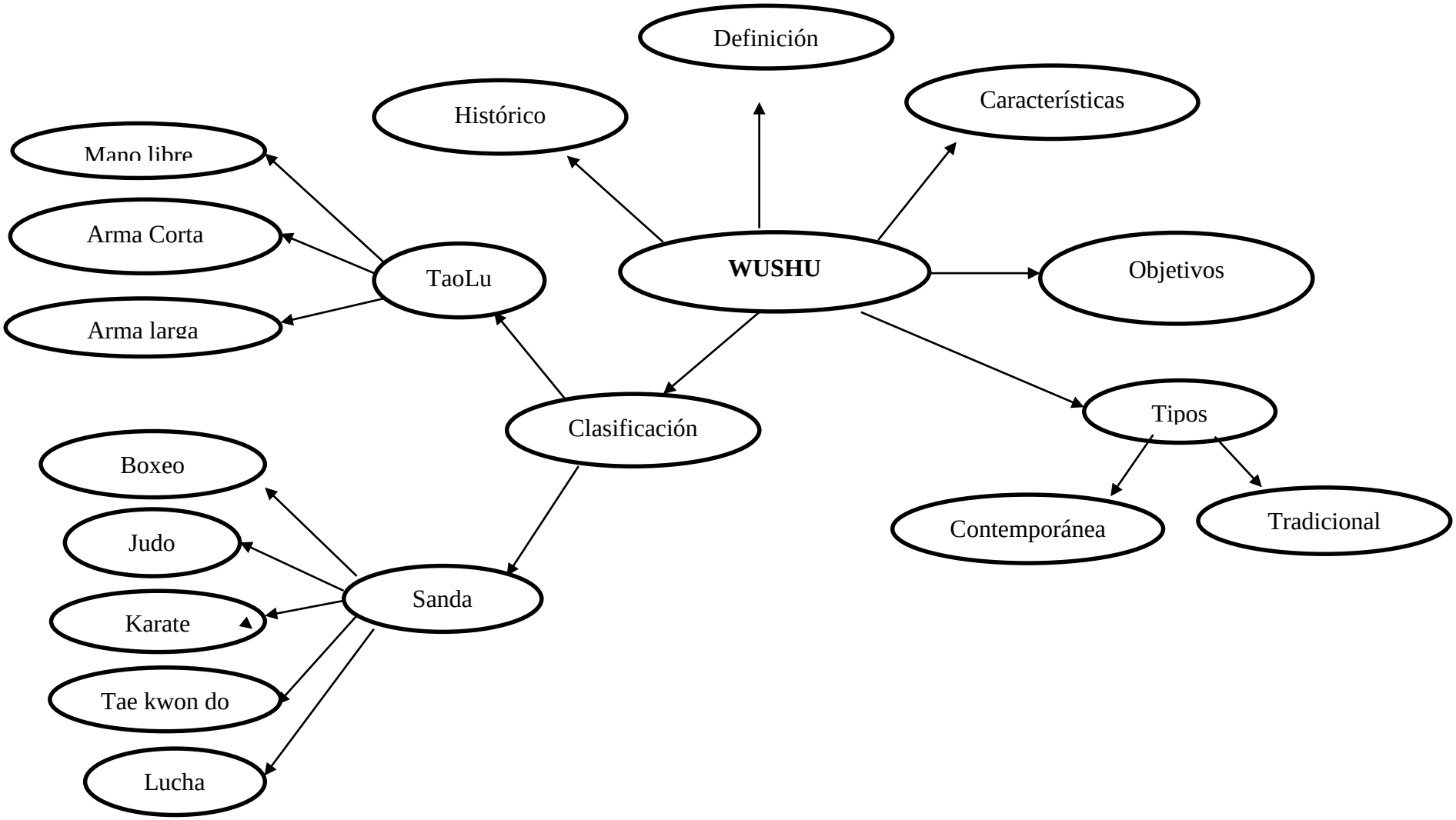


Grafico 4: Constelación de Ideas: Variable dependiente.

Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

2.4.1 Descripción de la Variable Independiente

Ciencias Humanas

En términos de (Urquijo, y otros, 2002, pág. 14) manifiesta que "En las ciencias humanas, los valores sociales que se encuentran en las sociedades estudiadas tiñen el contenido de sus hallazgos y controlan la evaluación de los elementos de juicio sobre los cuales basan sus conclusiones."

Psicología

Según **Rochín** (2014, pág. s/n) señala que:

> La psicología es la ciencia que estudia el comportamiento humano y los procesos mentales a través de diversos métodos de investigación y observaciones empíricas, sean éstas externas o introspectivas. Explora conceptos como la percepción, la atención, la motivación, la emoción, el funcionamiento del cerebro, la inteligencia, la personalidad, las relaciones personales, la consciencia y el inconsciente.
>
> "comportamiento y procesos mentales" implica no sólo las acciones de las personas sino también sus pensamientos, sentimientos, percepciones, procesos de razonamiento, recuerdos e incluso las actividades biológicas que mantienen el funcionamiento corporal. **(1 par.)**

Psicología deportiva

En términos de Copyright (2016, pág. s/n) manifiesta que

> La psicología del deporte es la rama de la psicología que estudia los procesos psíquicos y la conducta del hombre durante la actividad deportiva. Esta ciencia aplicada busca conocer y optimizar las condiciones internas del deportista para lograr la expresión del potencial físico, técnico y táctico adquirido en el proceso de preparación.

Motivación deportiva

- **Definición**

En términos de **Pulido** (2014) señala que "Motivación es la combinación entre los deseos y energías de la persona para alcanzar una meta. Las personas pueden ser motivadas por creencias, valores, intereses, miedos, entre otras causas o fuerzas"

- **Importancia**

Según (Márquez & Garatachea, 2012) señala que la motivación es tan importante debido a que:

> Es un rasgo de personalidad, debido a que se relaciona con la actividad emocional. Ello puede conducir en ocasiones a que antes de la práctica deportiva se utilicen técnicas que aumenten el máximo los niveles de activación de quien practica la actividad deportiva.

- **Características**

En términos de **Pulido** (2014) manifiesta que las características de la motivación deportiva son las siguientes:

- Fuerza que activa y dirige el comportamiento. El primer motivo básico es la supervivencia, según la Pirámide de Maslow.
- La motivación a veces se confunde con las emociones. Las emociones son reacciones subjetivas al ambiente.
- La motivación puede ser tanto positiva como negativa.
- La motivación puede ser tanto personal como laboral y muchas veces una va de la mano de la otra.

Tipos de Motivación

- **La Motivación Intrínseca** según (Montoy & Sáez, 2011) manifiestan que:

> La conducta intrínsecamente motivada es aquella que no tiene otro objetivo excepto el propio placer o interés personal en realizarla. La motivación intrínseca, por tanto, encuentra su fundamento en una serie de necesidades psicológicas definidas que incluye, entre otras, la causación personal, la efectividad y la curiosidad. Este tipo de motivación surge espontáneamente por tendencias internas y necesidades psicológicas, sin que haya recompensas extrínsecas.

- **La Motivación Extrínseca** según (Montoy & Sáez, 2011) señala que:

> La motivación extrínseca, por su parte, está relacionada con la perspectiva conductista. Esta corriente no niega que existan causas internas asimismo influyentes, pero otorga un papel preponderante a aquellas causas de la conducta que provienen del exterior y que no se encuentran dentro de la persona. De este modo, serían fuentes de motivación extrínseca el dinero o las amenazas de castigo, entre otras. Los conocidos condicionamientos clásico

y operante serían los puntos de partida para estudiar más en profundidad la motivación extrínseca.

Teorías de la Motivación

En términos de Paglilla & Zavanella (2011), autores del artículo titutaldo"La Motivación del Deporte ", publicada en el año 2011 aseguran que:

- **Teoría Hedonista**

  La conducta humana se reduce a buscar el placer y evitar el dolor, lo penoso o desagradable. Es decir, el comportamiento humano se estructura en torno a la antítesis placer – dolor, agrado – desagrado.

  Aunque el placer y el dolor son fuerzas motivadoras generales, estas reacciones generales pueden ser modificadas por experiencias individuales.

  Además, es posible una reversibilidad o una coexistencia de factores opuestos, tanto en el terreno normal como en el patológico: esta característica – tan comúnmente observada – fue llamada ambivalencia por el psiquiatra suizo Bleuler.

- **Teoría de los factores múltiples**

  Podemos agregar que existe una dualidad en los factores motivacionales. Por ejemplo, la tendencia a dominar y la tendencia a la sumisión; al poder y a la huida; a la agresión y a la protección. Al encontrar un obstáculo, algunas personas hacen lo posible para superarlo, pero otras se someten o se retiran. Según Nietzsche, la voluntad de poderío es una de las tendencias básicas del hombre, y Adler afirmo que la tendencia de dominio es uno de los principales motivos de la conducta humana, y que cuando se frustra o se desvía puede causar trastornos emocionales.

  La tendencia a superar obstáculos y a destacarse o dominar puede apreciarse en los deportes, los cuales crean obstáculos artificiales, dando oportunidad para expresar esas tendencias (luego veremos específicamente las motivaciones del deporte).

- **Teoría del restablecimiento del equilibrio**

  Fue formulada por Cannon, quien introdujo el concepto de homeostasis, mecanismo en virtud del cual el organismo trata de mantener su integridad, equilibrando las adaptaciones internas de acuerdo con los estímulos. Afirma que, cuando se produce un desequilibrio, el organismo pone en acción sus mecanismos de regulación para volver al estado de equilibrio.

- **Teoría de las necesidades primarias**

  Expresa que la conducta humana puede atribuirse a la existencia de unas pocas necesidades o impulsos primarios, y que todas las acciones pueden reducirse, en última instancia, a la satisfacción de necesidades fisiológicas como el hambre, la sed, la alimentación y el apetito sexual. Dentro de esta teoría hay dos matices principales:

- Una variante afirma que esas necesidades primarias son conscientes y perfectamente delimitables.
- La otra variante (psicoanálisis), recalca los mecanismos inconscientes y la importancia de los motivos sexuales.

- **Teoría de los instintos.**

  Afirmamos que la conducta del ser humano está regida en su mayor parte por pautas de acción innatas (instintos), que le permiten fundamentalmente sobrevivir, posibilitándole la tarea de encarar con mayor eficiencia los elementos ambientales.

Momentos al Practicar Deporte

Según Rubín (2012) señala que:

> Los motivos que llevan a la consecución de algo son cambiantes dependiendo del momento en el que una persona se encuentre con respecto a la consecución de un objetivo. Se pueden identificar tres momentos principales:

- Inicio: se acaba de comenzar a practicar el deporte. En el inicio es importante que se disfrute, si no será difícil que se comience.
- Mantener: los motivos para mantener la actividad. Pueden ser mejorar lo aprendido, el desafío, divertirse o seguir aprendiendo.
- Abandono: cuando se abandona es por motivos como no ser competentes, no tener los resultados que se esperaban, presión, conflictos, incompatibilidades con otras actividades, aburrimiento, ansiedad… Se debe practicar el deporte de acorde a la habilidad en esa tarea. Si la habilidad es muy alta y la exigencia de la tarea es pequeña, el deportista se aburrirá y si la habilidad es pequeña y la exigencia de la tarea demasiado alta, sentirá ansiedad.

Competencia Deportiva

En términos de Paglilla & Zavanella**,** (2011) manifiestan que:

> El deseo de competir es una tendencia generalizada del ser humano. Algunos consideran que esta tendencia es innata y surge del llamado “instinto de conservación” para independizarse luego de este. Sin embargo, los estudios antropológicos parecen indicar que esa tendencia está condicionada por factores socioculturales.
>
> La tendencia competitiva involucra el deseo de imponerse a los demás, de triunfar, de destacarse, de demostrar la propia superioridad.
>
> Indudablemente, la competencia constituye uno de los ingredientes fundamentales del deporte y es el medio utilizado por el deportista para expresar y poner en acto sus tendencias.

Orientación hacia la Motivación

Está centrado en la relación de los objetivos que busca una persona que hace deporte para llegar a un resultado.

En términos de Rubín (2012) señala que existen dos tipos de orientación hacia la motivación que serán detallados a continuación:

- **Orientación hacia la tarea**

  Las personas que buscan mejorar sus competencias en la actividad que realizan y se esfuerzan por incrementar sus destrezas y habilidades, compitiendo consigo mismo más que con los demás. Debido a que no se fijan en los resultados, estas personas se mantienen motivadas por más tiempo y tienen más resistencia al abandono. Son más persistentes, resistentes al fracaso y trabajan más. Además, se proponen objetivos realistas o algo difíciles, pero no inalcanzables.

- **Orientación hacia el resultado**

  Personas que se esfuerzan por conseguir un resultado y éxito en algo. Suelen ser orgullosos cuando consiguen el resultado que querían y persisten a pesar de los fracasos. Sin embargo, perciben el éxito en comparación con los demás, lo que los hace dependientes.

Teorías de la Motivación Deportiva

Según Roberts y Treasure, (2012) afirman que la motivación deportivas son factores de la personalidad variables, sociales y/o cogniciones que entran en juego cuando una persona realiza un tarea para lo cual es evaluada, compite con otras o intenta lograr un nivel de maestría.

Entre las teorías realizadas para este concepto tenemos:

- **Teoría de la motivación al logro.**

En terminos de McClelland & Atkinson, (1953) definen la necesidad de logro como ¨el éxito en la competición con un criterio de excelencia¨, el interés por conseguir un estándar de excelencia, la tendencia a buscar el éxito en las tareas que implican la evaluación del desempeño. McClelland & Atkinson quien es **(**citado por Garcia & Ellgring, 2010), afirma tambien que las personas tienen la necesidad de alcanzar las metas que se propongan al mismo tiempo tienen la necesidad de evitar fracasos y si la necesidad de alcanzar logros es mayor al fracaso correran riesgos, por lo contrario las personas abandonaran rapidamente sus objetivos.

Para esta definición aparecen dos orientaciones fundamentales que son:

- **Factores personales. -** se basa principalmente en evitar el fracaso y en conseguir el éxito de tal forma que la persona con un fuerte motivo de logro desea triunfar generando orgullo ante la consecución de los objetivos y con una reacción emocional de vergüenza ante el fracaso. (McClelland & Atkinson, 1953).

- **Factores Situacionales. -** se componen de la probabilidad de éxito o de fracaso de la tarea que se realiza y el valor que el deportista le entrega a los incentivos estrictamente explicados como afectos positivos. (McClelland & Atkinson, 1953).

- **Teoría del sentimiento de competencia.**

  Según Harter (1978) señala que:

> Lo que mueve al individuo a efectuar tareas y a implicarse en determinadas actividades es la necesidad de competencia, para lo cual tratara de dominar la situación, de poner a prueba su eficacia y maestría los éxitos en dichas situaciones se acompañan de efectos positivos asociados a sentimientos de control y de mejora de su autoestima, lo que va a incrementar su motivación hacia la actividad e cuestión.

Bajo el criterio de Harter ,(1975) manifiesta que el sentimiento de competencia no es el único determinante de la implicación de una actividad además se necesita que la competencia sea evaluada por el individuo; así Harter (citado por Cecchini , Méndez, & Contreras, 2010) asevera que parecen predominantes varios dominios de acuerdo a la fases de desarrollo que se encuentre el deportista para Harter (1975) afirma que tenemos: la competencia social (*ej. tener muchos amigos*), la competencia cognitiva (*ej. tener éxito en clases*), la competencia física (*ej. ser buen deportista*) y la apariencia física.

Es bastante probable que se muestre variación en la motivación a través de estos dominios de competencias dependiendo de la historia de experiencias y procesos de socialización. (Cecchini , Méndez, & Contreras, 2010).

- **Teoría de las metas**

Para Maehr y Nicholls, (1980)**,** afirma que el primer paso para entender las conductas de logro de las personas es reconocer que el éxito y el fracaso son estados psicológicos de la persona basados en el significado subjetivo o la interpretación de la efectividad del esfuerzo necesario para la ejecución.

Según Maehr citado por Carratala, (2004) mantiene que:

> El término meta se refiere al núcleo motivacional de la acción, es decir, lo que esperaba conseguir la persona de la realización de una actividad, cual es el valor de la actividad y, más concretamente, como la persona define el éxito y el fracaso en una situación.
> De este modo, la conducta de una persona, sus respuestas cognitivas y sus respuestas afectivas en un contexto de logro ser verán influidas por las metas de logro que tenga.

Existen dos metas de logro por las cuales los deportistas pueden estar guiados la primera es la meta de competitividad en donde el objetivo primordial es ser mejor que los demás siendo absolutamente competitivo mientras que la segunda es la maestría y quién busca la mejora de sí mismo siendo el dominio de la tarea el objetivo principal. Maehr & Nicholls (1980), por otra parte, también destacan que las variaciones cualitativas en las metas producen variaciones cuantitativas en la motivación.

Se puede categorizar las siguientes conductas de logro:

- **Conductas orientadas a la demostración de la capacidad**

La característica principal de este tipo de conductas radica en la capacidad de desarrollo de percepciones direccionadas a favorecer a quien las efectúa, buscando garantizar el máximo potencial de elevar la capacidad y evitar en lo posible el descenso de la misma, pudiendo ser catalogadas dentro de una escala tenida como éxito acorde a su evolución. (Carratalá, 2004)

- **Conductas orientadas al dominio de la tarea**

Se enfoca principalmente al conjunto de pasos sistematizados por el que parte y se desarrolla el aprendizaje más que a los resultados conductuales que arrojan, emplea estrategias y métodos adecuados para obtener el dominio de la tarea, en lo que al campo deportivo corresponde busca establecer un estándar de excelencia técnica, evaluando la tarea de forma directa y de forma individual, tomando como premisa que el nivel de éxito dependerá del dominio de la tarea establecida. (Carratalá, 2004)

- **Conductas orientadas a la aprobación social**

Busca activar el potencial de cada uno de los intentos llevados a cabo y pretende alcanzar como respuesta el reconocimiento social, adoptando para tal proceso compromiso deportivo valido como instrumento para alcanzar el reconocimiento,

determinando en este caso el nivel de éxito no por el dominio ni por la capacidad sino más bien por la aprobación social que recibe la realización de la tarea dejando de lado el resultado arrojado. (Carratalá, 2004).

- **Teoría de la Atribución**

Para Heider **(**citado por Carrascosa, 2011) sostiene que:

> Las personas tienden a interpretar lo que ocurre, sus conductas y las de los demas, de un cierto modo. Se puede explicar o atribuir lo que ha ocurrido en funcion de uno mismo o de los demas, y de forma positiva o negativa.
>
> Los resultados positivos son atribuidos a factores internos, antes que factores externos, aumentan la propia confianza y satisfacen, en cambio los resultados negativos atribuidos a factores internos antes que externos provocan la sentiminetos negativos, como frustración y pérdida de motivación.
>
> Los resultados positivos atirbuidos a factores estables frente a factores cambiantes contribuyen a generar grandes expectativas de éxito en situaciones futuras. Los resultados negativos atribuidos a factores estables, antes que a factores cambiantes, disminuyen las espectativas de éxito en situaciones futuras.

Técnicas de Motivación en el Deporte

- **Entrenamiento invisible.**

Para Lainz**,** (2015) define que el entrenamiento invisible es el cuidado fisico y mental, el nutrirse, hidratarse y descanzar de acuerdo a las pautas tan rigurosas como la constancia con la que se entrena.

- **Entrenamiento imaginativo**

Según EDUCATINA (2015)**,** afirma que:

> El entrenamiento imaginativo son repeticiones imaginarias de actividades fisicas en ausencia de movimiento musculares grandes, esta practica realizada con conciencia y metódicamente mejora la contracion, el desarrollo de actividades motoras y recuperacion de lesiones, creando un impacto positivo en la motivacion del deportista ya que influye en una imagen positiva de si mismo y de autoeficacia.

- **Los incentivos**

Según Palmero (2012) mantiene se refieren a los distintos estímulos que, desde fuera del individuo, ejercen su influencia sobre éste, son considerados como estímulos que

motivan la conducta. La cantidad de incentivo, la cualidad específica del mismo, así como la lejanía temporal -también la lejanía o distancia psicológica.

Según EDUCATINA (2015) asevera que son estímulos externos que logran influir en el comportamiento del deportista, debemos distinguir entre positivos que hacen referencia a aportes atractivos que el deportistas se esfuerza por conseguir con determinado compórtamiento y los negativos tienen como fin que no se realicen determinadas conductas.

- **Reestructuración cognitiva**

En términos de Bados y García (2010) afirma que el modo en que las personas estructuran cognitivamente sus experiencias ejerce una influencia fundamental en cómo se sienten y actúan y en las reacciones físicas que tienen; según (Díaz J. , 2011) mantiene que el empleo de las diversas estrategias cognitivas por parte de estos, puede ser una herramienta útil para adaptarse mejor a las demandas de la competición deportiva y así obtener los resultados esperados, mientras que para (EDUCATINA, 2015) advierte que la reestructuración cognitiva es el método utilizado para cambiar creencias que afectan el rendimiento y la motivación y se trabaja en la autoconfianza, o los síntomas psicológicos de la fatiga o a través del reconocimiento de las respuestas automáticas irracionales que se han ido aprendiendo y perjudican el rendimiento.

- **Establecimiento de metas**

Hidalgo (2013), afirma que consiste en marcar determinadas metas, siempre teniendo en cuenta que deben ser medibles y de difícil consecución, pero a la vez realistas para nuestras capacidades físicas, en consecuencia son claves para que las metas cumplan su objetivo cuando hablamos de entrenamiento psicológico, así mismo (Tran, Cañizares , & Mesa, 2011) señalan que de manera más específica, el establecimiento de metas es una técnica motivacional utilizada en la Psicología del deporte en la que se pretende manejar los recursos de deportista y equipo para lograr sus aspiraciones; en afirmación a las definiciones anteriores la investigación del establecimiento de metas demuestra que son una poderosa herramienta para realizar cambios conductuales, sea en forma directa o indirecta así Weinberg y Gould (citados por García & Refoyo , 2014) mantine que las metas son objetivos o propósitos de acciones que pueden ser subjetivas u objetivas y pueden dirigirse hacia la actuación, hacia el proceso o hacia el resultado.

- **La activación física.**

Para (Buceta, 1994) asegura que el nivel de activación general de los deportistas, se considera estrechamente relacionado con su rendimiento deportivo, constituyendo una de las variables psicológicas que más se han estudiado en las especialidades individuales, del mismo modo (Arrollo, 2014) mantiene que La activación es una respuesta de un organismo que se manifiesta a tres niveles diferentes. Por un lado tenemos el nivel fisiológico (el pulso cardiaco, respiración, tensión muscular, sudoración…), por otro el nivel conductual (actos físicos y verbales observables, no parar de moverse, quedarse paralizado, gritar, hablar en exceso, estar en silencio…) y por último el nivel mental o cognitivo (los pensamientos, emociones, autodiálogo, imágenes mentales…), por su parte Vainstoc (2015), dice que se suele considerar la activación general del organismo como un continuo que va desde el sueño más profundo hasta un estado de máxima excitación. En el deporte se sitúa este continuo teniendo en cuenta las experiencias de los deportistas en el estado de vigilia.

La activación psíquica y física implica "estar listo para", en el caso del deporte "estar listo para entrenar o competir".

2.4.2 Descripción de la Variable Dependiente

- **Cultura física**

Según la Ley del Deporte, Educación Física y Recreación, (2015, pág. 17) manifiesta que la cultura física es:

> La Educación Física comprenderá las actividades que desarrollen las instituciones de educación de nivel Pre-básico, básico, bachillerato y superior, considerándola como un área básica que fundamenta su accionar en la enseñanza y perfeccionamiento de los mecanismos apropiados para la estimulación y desarrollo psicomotriz.

- **Deporte**

Según la Ley del Deporte Educación Física y Recreación, (2015, pág. 7) manifiesta que el deporte es:

> Toda actividad física e intelectual caracterizada por el afán competitivo de comprobación o desafío, dentro de disciplinas y normas preestablecidas constantes en los reglamentos

de las organizaciones nacionales y/o internacionales correspondientes, orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales y desarrollar fortalezas y habilidades susceptibles de potenciación.

- **Deportes de contacto**

En términos de (Pérez, 2011) manifiesta que: "Los deportes de contacto, son la versión más genuina y básica del enfrentamiento.

En este caso idealizada (uno contra uno, en un espacio domesticado, igualdad de peso) y sin ventajas para ninguno de los participantes."

Los deportes de contacto en si son los que incluyen un contacto físico entre dos personas o más en el área de entrenamiento, o en un campeonato, con el fin de que apliquen todos y cada uno de los conocimientos adquiridos en un periodo de entrenamiento constante.

Wushu

- **Histórico**

En términos de (Bin , Xingdong, & Gongbao, 2004, pág. 28) señala que "el Wushu se ha implementado a principios de siglo XIX, florecieron grupos populares y asociaciones de Wushu.

En 1928 se fundó el Centro Nacional de Wushu, con sucursales en algunas provincias y ciudades chinas. La Asociación China de Wushu se fundó en 1958."

- **Definición**

Según García, (2011) manifiesta que: Wushu es un arte marcial chino combinado por diferentes deportes de contacto en la cual que proporciona al ser humano la capacidad de convertirse en "sabio y santo"

En términos de Bin , Xingdong, & Gongbao (2004) manifiestan que Kung-fu o Wushu que en China se le conoce así. Se pude decir que es un de las demostraciones de típicas de la cultura tradicional de China en la cual no se utiliza solo la parte motriz del cuerpo si no se centra también en el cerebro.

Podemos señalar también que el Wushu no es a la vez solo un deporte de contacto sino también una forma artística.

- **Características**

Según SUPERUSER (2015) señala algunas características del Wushu Kung-fu que son las siguientes:

  - Actividades internas y externas en la que la interna se basa en las funciones de la mente y las externas a movimientos corporales.
  - La incorporación de la dureza con la suavidad.
  - Control del qi y la respiración.

- **Objetivo**

En términos de (adnwushu, 2014) señala que el objetivo del Wushu: "A más de competir entre ellos, se complementan para aportar una riqueza que une la armonía física y la psíquica dando lugar a un equilibrio que formatea la vida del individuo."

Tipos

- **Tradicionales**

En términos de García (2011) señala que: "son artes marciales de origen antiguo, está basada en el manejo de la energía del taolismo y budismo. Considerando que acoge los estilos tradicionales del norte y del sur."

- **Contemporáneas**

En términos de García (2011) señala que: "son nuevas creaciones artísticas, que su punto principal es la alta competición, cada movimiento carece de filosofía y terapeuta, son de difícil ejecución porque intervienen saltos y giros por lo tanto esta práctica se centra más a los jóvenes."

Clasificación

- **Sanda**

En términos de (Higuero, 2014) manifiesta que sanda "es una parte de Wushu moderno, que se centra en el combate, que es la combinación de patas, boxeo y proyecciones." Se puede señalar a la vez que Sanda está constituido por algunas artes marciales chinas que se detallaran a continuación:

- **Boxeo**

El boxeo o también llamado anterior mente como el deporte de los puños, se basa en el manejo de las mañas que dos personas de su misma categoría luchan entre sí con el fin de llevar una victoria. Utilizando guantes especiales en el momento de su competencia en un ring o en un cuadrilátero en un tiempo determinado. (Higuero, 2014)

- **Judo**

El judo es un arte marcial de origen japonés que pueden practicar chicos y chicas de todas las edades, siendo un sistema de combate sin armas con el objetivo de derivar o inmovilizar su contrincante, en base a diferentes técnicas y a la vez buscar puntos de desequilibro de los contrincantes. Utilizan una vestimenta adecuada llamada judogi. (Higuero, 2014)

- **Karate**

El Karate es un arte marcial en las que se utiliza todas las partes del cuerpo, y es considerado como defensa personal. (Higuero, 2014)

- **Tae Kwon Do**

Es un arte marcial coreana con el fin de realizar bloqueos, sin utilización de armas, considerando que está vinculado con la personalidad humana es decir cuerpo y mente, además de ser un deporte de contacto beneficia las capacidades físicas y psíquicas de hombre. (Higuero, 2014)

- **Lucha**

La lucha es un arte marcial en el que consiste derrumbar al adversario sin necesidad de ningún golpe, con el fin de realizar movimientos de fuerza y técnica que ayudará a llevar al contrincante al piso y este toque sus hombres y espalda al suelo. (Higuero, 2014)

- **Tao Lu**

Para (Mamani, 2010) el taolu son formas de exhibición caracterizadas por su fluidez, potencia, ritmo, agilidad y gran variedad de técnicas de alto, cortó y mediano alcance, estos movimientos se combinan con técnicas gimnasticas, y el manejo de armas, la división es así:

- **Mano Libre**

Caracterizada por la gran variedad de movimientos explosivos tanto de brazos como de piernas, en donde se muestra fluidez en los movimientos sin utilizar ningún tipo de arma oficial. (Mamani, 2010)

- **Arma corta**

Caracterizado por su agresividad y velocidad, con el arma manejada muy cerca del cuerpo en movimientos tales como cortar, pinchar, interceptar, envolver, girando y combinado con saltos acrobáticos. (Mamani, 2010)

- **Arma larga**

Caracterizado por su agresividad, vistosidad elegancia y fuertes cambios de ritmo en una sucesión de golpes y movimientos de defensas, escudos, barridos horizontales utilizando toda la longitud del arma a sus dos extremos. (Mamani, 2010)

2.5.Hipótesis

La motivación incide significativamente el rendimiento de los deportistas de la Asociación de Wushu de Tungurahua en la práctica de dicha disciplina.

Señalamiento de variables

Variable Dependiente: La importancia de la motivación.

Variable Independiente: La práctica de Wushu.

Unidad de Observación: Asociación de Wushu de Tungurahua en la ciudad de Ambato.

CAPITULO III
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Enfoque

Esta investigación se realizó con un enfoque cuali-cuantitativo y permitió definir correctamente al problema, comenzando por los objetivos claramente definidos, planteamos la hipótesis la cual fue aceptada o rechazada mediante pruebas piloto, dicha hipótesis mantuvo una relación funcional entre las variables para el análisis de la información.

En términos de **Monje** (2011, pág. 11) señala que el propósito de la investigación cuantitativa es:

> Buscar explicación a los fenómenos estableciendo regularidades en los mismos, esto es, hallar leyes generales que explican el comportamiento social. Con esta finalidad la ciencia debe valerse exclusivamente de la observación directa, de la comprobación y la experiencia. El conocimiento debe fundarse en el análisis de los hechos reales, de los cuales debe realizar una descripción lo más neutra, lo más objetiva y lo más compleja posible.

En términos de **Hernández** (2003, pág. 5) señala que: El cualitativo "por lo común, se utiliza primero para descubrir y refinar preguntas de investigación. A veces, pero no necesariamente, se prueban hipótesis. Con frecuencia se basa en métodos de recolección de datos sin medición numérica, como las descripciones y las observaciones"

3.2.Modalidad de la investigación.

Las modalidades que se emplearon en el desarrollo de la presente investigación fueron las siguientes:

- **Investigación de Campo**

En palabras de Arias (2012) manifiesta que

> La investigación de campo es aquella que consiste en la recolección de todos directamente de los sujetos investigados, o de la realidad donde ocurren los hechos (datos primarios), sin manipular o controlar variables alguna, es decir, el investigador obtiene la

información, pero no altera las condiciones existentes. De allí su carater de investigación no experimental.

En términos de García (2005, pág. 35) cita a Ramírez (1999) con el siguiente concepto: "la investigación de campo puede ser extensiva, cuando se realiza en muestras o en poblaciones enteras, e intensivas cuando concretan en casos particulares, sin la posibilidad de generalizar los resultados".

La investigación fue de campo en vista que se trabajó de forma directa con los involucrados mediante la observación del mejoramiento deportivo, de su rendimiento en la práctica del Wushu.

Su enfoque fue validado por un sustento Bibliográfico-Documental. En el cual se recolectó información útil para el desarrollo del tema en estudio.

- **Investigación documental**

En términos de Baena, Franklin y Gómez (2002, pág. 88) definen la investigación documental como:

> Una estrategia en la que se observa y reflexiona sistemáticamente sobre realidades teóricas y empíricas usando para ello diferentes tipos de documentos donde se indaga, interpreta, presenta datos e información sobre un tema determinado de cualquier ciencia, utilizando para ello, métodos e instrumentos que tienen como finalidad obtener resultados que pueden ser base para el desarrollo de la creación científica.

3.3.Nivel o tipo de investigación.

- **Investigación Descriptiva**

Para el presente trabajo se aplicaron los siguientes enfoques investigativos:

Según **Tamayo** (2004, pág. 46) manifiesta que: "La investigación descriptiva trabaja sobre realidades de hecho, y su característica fundamental es la de presentamos una interpretación correcta."

En términos de **Monje** (2011, pág. 101) señala que la característica de la investigación descriptiva busca:

> Únicamente describir situaciones o acontecimientos; básicamente no está interesado en comprobar explicaciones, ni en probar determinadas hipótesis, ni en hacer predicciones. Con mucha frecuencia las descripciones se hacen por encuestas (estudios por encuestas),

aunque éstas también pueden servir para probar hipótesis específicas y poner a prueba explicaciones.
Etapas en investigación descriptivas
1. Definir en términos claros y específicos que características se desean describir.
2. Expresar como van a ser realizadas las observaciones; como los sujetos van a ser seleccionados de modo que sean muestra adecuada de la población; que técnicas para observación van a ser utilizadas y su se someterán a una pre-prueba antes de usarlas.
3. Recoger los datos.
4. Informar apropiadamente los resultados.

Se optó por la investigación Descriptiva ya que fue necesario detallar y mencionar aspectos fundamentales de la forma de evolución del rendimiento deportivo gracias a la influencia de la motivación en la práctica de Wushu.

- **Investigación Correlacional**

En términos de Tamayo (2004, pág. 50) manifiesta que:

> "En este tipo de investigación se persigue fundamentalmente determinar el grado en el cual las variaciones en uno o varios factores son concomitantes con la variación en otro u otros factores. La existencia y fuerza de esta covariación normalmente se determina estadísticamente por medio de coeficientes de correlación. Es conveniente tener en cuenta que esta covariación no significa que entre los valores existan relaciones de causalidad, pues éstas se determinan por otros criterios que, además de la covariación, hay que tener en cuenta".

Se aplicó esta investigación debido a que nos ayudó a relacionar las dos variables tanto la independiente, como la dependiente en la importancia de la motivación en la práctica de Wushu en los deportistas de la Asociación de Wushu de Tungurahua.

3.4.Población

3.4.1. Población

Según Tamayo (2004, pág. 114) "La población se define como la totalidad del fenómeno a estudiar donde las unidades de población posee una característica común la cual se estudia y da origen a los datos de la investigación"

Según Gallego, Fueentelsaz & Pulpon (2006, p. 55) manifiesta que:

La población es el conjunto de individuos que tienen ciertas características o propiedades que son las que se desean estudiar, cuando se conoce el número de individuos que la componen, se habla de población finita y cuando no se conoce su número, se habla de población infinita.

La población que se utilizó para realizar la investigación se conformó de la siguiente manera:

Tabla 1: Personal de la Asociación de Wushu

Personal de la Asociación de Wushu	
Deportistas	76
Presidente	1
Secretaria	1
Entrenadores	2
Total	**80**

Tabla 1: Personal Asociación de Wushu
Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

Para el desarrollo del presente trabajo de investigación, en vista que el número de la población es pequeño no se aplicó la fórmula para el cálculo de la muestra y se trabajó con la población total de deportistas que entrenan en la Asociación de Wushu de la provincia de Tungurahua.

3.5. Operacionalización de las variables.

3.5.1. Operacionalización de la Variable Independiente: La importancia de la motivación.

Tabla 2. La importancia de la motivación.

Conceptualización	Dimensiones	Indicadores	Ítems Básicos	Técnicas Instrumentos
Motivación es la combinación entre los deseos y energías de la persona para alcanzar una meta, influye en esta, factores capaces de generar una adecuada activación, a la eficacia al esfuerzo.	• Deseos • Energías • Activación	• Aspecto Psicológico • • Nivel competitivo • Habilidad • Experiencia	• ¿Cree usted que la motivación interviene en el desarrollo del entrenamiento deportivo? • ¿El aspecto motivacional del deportista de Wushu es evaluado constantemente por los entrenadores? • ¿Considera importante la motivación en la práctica del Wushu? • ¿Considera usted que la motivación es importante dentro del nivel competitivo de un deportista de Wushu? • ¿Considera usted que sería necesario motivar al deportista de Wushu previo al entrenamiento?	**Técnica:** Encuesta **Instrumento**: Cuestionario

Tabla 2: La importancia de la Motivación

Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

3.5.2. Operacionalización de la Variable Dependiente: La práctica de Wushu.

Tabla 3. La práctica de Wushu.

Conceptualización	Dimensiones	Indicadores	Ítems Básicos	Técnicas Instrumentos
El **Wushu** es un arte marcial que utiliza la combinación técnicas de golpes de puños, piernas y proyecciones, asimismo contiene movimientos sincronizados, caracterizados por la utilización de armas o simplemente las manos, con movimientos gimnásticos estructurados.	• Técnica • Puños • Patadas • Proyecciones • Práctica deportiva • Sincronización	• Puño • Patada • Proyecciones • Entrenamiento • Mejora continua	• ¿Cree usted que la práctica de Wushu se ve mejorada por la experiencia de los deportistas? • ¿Cree usted que la práctica de Wushu está determinada por factores motivacionales? • ¿Considera usted que la práctica de Wushu podría mejorar su autoestima y relaciones intrapersonales? • ¿Cree usted que la práctica de Wushu es indispensable para cuidar la salud mental y prevenir enfermedades psicológicas? • ¿Cree usted que la práctica de Wushu debería tener un análisis de mejora continua?	**Técnica:** Encuesta **Instrumento**: Cuestionario

Tabla 3: La práctica de Wushu.

Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

3.6.Recolección de la información.

En la presente investigación se acudió a textos bibliográficos, encuestas y demás instrumentos que ayudaron a la elaboración del mismo en base al siguiente plan:

El plan de recolección de información comprende el conjunto de los siguientes elementos.

¿Para qué?

Para determinar si existe la motivación en los deportistas de Wushu de la Asociación de Tungurahua.

¿A qué personas o sujetos?

A los deportistas de la Asociación de Wushu de Tungurahua.

¿Sobre qué aspectos?

La recolección de datos fue en base a la importancia de la motivación en la práctica de Wushu.

¿Quién?

La investigación se realizó tomando como punto de partida a la responsabilidad del investigador: Darío Guerrero

¿Cuándo?

Se lo realizó en el periodo de octubre 2015 – marzo 2016.

¿Dónde?

La presente investigación se realizó en la Asociación de Wushu de Tungurahua ubicada en el Estadio Bellavista Puesta #6 Frente a las canchas del Citybank en la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua de la República del Ecuador.

¿Cuántas veces?

La técnica de recolección de información fue aplicada una sola vez por tratarse de una investigación de carácter transversal.

¿Con que?

Con el instrumento del cuestionario:

El cuestionario

En términos de González**, Lavín & Curiel, (2003)** señala que el cuestionario "Es el documento en el cual se recopila la información por medio de preguntas concretas aplicadas a un universo o muestra establecidos", tiene la gran ventaja de poder recopilar información en gran escala debido a que se aplica por medio de preguntas sencillas que no deben implicar dificultad para emitir la respuesta; además su aplicación es impersonal y está libre de influencias como en otros métodos.

En efecto la presente investigación se utilizará el cuestionario formulado con un banco de preguntas que tienen que ver con el tema objeto de estudio.

3.7. Plan de procesamiento de la investigación.

3.7.1. Plan de procesamiento

- Revisión crítica de la información recogida, es decir limpieza de información defectuosa, contradictoria, incompleta, no pertinente.
- Repetición de la recolección, en ciertos casos individuales, para corregir fallas de contestación y completar la muestra establecida.
- Tabulación o cuadros según variables de la hipótesis: el manejo de información y estudio estadístico de datos para presentación de resultados, codificados de manera numérica de acuerdo al orden de las preguntas de lista de verificación y realizados en programa de computación Microsoft Excel.
- Representaciones gráficas de pastel, desarrolladas con Microsoft Excel.

3.7.2. Plan de análisis e interpretación de resultados

- Análisis de los resultados estadísticos, destacando tendencias o relaciones fundamentales de acuerdo con los objetivos de hipótesis.
- Interpretación de los resultados, con apoyo del marco teórico, en el aspecto pertinente.
- Comprobación de hipótesis, para la verificación estadística en base al Chi cuadrado.
- Establecimiento de la conclusión y su respectiva recomendación, basada en cada objetivo específico propuesto en el trabajo de investigación.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1. Análisis e Interpretación de Resultados

A continuación, se presenta los resultados obtenidos de las encuestas realizadas a los deportistas de la Asociación de Wushu de Tungurahua, con el fin de verificar si existe la motivación deportiva en la asociación con relación de la práctica de Wushu.

Con las encuestas realizadas podemos tener una referencia de cómo está la situación en el área deportiva, con relación a cada uno de los deportistas, basados en la motivación de los mismos para que exista una mejor eficiencia en cuanto a la participación y entrenamiento de los mismos.

ENCUESTA APLICADA A DEPORTISTAS

1. **¿Cree usted que la motivación interviene en el desarrollo del entrenamiento deportivo?**

Tabla 4: La motivación en el entrenamiento deportivo.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	58	76%
NO	18	24%
TOTAL	76	100

Grafico 5: Motivación en el entrenamiento.
Fuente: La Encuesta
Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

Análisis

De la pregunta 1 se desprenden como resultados que 58 personas optaron por la opción **sí** que representa el 76% en cuento a la alternativa **no** que fue seleccionada por 18 personas que representan el 24%; dando de esta forma el 100% de la población encuestada tomando en cuenta tanto a deportistas.

Interpretación.

En base a la encuesta aplicada a los deportistas se puede deducir que si es necesaria la motivación para el correcto desarrollo del entrenamiento deportivo ya que esta influye de forma directa tanto la actividad física como en el desarrollo personal de los sujetos de la investigación.

2. **¿Cree que es importante la evaluación periódica del aspecto motivacional de los deportistas de Wushu por parte de los entrenadores?**

Tabla 5: Evaluación del aspecto motivacional

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	54	71%
NO	22	29%
TOTAL	76	100%

Grafico 6: Evaluación aspecto motivacional.
Fuente: La Encuesta
Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

Análisis

De la pregunta 2 se reflejan como resultados que el 71% de la población encuestada ha elegido por la opción si representado por 54 personas; mientras que 22 individuos se inclinaron por la opción no, que refleja el 29% del total de la muestra; obteniendo asi el 100% con 76 personas encuestadas entre deportistas.

Interpretación.

Los resultados obtenidos evidencian que el aspecto motivacional es un factor importante que debe ser evaluado periódicamente por los entrenadores de la disciplina tomando en consideración que esta característica psicológica sea reforzada de forma constante por parte de los entrenadores con el propósito de obtener deportistas motivados.

3. ¿Considera importante la motivación en la práctica del Wushu?

Tabla 6: Importancia de la motivación

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	70	92%
NO	6	8%
TOTAL	76	100%

Grafico 7: Importancia de la motivación.
Fuente: La Encuesta
Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

Análisis

De la pregunta 3 se obtiene que el 92% de la población representado por 70 personas ha optado por la opción si, mientras que la opción no fue elegida por 6 personas que representan el 6%; obteniendo así un total de 76 personas encuestadas y un 100% de la muestra entre deportistas.

Interpretación.

En base a los resultados de las encuestas aplicadas se puede deducir que la mayoría de personas que respondieron el cuestionario consideran que si es importante la motivación en la práctica del Wushu ya que esto permite que las persones no tengan un desgaste mental inmediato sino más bien refuercen este aspecto conductual se conseguirá una participación activa en el entrenamiento.

4. ¿Considera usted que la motivación es importante dentro del nivel competitivo de un deportista de Wushu?

Tabla 7: Nivel Competitivo

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	65	86%
NO	11	14%
TOTAL	**76**	**100**

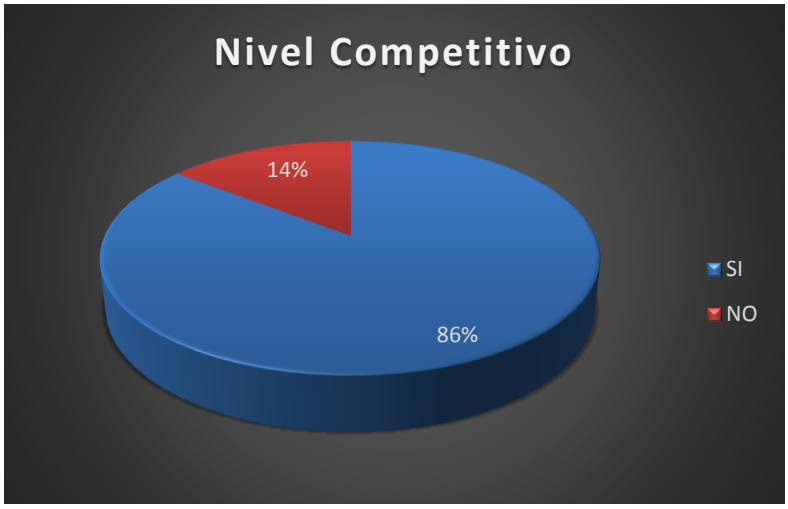


Grafico 8: Nivel Competitivo
Fuente: La Encuesta
Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

Análisis

De la pregunta 4 se obtiene que el 86% de la población representado por 65 personas ha optado por la opción si, mientras que la opción no fue elegida por 6 personas que representan el 14%; obteniendo así un total de 76 personas encuestadas y un 100% de la población total de deportistas.

Interpretación.

En base a los resultados de las encuestas aplicadas se puede deducir que los deportistas están de acuerdo con que el nivel competitivo de un deportista de Wushu se ve afectado por la motivación, cuándo esta no está dada de forma correcta dependiendo de cómo lo asimile el deportista pudiendo darse un resultado positivo como negativo.

5. **¿Cree usted que la práctica de Wushu se ve mejorada por la experiencia de los deportistas?**

Tabla 8: Mejora por experiencia.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	52	68%
NO	24	32%
TOTAL	**76**	**100**

Grafico 9: Mejora por experiencia
Fuente: La Encuesta
Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

Análisis

De la pregunta 5 se obtiene que el 68% de la población representado por 52 personas ha optado por la opción si, mientras que la opción no fue elegida por 24 personas que representan el 14%; obteniendo así un total de 76 personas encuestadas y un 100% de los deportistas.

Interpretación.

En base a los resultados de las encuestas aplicadas se puede deducir que la experiencia de los deportistas es un agente que mejora la práctica del Wushu en vista que permite desarrollar la habilidad individual y colectiva, al adquirir nuevos conocimiento relacionados a esta disciplina marcial.

6. **¿Cree usted que la práctica de Wushu está determinada por factores motivacionales?**

Tabla 9: Práctica de Wushu

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	50	66%
NO	26	34%
TOTAL	**76**	**100%**

Grafico 10: Mejora por experiencia
Fuente: La Encuesta
Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

Análisis

De la pregunta 6 se obtiene que el 66% de la población representado por 50 personas ha optado por la opción si, mientras que la opción no fue elegida por 26 personas que representan el 34%; obteniendo así un total de 76 personas encuestadas y un 100% de deportistas.

Interpretación.

En base a los resultados de las encuestas aplicadas se puede deducir que la práctica de Wushu se ve afectada por factores motivacionales, de manera positiva o negativa dependiendo de la estrategia motivacional utilizada, utilizad por parte del entrenador.

7. **¿Considera usted que la práctica de Wushu podría mejorar su autoestima y relaciones intrapersonales?**

Tabla 10: Mejora Autoestima

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	66	87%
NO	10	13%
TOTAL	**76**	**100%**

Grafico 11: Mejora autoestima
Fuente: La Encuesta
Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

Análisis

De la pregunta 7 se reflejan como resultados que el 87% de la población encuestada ha elegido por la opción si representado por 66 personas; mientras que 10 individuos se inclinaron por la opción no, que refleja el 13% del total de la muestra; obteniendo así el 100% con 76 personas encuestadas entre deportistas.

Interpretación.

Los resultados obtenidos evidencian que la práctica de la disciplina de Wushu si mejoraría el autoestima y relaciones intrapersonales de los deportistas que la practican ya que al tratarse de un deporte que se practica de forma individual colectiva esta permite la interacción social y recreacional proporcionando un bienestar emocional óptimo.

8. ¿Cree usted que la práctica de Wushu es indispensable para cuidar la salud mental y prevenir enfermedades psicológicas?

Tabla 11: Salud Mental

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	62	82%
NO	14	18%
TOTAL	**76**	**100%**

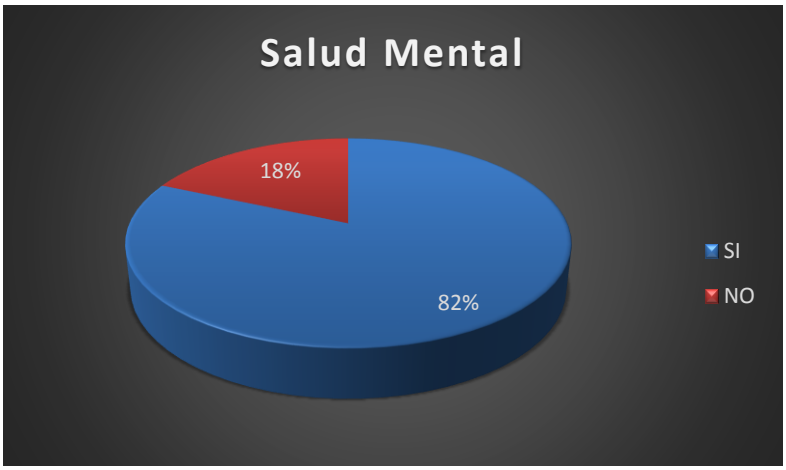


Grafico 12: Salud mental
Fuente: La Encuesta
Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

Análisis

De la pregunta 8 se desprenden como resultados que 62 personas optaron por la opción **sí,** que representa el 82% en cuento a la alternativa **no** que fue seleccionada por 14 personas que representan el 18%; dando de esta forma el 100% de la población encuestada tomando en cuenta tanto a deportistas.

Interpretación.

En base a las encuestas aplicadas a los deportistas y entrenadores se puede deducir que el practicar Wushu mejora la salud mental y ayuda a prevenir enfermedades ya que el cuerpo se condiciona a la actividad física y permite un estado de relajación y concentración que benefician al manejo de energías positivas.

9. ¿Cree usted que la práctica de Wushu debería tener un análisis de mejora continua?

Tabla 12: Mejora Continua

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	67	88%
NO	9	12%
TOTAL	**76**	**100%**

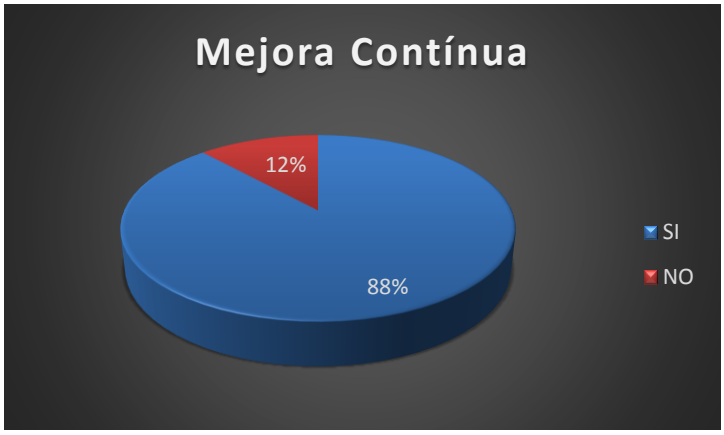


Grafico 13: Mejora Continua
Fuente: La Encuesta
Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

Análisis

De la pregunta 3 se obtiene que el 88% de la población representado por 67 personas ha optado por la opción si, mientras que la opción no fue elegida por 9 personas que representan el 12%; obteniendo así un total de 76 personas encuestadas y un 100% de los deportistas.

Interpretación.

En base a los resultados de las encuestas aplicadas se puede deducir que la mayoría de personas que respondieron el cuestionario creen que es necesario tener un análisis de mejora continua en cuanto a la práctica de Wushu y más aun tratándose un deporte que cada vez va evolucionando que otorga muchas ventajas como resultado de su entrenamiento.

10. ¿Considera usted que sería necesario motivar al deportista de Wushu previo al entrenamiento?

Tabla 13: Motivación previa

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	71	93%
NO	5	7%
TOTAL	**76**	**100**

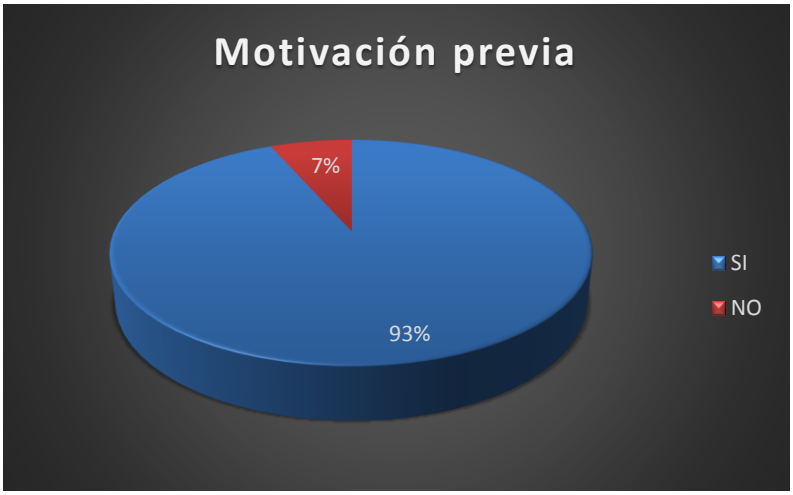


Grafico 14 : Motivación Previa
Fuente: La Encuesta
Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

Análisis

De la pregunta 10 se reflejan como resultados que el 93% de la población encuestada ha elegido por la opción si representado por 71 personas; mientras que 5 individuos se inclinaron por la opción no, que refleja el 7% del total de la muestra; obteniendo así el 100% con 76 deportistas encestados.

Interpretación.

Los resultados obtenidos evidencian que las charlas de motivación previas al entrenamiento de Wushu son necesarias para que el deportista se desarrolle de una manera eficaz, al considerar que se trata de una actividad participativa que interrelaciona y requiere de mucha dedicación para dominar cada una de sus técnica apoyando que se potencialice el aspecto competitivo.

4.2. Verificación De La Hipótesis

Para la justificación del presente trabajo investigativo fue necesario realizar la comprobación, en la cual se aplicó la prueba del Chi cuadrado **(X^2),** la misma que permitió determinar los valores observados y esperados, admitiendo la comparación global del grupo de frecuencias a partir de la hipótesis que se quiso verificar.

PREGUNTAS DE LA ENCUESTA				
PREGUNTAS	**3**	**6**	**10**	**TOTAL**
SI	70	50	71	191
NO	6	26	5	37
TOTAL	76	76	76	228

Tabla 14: Preguntas de la encuesta
Fuente: La Encuesta
Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

Planteamiento de la hipótesis

La importancia de la motivación influye directamente en la práctica del Wushu, de los deportistas de la Asociación Provincial de Wushu de Tungurahua.

Aplicación del Chi cuadrado

Var. Ind +	**Var. Dep +**	**Poblacion +**	**Lugar**
2	2	1	**Problema**
1	1	1	**Problema**

Pregunta 3. ¿Considera importante la motivación en la práctica del Wushu?

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	70	92%
NO	6	8%
TOTAL	**76**	**100%**

Tabla 15: Pregunta 3.
Fuente: La Encuesta
Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

Pregunta 6. ¿Cree usted que la práctica de Wushu está determinada por factores motivacionales?

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	50	66%
NO	26	34%
TOTAL	**76**	**100%**

Tabla 16: Pregunta 6.
Fuente: La Encuesta
Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

Pregunta 10. ¿Considera usted que sería necesario motivar al deportista de Wushu previo al entrenamiento?

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
SI	71	93%
NO	5	7%
TOTAL	**76**	**100**

Tabla 17: Pregunta 10.
Fuente: La Encuesta
Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

FRECUENCIAS OBSERVADAS

PREGUNTAS	SI	NO	TOTAL
Pregunta 3. ¿Considera importante la motivación en la práctica del Wushu?	70	6	76
Pregunta 6. ¿Cree usted que la práctica de Wushu está determinada por factores motivacionales?	50	26	76
Pregunta 10. ¿Considera usted que sería necesario motivar al deportista de Wushu previo al entrenamiento?	71	5	76
TOTAL	191	37	228

Tabla 18: Frecuencia Observada
Fuente: La Encuesta
Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

FRECUENCIAS ESPERADAS

PREGUNTAS	SI	NO	TOTAL
Pregunta 3. ¿Considera importante la motivación en la práctica del Wushu?	63,67	12,33	76
Pregunta 6. ¿Cree usted que la práctica de Wushu está determinada por factores motivacionales?	63,67	12,33	76
Pregunta 10. ¿Considera usted que sería necesario motivar al deportista de Wushu previo al entrenamiento?	63,66	12,34	76
TOTAL	191	37	228

Tabla 19: Frecuencia Esperada
Fuente: La Encuesta
Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

Modelo Lógico

Ho = La importancia de la motivación **no** incide significativamente en la práctica del Wushu, de los deportistas de la Asociación de Wushu de Tungurahua.

Hi = La importancia de la motivación **si** incide significativamente en la práctica del Wushu, de los deportistas de la Asociación de Wushu de Tungurahua.

Regla de decisión

Grados de libertad "Gl"

Gl = (f-1) (c-1)

Gl= Grados de Libertad

c = Número de Categorías (filas)

f = Número de columnas (variables)

Gl= (3-1) (2-1)

Gl= 2*1

Gl= 2

Nivel de confianza "α"

α= 0.05 con el 95% de confiabilidad α=0.05

Estadístico de prueba

$$\chi^2 = \sum \frac{(O - E)^2}{E}$$

X^2= chi-cuadrado

O= frecuencia observada

E= frecuencia esperadas

∑= sumatoria

O	E	O - E	(O-E)2	(O-E)2/E
70	63,67	6,33	40,07	0,63
6	12,34	-6,34	40,20	3,26
50	63,67	-13,67	186,87	2,93
26	12,34	13,66	186,60	15,12
71	63,66	7,34	53,88	0,85
5	12,34	-7,34	53,88	4,37
TOTAL				**27,16**

Tabla 20: Cálculo Chi 2.

Fuente: La Encuesta

Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

$\boldsymbol{X^2C = 27,16}$

$\boldsymbol{X^2t = 5,9915}$

$\boldsymbol{X^2C > X^2t}$ Hipótesis Verificada

Distribución Chi Cuadrado χ2

v/p	0,001	0,0025	0,005	0,01	0,025	0,05	0,1	0,15	0,2	0,25	0,3
1	10,8274	9,1404	7,8794	6,6349	5,0239	3,8415	2,7055	2,0722	1,6424	1,3233	1,0742
2	13,8150	11,9827	10,5965	9,2104	7,3778	5,9915	4,6052	3,7942	3,2189	2,7726	2,4079
3	16,2660	14,3202	12,8381	11,3449	9,3484	7,8147	6,2514	5,3170	4,6416	4,1083	3,6649
4	18,4662	16,4238	14,8602	13,2767	11,1433	9,4877	7,7794	6,7449	5,9886	5,3853	4,8784
5	20,5147	18,3854	16,7496	15,0863	12,8325	11,0705	9,2363	8,1152	7,2893	6,6257	6,0644
6	22,4575	20,2491	18,5475	16,8119	14,4494	12,5916	10,6446	9,4461	8,5581	7,8408	7,2311

Grafico 15: Distribución Chi Cuadrado.

Fuente: Estadística De Schaum

Elaborado por: Murray R. Spiegel, Larry J. Stephens

Grafico 16: Chi Cuadrado

Fuente: Programa Excel

Elaborado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

Mediante el cálculo efectuado, se ha podido verificar que el valor X^2 CALCULADO es de 27,16 mayor al X^2 TABULAR 5,9915, cifra que se desprende tomando en cuenta el 95% de confianza y aplicando 2 Grados de libertad, razón por la cual se da por aceptada la Hipótesis alterna (H1): La importancia de la motivación **si** incide significativamente en la práctica del Wushu, de los deportistas de la Asociación de Wushu de Tungurahua.

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. CONCLUSIONES

La motivación es de vital importancia en la práctica del Wushu ya que con un trabajo integral tanto en la parte física como mental se consiguió fortalecer la actitud y aptitud de los deportistas que direccionan su tiempo y práctica a esta disciplina de contacto, tomando en cuenta que los entrenadores necesitaron emplear estrategias motivacionales eficaces teniendo en consideración elementos como edad, género, preferencias; por lo tanto un trabajo correcto de motivación conduce al valor propio del sacrificio, con perseverancia, esfuerzo en pro del desarrollo propio de habilidades y la satisfacción personal propiamente dicha como resultado de la constancia en el entrenamiento.

Los motivos extrínsecos que llevan a los deportistas a la práctica del Wushu son todo lo que encontramos en nuestro entorno como el dinero, el miedo al castigo, reconocimiento social, premios, recompensas físicas, lugar de entrenamiento, la maestría de los entrenadores etc; estos tiene la posibilidad de generar únicamente un éxito a corto plazo y momentáneo; mientras que la motivación intrínseca del deportistas se basa netamente en el amar lo que hace, plantearse el propósito que desea conseguir a corto, mediano y largo plazo, de tal manera se plantea que exista el interés único de la satisfacción personal que creada en base a la autonomía da el control total de iniciar y finaliza las metas propuestas de forma individual por los deportistas en donde se crea dominio durante el desarrollo del propósito que facilita el éxito constante.

La motivación dentro del Wushu puede ser reforzada manteniendo un entrenamiento creado en un ambiente de confianza, en donde los entrenadores deben promover la sensación de que cada deportista es único, además este aspecto psicológico se ve mejorado con la calidad de la técnica, el esfuerzo de cada individuo, el entrenamiento invisible y jugando también un papel importante la actitud frente a la práctica deportiva; sin perder de vista los factores externos cambiantes como la suerte, la posibilidad de éxito, estados de ánimo de los compañeros, entre otros. En fin la motivación debe basarse en eliminar los incentivos negativos en todas sus formas y aplicar refuerzos positivos que

apoyen al éxito deportivo. Integrando a la vez la capacidad, el potencial y el reconocimiento social.

5.2. RECOMENDACIONES

Es necesario que los entrenadores se encuentren en constante preparación, búsqueda y estudio de estrategias motivacionales que beneficien a los deportistas y persuadan las emociones de cada uno de ellos utilizando variedad de herramientas motivacionales prácticas, con miras a fortalecer la práctica del Wushu como rol predominante en el dominio del aspecto motivacional de cada uno de ellos logrando que los deportistas tomen conciencia de lo importante de la motivación dentro de la práctica de este arte marcial.

El trabajo técnico y táctico debe estar ligado a la preparación psicológica de los deportistas, en búsqueda de crear impulsos motivacionales que creen autoconfianza, que contribuya con el mejoramiento de la autoestima, de la salud mental manteniendo un enfoque en el ámbito externo como interno de cada uno de los practicantes del Wushu, incentivándolos a la práctica del deporte en sí, utilizando técnicas de motivación que incentiven a una reconstrucción cognitiva para el éxito del deportista evitando sentimientos de frustración y fracaso.

Se realicen planificaciones que contengan estrategias motivacionales, charlas, ejercicios de fortalecimiento emocional, uso incentivos positivos, conocimiento y ejecución del entrenamiento invisible e imaginativo apoyando al dominio propio, las mismas que deben ser materia de dominio de cada uno de los entrenadores que direccionen su actividad a la práctica de este disciplina cumpliendo una relación tripartita entre los deportistas, entrenadores y el entorno familiar, de tal manera que el trabajo colectivo dirigido a cada uno de los grupos estudiados, permitan la creación de ambientes de confianza orientados a generar estados de satisfacción y de entrega propia, así mismo que contribuya con el mejoramiento de la autoestima, así como de la salud mental tanto en el ámbito externo como interno de cada uno de los practicantes del Wushu.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

adnwushu. (16 de Octubre de 2014). Obtenido de OBJETIVOS Y PROPÓSITOS DEL KUNG FU / WUSHU: http://adnwushu.com/objetivos-y-propositos-del-kung-fu-wushu/

Antonelli, F., & Salvini, A. (1982). *Psicología del Deporte.*

Arias , F. (2012). *Proyecto de Investigación* .

Arrollo, S. (24 de Marzo de 2014). *El nivel de activación*. Obtenido de Psicología deportiva en Mountain Bike: http://www.psicologiamtb.com/nivel-de-activacion/#

Bados , A., & García, E. (2010). LA TÉCNICA DE LA REESTRUCTURACIÓN COGNITIVA. *Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos*, 3-7.

BAENA, FRANKLIN , & GOMEZ. (2002). *Técnicas de Investigación.*

Bin , W., Xingdong, L., & Gongbao, Y. (2004). *El poder del Kung-Fu.* Miami-Florida: Lectorum S.A.

Blánquez, D. (1999). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Copyrighhted material.

Buceta, J. (1994). EL CONTROL DEL NIVEL DE ACTIVACIÓN EN LOS DEPORTISTAS: EXPERIENCIA EN BALONCESTO DE ALTO RENDIMIENTO . *DOSSIER*, 26-30.

Campaña, D. V. (2013). LA MOTIVACIÓN DEPORTIVA Y SU RELACIÓN CON LA PRÁCTICA DE MARCHA ATLÉTICA EN LOS ESTUDIANTES DEL SEGUNDO AÑO DE BACHILLERATO PARALELO “A, B Y C” DEL COLEGIO NACIONAL JORGE ÁLVAREZ DE LA PARROQUIA CIUDAD NUEVA DEL CANTÓN PÍLLARO DE LA PROVINCIA DEL TUNGURAH. Ambato, Tungurahua, Ecuador.

Carrascosa, J. (2011). *Trabajar y competir en equipo : el método Sabercompetir*. España: Netbiblo.

Carratalá, E. (2004). *ANÁLISIS DE LA TEORÍA DE METAS DE LOGRO Y DE LAAUTODETERMINACIÓN EN LOS PLANOS DE ESPECIALIZACIÓN DEPORTIVA DE LA GENERALITAT VALENCIANA.* Valencia: Servei de Publicacions.

Cecchini , A., Méndez, A., & Contreras, O. (2010). *Motivos de abandono de la práctica del deporte juvenil.* España: Universidad de Castilla-La Mancha.

Cerón, M. V. (2014). LOS DEPORTES DE COMBATE Y SU INCIDENCIA EN EL CONTROL EMOCIONAL EN LOS ESTUDIANTES DE 7mo Año DE E.G.B DE LA UNIDAD EDUCATIVA FAE No.1 DEL CANTÓN QUITO PROVINCIA DE PICHINCHA. Ambato, Tungurahua, Ecuador.

Cervello, E., González, D., & Moreno, J. (2012). Analizando la motivación en el deporte. *Apuntes de Psicología* , 44.

Constitución de la República del Ecuador. (2008). *De los gobiernos seccionales autónomos.* Quito.

Copyright . (2016). *Definición De.* Obtenido de http://definicion.de/psicologia-del-deporte/

De la Cruz, M. (Junio de 2015). *PENSAMIENTO TRADICIONAL CHINO EN EL*. Recuperado el 20 de Diciembre de 2016, de https://ddd.uab.cat/pub/tfg/2015/tfg_25100/De_la_Cruz_Sanchez_Marina_TFG_GEAO_2014-15.pdf

Díaz, A., & Garcés, E. (2013). Factores sociales y psicológicos asociados a la realización de ejercicio físico. En S. Marquéz Rosa, & N. Garatachea Vallejo, *Actividad Fisica y Salud* (pág. 198). Madrid: Ediciones Díaz de Santos.

Díaz, J. (2011). ESTRATEGIAS COGNITIVAS EN ALGUNOS DEPORTES INDIVIDUALES Y DE ADVERSARIO. *Departamento de*, 39-45.

EDUCATINA (Dirección). (25 de 02 de 2015). *Técnicas de motivación en el deporte* [Película].

Fischman, D. (2014). *Motivación 360°: Cómo implementarla en la vida y en la empresa.* Chile: Penguin Random House Grupo Editorial Chile.

Gallego, T., Fueentelsaz, C., & Pulpon, S. (2006). *Elaboracion y presenatcion de un proyecto de investigacion y una tesina.* Barcelona: UBE.

Garatachea, N., & Márquez, S. (2012). *Actividad Física y Salud.* Díaz de Santos.

García, A., & Refoyo , R. (2014). Establecimiento de Metas y la Relación entre las Expectativas de Éxito y el Rendimiento en un Equipo de Fútbol Profesional. *Kronos*, 2-8.

Garcia, B., & Ellgring, H. (2010). *Los motivos y las emociones en la vejez.* UNED.

García, C. (2011). *Wushu o Kungfu.* Obtenido de Wushu: Artes Marciales Chinas : http://wushusanchai.org/articulo/wu-shu-o-kung-fu/

García, C. (2011). *Wushu o Kungfu.* Recuperado el 25 de Noviembre de 2016, de Wushu: Artes Marciales Chinas: http://wushusanchai.org/articulo/wu-shu-o-kung-fu/

Garcia, P. (2005). *Introducción de la Investigacion.*

García, R., & Caracuel, J. (2013). TEORÍAS SOBRE LA MOTIVACIÓN EN EL CONTEXTO DEPORTIVO. *XIV Congreso Internacional sobre la Psicología del deporte*, (págs. 1-8). Huelva.

García, T. (2005). MOTIVACIÓN Y COMPORTAMIENTOS ADAPTATIVOS EN JÓVENES FUTBOLISTAS. . Ambato, Tungurahua, Ecuador.

Garita , E. (2012). MOTIVOS DE PARTICIPACIÓN Y SATISFACCIÓN EN LA ACTIVIDAD FÍSICA, EL EJERCICIO FÍSICO Y EL DEPORTE. *Revista MHSalud*, 1-16.

Granero, A., & Baena, A. (2014). Predicción de la motivación autodeterminada según las orientaciones de meta y el clima motivacional en Educación Física. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 1-5.

Gutiérrez, M. (2014). Relaciones entre el clima motivacional, las experiencias en educación física y la motivación intrínseca de los alumnos. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 1-6.

Guzmán, J., Macagno , L., & Imfeld, F. (2013). La motivación de los entrenadores deportivos: un estudio desde la teoría de la autodeterminación. *Cuadernos de Psicología del Deporte (SCIELO))*, 1-14.

Harter, S. (1975). Mastery motivation and need for approval in older children and their relationship to social desirability. *Developmental Psychology*, 186-196.

Harter, S. (03 de 09 de 1978). Pleasure Derived from Challenge and the Effects of Receiving Grades on Children's Difficulty Level Choices. *Child Devlopment*, 788-799.

Hernández , R. (2003). Metodologia de lA Investigación.

Hernández Sampieri, R. (2003). *Metodología de la Investigación.*

Hidalgo, J. (28 de Mayo de 2013). *ENTREAMIENTO*. Obtenido de IMPORTANCIA DE LAS METAS: https://www.entrenamiento.com/mas-deportes/importancia-de-las-metas/

Higuero, J. (2014). *Wushu-Sanda.* Obtenido de http://www.hispagimnasios.com/a_kungfu/sanda.php

Jara, P. (2013). Motivación para la práctica de actividad física y deportiva. En N. Garatachea, & S. Marquéz, *Actividad Fisica y Salud* (pág. 177). Madrid: Ediciones Díaz de Santos.

Kuan, G., & Roy, J. (2011). Goal profiles, mental toughness and its influence on performance outcomes among Wushu athletes. *Journal of Sports Science and Medicine*, 28.

Lainz, L. (2015). *El método Luis Enrique.* Barcelona: Córner.

Ley del Deporte Educación Física y Recreación. (2015). *Preceptos Fundamentales* . Quito.

Maehr, M., & Nicholls, J. (1980). Culture and achievement motivation: A second look. *Studies in cross-cultural psychology* , 221-267.

Mamani, D. (2010). *EL WUSHU DE CHINA HA LLEGADO PARA QUEDARSE.* LIMA.

Marina, J. (2011). *Los secretos de la motivación.* Madrid: Grupo Planeta Spain.

Márquez, S., & Garatachea, N. (2012). *Actividad Física y Salud.* Díaz de Santos.

McClelland , D., & Atkinson, J. (1953). *The Achievement Motive.* Nueva York: Appleton.

Monacis, L., Palo, V., & Sinatara, M. (2015). Factores motivacionales relacionados con la agresividad en las artes marciales. *Revista de Psicología del Deporte, 24*(1), 167.

Monje, C. A. (2011). *Metodología de la Investigación Cuantitativa y Cualitativa.*

Montoy , A., & Sáez, G. (diciembre de 2011). *EFDeportes.com.* Obtenido de La motivación y el rendimiento en el deporte: http://www.efdeportes.com/efd163/la-motivacion-y-el-rendimiento-en-el-deporte.htm

Paglilla, D., & Zavanella, A. (2011). *Psicología Online.* Obtenido de La moticación del deporte: http://www.psicologia-online.com/articulos/2005/motivacion_deporte.shtml

Palmero, F. (2012). MOTIVACIÓN: CONDUCTA Y PROCESO. *Revistas Electronica de Motivación y Emoción*, 20-26.

Pérez, J. (2011). *Club Basakick.* Obtenido de Deportes de Contacto: https://basakick.net/elkarrizketak/%C2%BFque-son-los-deportes-de-contacto/

Pulido , F. J. (2014). Motivación y Autoconfianza en Deportistas . 33.

Roberts, G., & Treasure, D. (2012). *Advances in Motivation in Sport and Exercise 3rd Edition.* Estados Unidos: Human Kinetics.

Roberts, G., & Treasure, D. (2012). *Advances in Motivation in Sport and Exercise 3rd Edition* . Estados Unidos: Human Kinetics.

Rochín, J. (12 de 06 de 2014). *Teoría y Psicología* . Obtenido de http://teoriaypsicologia.blogspot.com/2012/08/definicion-e-historia-de-la-psicologia.html

Rubín, M. (2012). *Lifeder.om.* Obtenido de La motivación deportiva: http://www.lifeder.com/la-motivacion-deportiva/

Ruiz, F., & Zarauz , A. (2014). Análisis de la motivación en corredores de maratón españoles. *Análisis de la motivación en corredores de maratón españoles*, 1-11.

Super User. (31 de agosto de 2015). Obtenido de wushu - características de los métodos de ejercicio wushu: http://www.funwuve.com.ve/index.php/mensajes/4-wushu?showall=&start=4

Tamayo, M. (2004). *Proceso de la Investigación Científica.*

Tamayo, T. y. (2004). *Proceso de la Investigación Científica.*

Tran, H., Cañizares , M., & Mesa, M. (2011). ESTABLECIMIENTO DE METAS EN LA INICIACIÓN DEPORTIVA. *Revista EDU-FISICA*, 2-14.

Urquijo, M. J., Vega , M., Vásquez , J., Meléndez, M. A., Maldonado , M. C., Accorsi, S., & Beuchot, M. (2002). *Investigar en Ciencias Humanas: Retos y perspectivas.* Santiago de Cali .

Vainstoc, L. (25 de Marzo de 2015). *Asociación de Psicología del Deporte Argentina*. Obtenido de El nivel de activación de los deportistas: http://www.psicodeportes.com/el-nivel-de-activacion-en-los-deportistas/

Zarauz, A., & Ruiz, F. (2013). Análisis de la motivación en el atletismo: un estudio con veterano. *Revistas científicas Pontifica Universidad Javeriana*, 1-16.

ANEXOS.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA DE CULTURA FÍSICA

Encuesta dirigida a deportistas y entrenadores de la Asociación de Wuhsu de Tungurahua.

Investigación: La motivación en la práctica de Wushu.

Investigador: Dario Guerrero

Objetivo: Recolectar información útil para determinar la importancia de la motivación la práctica de Wushu en los deportistas de la Asociación de Wushu de Tungurahua con el fin de sustentar el proyecto investigativo.

Instructivo: Luego de leer cada pregunta y sus respectivas opciones, favor de marcar con una X la que más se acerque a su experiencia de la forma más sincera posible.

1. **¿Cree usted que la motivación interviene en el desarrollo del entrenamiento deportivo?**

SI ☐ NO ☐

2. **¿Cree que es importante la evaluación periódica del aspecto motivacional de los deportistas de Wushu por parte de los entrenadores?**

SI ☐ NO ☐

3. **¿Considera importante la motivación en la práctica del Wushu?**

SI ☐ NO ☐

4. **¿Considera usted que la motivación es importante dentro del nivel competitivo de un deportista de Wushu?**

SI ☐ NO ☐

5. **¿Cree usted que la práctica de Wushu se ve mejorada por la experiencia de los deportistas?**

SI ☐ NO ☐

6. **¿Cree usted que la práctica de Wushu está determinada por factores motivacionales?**

SI ☐ NO ☐

7. **¿Considera usted que la práctica de Wushu podría mejorar su autoestima y relaciones intrapersonales?**

SI ☐ NO ☐

8. **¿Cree usted que la práctica de Wushu es indispensable para cuidar la salud mental y prevenir enfermedades?**

SI ☐ NO ☐

9. **¿Cree usted que la práctica de Wushu debería tener un análisis de mejora continua?**

SI ☐ NO ☐

10. **¿Considera usted que sería necesario motivar al deportista de Wushu previo al entrenamiento?**

SI ☐ NO ☐

MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN.

EXCELENTE DÍA ☺

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA DE CULTURA FÍSICA

Encuesta dirigida a deportistas y entrenadores de la Asociación de Wushu de Tungurahua.

Investigación: La motivación en la práctica de Wushu.
Investigador: Dario Guerrero
Objetivo: Recolectar información útil para determinar la importancia de la motivación la práctica de Wushu en los deportistas de la Asociación de Wushu de Tungurahua con el fin de sustentar el proyecto investigativo.
Instructivo: Luego de leer cada pregunta y sus respectivas opciones, favor de marcar con una X la que más se acerque a su experiencia de la forma más sincera posible.

1. **¿Cree usted que la motivación interviene en el desarrollo del entrenamiento deportivo?**

   SI ☑ NO ☐

2. **¿Cree que es importante la evaluación periódica del aspecto motivacional de los deportistas de Wushu por parte de los entrenadores?**

   SI ☐ NO ☑

3. **¿Considera importante la motivación en la práctica del Wushu?**

   SI ☑ NO ☐

4. **¿Considera usted que la motivación es importante dentro del nivel competitivo de un deportista de Wushu?**

   SI ☑ NO ☐

5. **¿Cree usted que la práctica de Wushu se ve mejorada por la experiencia de los deportistas?**

   SI ☐ NO ☑

6. ¿Cree usted que la práctica de Wushu está determinada por factores motivacionales?

SI ☑ NO ☐

7. ¿Considera usted que la práctica de Wushu podría mejorar su autoestima y relaciones intrapersonales?

SI ☐ NO ☑

8. ¿Cree usted que la práctica de Wushu es indispensable para cuidar la salud mental y prevenir enfermedades?

SI ☑ NO ☐

9. ¿Cree usted que la práctica de Wushu debería tener un análisis de mejora continua?

SI ☐ NO ☑

10. ¿Considera usted que sería necesario motivar al deportista de wushu previo al entrenamiento?

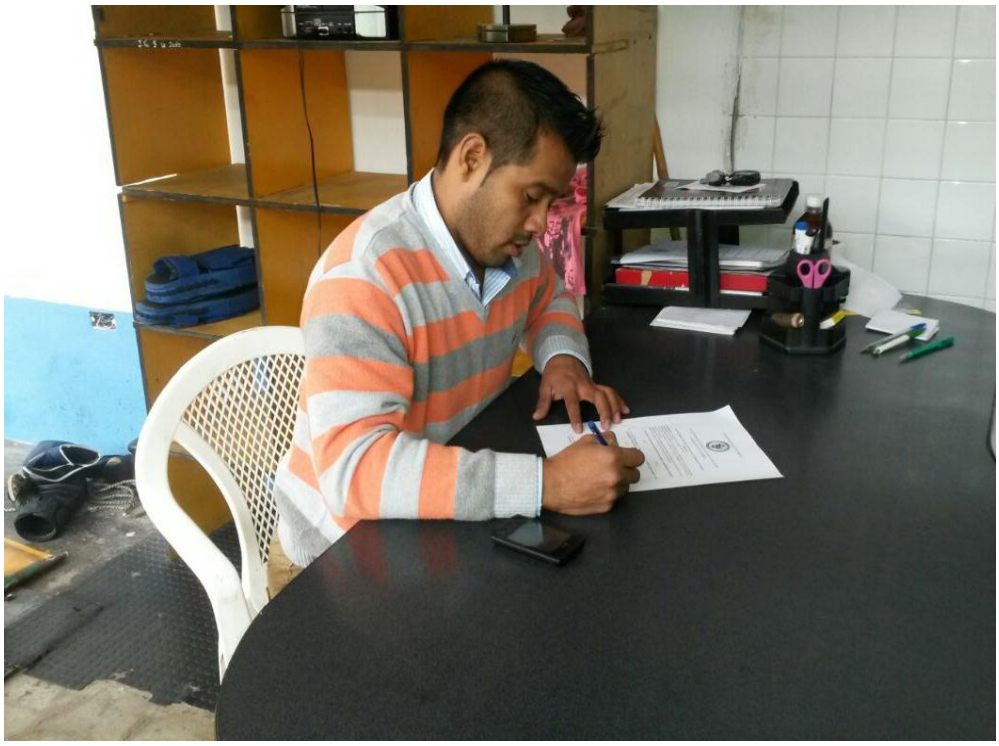
SI ☑ NO ☐

MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN.

EXCELENTE DÍA ☺

FOTOGRAFÍAS

Foto Nº 1.



Jorge Jarrin; entrenador de la Asociación de Wushu de Tungurahua contestando a la encuesta aplicada.

Foto Nº 2.

Jairon Jarrin; entrenador de la Asociación de Wushu de Tungurahua contestando a la encuesta aplicada.

Foto Nº 3.

Deportistas de la Asociación de Wuhsu contestando el cuestionario de la encuesta aplica.

Foto Nº 4.

Charla motivacional impartida a deportistas y padres de familia de la asociación de Wuhsu de Tungurahua.

Foto Nº 5.

Entrenadores impartiendo la charla hacia los deportistas de la asociación.

Foto Nº 6.

Tope precompetitivo de los deportistas de la Asociación de Wushu.

Foto Nº 7.

Formación previa al entrenamiento de los deportistas.

Foto Nº 8.

Deportistas de la categoría pre-juvenil de Wushu realizando la meditación previa a cada entrenamiento, en busca de encontrar la relajación y motivación necesaria para el entrenamiento.

Foto Nº 9.

Seleccionados provinciales de Wushu en la categoría pre-juvenil, listos para iniciar el entrenamiento de Sanda.

ARTÍCULO ACADÉMICO

TEMA: LA IMPORTSNCIS DE LA MOTIVACION EN EL WUSHU.

Universidad técnica de Ambato

Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación

Carrera Cultura Física

Autor: Guerrero Lascano Darwin Dario

RESUMEN

El presente documento tiene como objetivo principal determinar si la motivación es importante dentro de la práctica del Wushu en los deportistas de la asociación provincial de Wushu de Tungurahua en los meses comprendidos entre octubre de 2015 y marzo de 2016.

Se trabajó con un total de 76 deportistas de la asociación los cuales fueron clasificados por categorías acorde a su edad, determinándose entre estas: pre-juvenil 26 deportistas, juvenil 25 deportistas, sénior 25 deportistas a quienes se les aplicó una encuesta de diez preguntas direccionadas a la motivación y la práctica del Wushu. En base a la encuesta dio como resultado la importancia del Wushu no se basa solo en la tenacidad mental de los deportistas sino también en la correcta aplicación de estrategias motivacionales tanto de carácter interno como externo y que juega un papel importantísimo el entrenador.

Los resultados indicaron que la gran mayoría de estudiantes y deportistas encuestados saben que es importante la aplicación correcta de estrategias motivacionales antes durante y después de la práctica de Wushu, tanto en el entrenamiento como en la competencia.

Palabras clave: Wushu, motivación, estrategias motivacional, deportivo, entrenamiento, arte marcial.

TOPIC: THE IMPORTANCE OF THE MOTIVATION IN THE WUSHU.

Abstract

This document takes as a main target to determine if the motivation is important inside the practice of the Wushu in the sportsmen of the provincial association of Wushu of Tungurahua in the months understood between October, 2015 and March, 2016.

One worked with a whole of 76 sportsmen of the association which were classified by categories according to its age, deciding between these: pre-juvenile 26 sportsmen, juvenile 25 sportsmen, adults 25 sportsmen, and with two trainers to whom a survey of ten questions was applied directed to the motivation and the practice of the Wushu. Based on the survey it gave as turned out the importance of the Wushu is not based only on the mental determination of the sportsmen but also on the correct application of motivational strategies both of internal and external character and that the trainer plays the most important role.

The results indicated that the majority of students and sportsmen interrogated persons know that the correct strategies application is important motivational earlier during and after the Wushu practice, both in the training and in the competition.

Key words: Wushu, motivation, motivational strategies, sports, training, martial art.

Introducción

El presente trabajo está direccionado a investigar la importancia del aspecto motivacional dentro de la práctica de la disciplina del Wushu, para lo cual se partió del precepto de investigar de qué manera la importancia de la motivación influye en la práctica de Wushu, en los deportistas de la Asociación de esta disciplina en Tungurahua, siguiendo con el desarrollo investigativo se dio la determinación de los motivos intrínsecos y extrínsecos que conllevan a la práctica de esta disciplina orientados a plantear una posible solución o sugerencia para fortalecer la confianza en los deportistas permitiendo que el factor de la motivación sea estructuralmente cimentado desde la perspectiva de desarrollo físico y mental de quien realiza la actividad de tal manera que no se dé su abandono prematuro a esta área del deporte. (Díaz & Garcés, 2013)

La motivación es considerado un factor de resultados humanos, razón por la cual ha sido materia de múltiples investigaciones, convirtiéndose en una temática muy tratada dentro

del campo de la Psicología aplicada en general y por ende de la Psicología deportiva en particular, evidenciando en ésta área de entrenamiento físico alto rendimiento resultados satisfactorios que contribuye de forma variada tanto al desarrollo del área académica así como en el campo deportivo, razón por la cual suelen generalmente asociarse el nivel de motivación manifestado, al presentar este elemento motivacional como uno de los temas principales en cualquier ámbito de la actividad humana. (Jara, 2013).

La importancia de la motivación radica en que forma parte de la personalidad del individuo al encontrarse estrechamente ligado con la naturaleza humanada en cuanto a sus emociones, pudiendo convertirse en el conductor de técnicas que permitan el mejoramiento de la actividad física de forma previa orientadas a potenciar la práctica de la disciplina en este caso el Wushu. (Garatachea & Márquez, 2012)

Dentro de los beneficios que la motivación presenta podemos mencionarla como instrumento de decisión a la hora de practicar el Wushu, así como a la predilección por múltiples ramas que se desprenden dentro de la práctica deportiva en cuanto a actividades de contacto, permitiendo elegir el tipo de entrenamiento y la intensidad del mismo; bajo esta dinámica encontramos además que este factor motivacional analiza los elementos que inducen a los deportistas a que realicen la práctica deportiva, así como a fortalecer el aspecto psicológico relacionado con la cotidianidad de nuestro entorno social al momento de llevar a cabo una interacción con demás sujetos (Díaz & Garcés, 2013).

Es tomada también como una herramienta mental cuyo resultado se determina por la actitud del deportista, ya que vincula emociones que en muchos casos son manipuladas, situación que debe ser previamente detectada (Marina, 2011), razón por la cual es necesario tomar en cuenta al momento de trabajar con grupos de deportistas que el elemento desmotivacional también va a estar presente emitiendo descontento y negatividades circunstancia a la cual se la denomina activamente desmotivados, y es precisamente ahí donde se deben incluir estrategias emocionales eficaces para lograr el auténtico desarrollo de la práctica de Wushu con nuestros deportistas (Fischman, 2014).

Así mismo la motivación es la combinación entre los deseos y energías de la persona para alcanzar una meta de tal manera que las personas pueden ser motivadas por creencias, valores, intereses, miedos, entre otras causas o fuerzas (Pulido , 2014)**,** de esta manera la importancia de esta herramienta motivacional en el Wushu se transforma en un rasgo de la personalidad que difiere de individuo en individuo al emitir emociones

altamente caracterizadas por la activación, presentando características como : fuerza como motivo de supervivencia, reacciones al entorno, variedad de resultados, como necesidades primarias de los seres humanos tendientes a demostrar sensaciones de confianza, confort auto superación personal y una interrelación social, como lo sugiere la pirámide de Maslow. (Gutiérrez, 2014).

La motivación, además de ser fundamental para la actividad físico-deportiva, tiene un carácter multidimensional. Por esto, sugirió la importancia de analizar los tipos de motivación a través de los perfiles motivacionales de cada situación o entorno.

En cuanto a la teoría de la motivación al logro existen dos principales tendencias contrapuestas la positiva y la negativa, comprendidas por tres criterios de logro: demostrar habilidad, lograr auto superación y ser aprobado socialmente. (García & Caracuel, 2013), en la práctica del Wushu se puede evidenciar que los deportistas motivados por el logro estarán siempre direccionados a conseguir logros evitando el fracaso, en donde el deportista puede demostrar sus habilidades mediante la realización de tareas complejas.

El mismo estudio de la motivación ha llevado a varios cuestionamiento que confunden a esta con la activación deportiva siendo estas totalmente contradictorias ya que la motivación es una construcción de un modelo psicológico del día a día, teniendo siempre presente los motivos que lleva a los deportistas en este caso en el Wushu a practicar este arte marcial, mientras que la activación es un herramienta que la podemos utilizar cuando llega el momento justo del entrenamiento o de una competencia deportiva. En el deporte la teoría motivacional más aceptada es la de Deci y Ryan (citados en Zarauz & Ruiz, 2013) afirman que esta caracterizada por tres niveles que son la motivacion intrinseca, extinseca y la amotivacion, el primero de estos tres nos dice que el deportista esta autodeterminado a particiipar por inciativa propia en dicha actividad siendo factores internos como el placer y la satisfaccion los que intervienen en esta decisión, en contraste cuando priman los factores externos el principal objetivo es simplemente conseguir un fin independientemente del bienestar propio e donde tenemos un claro ejemplo a los deportistas que practican dicho deporte solo por satisfacer a personas de su entorno (padres, amigos), o por conseguir incentivos ya sean economicos, materiales o sociales, y finalmente encontramos la amotivacion en los deportistas cuando no tiene un fin para practicar el deporte sencillamente estos deportistas se encuentran desmotivados y como consecuencia generan efectos motivacionales negativos. Desde el punto de vista de la

consecucion de metas el éxito de los deportistas de Wushu no depende solamente de ellos mismos sino tambien el entorno juega un papel muy importante, (Guzmán, Macagno , & Imfeld, 2013) aquí intervienen los entrenadores, familiares y compañeros como principales actores y creadores del clima motivacional el mismo que es el culpable de generar o no las situaciones ideales para que el deportista de Wushu se sienta motivado, de esto dependera el alcance de las metas que deben ser planteadas a corto, mediano y largo plazo, tambien deben ser alcanzables difíciles de conseguir no imposibles y medibles. (Granero & Baena, 2014), de la misma manera el sentimiento de comptencia enfocado a la motivación en el Wushu aporta con que el deportista en este medio necesita que sus capacidades sean evaluadas por otros individuos teniendo como razones fundamentales el sentirse fuerte, la obtención de reconocimientos, satisfacer senciones de forma interna y externa, incrementar el desafio al comparar habilidades con varios oponentes (Ruiz & Zarauz , 2014). La motivacion en el Wushu se ve fundamentada por factores tanto internos y externos con la participación activa de deportistas y entrenadores, trabajando de manera colectiva en pro del desarrollo deportivo optimo.

METODOLOGÍA

La muestra de investigación estuvo conformada por un total de 76 personas conformada por deportistas de la categoría pre juvenil comprendida desde la edad de 13 años hasta menos 15 años 26 personas, la categoría juvenil desde 15 años hasta menos 18 años 25 personas y la categoría sénior desde los 18 años hasta menos 35 años 25 personas, sin distinción de sexo. El estudio se llevó a cabo concretamente con la aplicación de preguntas netamente específicas relacionadas a la motivación en el deporte y a la práctica del Wushu en donde se pudo determinar la importancia que tiene el factor motivacional en el entrenamiento de esta disciplina marcial, y saber cuáles son los factores motivacionales y emocionales que inducen a la práctica correcta del deporte.

Es relevante señalar que los deportistas encuestados fueron elegidos al azar sin ningún tipo de estudio previo entre quienes se encontraban más motivados o realizaban un mejor desenvolvimiento en el entrenamiento del Wushu de esta manera se asegura que fue un investigación real y fidedigna y de la misma forma no hubo ningún tipo de preparación previa para con los entrenadores.

La recolección de los datos se llevó a cabo con la cooperación de las autoridades administrativas de la asociación de Wushu y de los entrenadores, la encuesta fue el

método utilizado y aplicado a cada uno de los deportistas en las instalaciones de la organización de manera individual y anónima en donde los deportistas y entrenadores debían contestar con honestidad y con la debida seriedad del caso, el cuestionario consto con una base de 10 preguntas divididas en dos secciones la primera enfocada a la motivación y de las cuales podríamos determinar si consideran que la motivación interviene en el correcto desarrollo del entrenamiento deportivo, la importancia de una evaluación periódica del aspecto motivacional hacia los deportistas por parte de los entrenadores, de la misma manera se determinaría si la práctica del Wushu se ve afectada por la motivación de cada uno de ellos, el nivel de motivación que los deportistas presentan es un factor atenuante para conseguir cierto resultado deportivo, saber si es necesario las charlas motivacionales previo a la práctica del deporte de Wushu.

Las 5 preguntas restantes hacían referencia directa a la práctica de Wushu en donde se investigó si los deportistas consideran que la experiencia de entrenamiento mejora la práctica del Wushu, la práctica del Wushu está determinada por factores motivacionales, la práctica de este deporte puede mejorar el autoestima y las relaciones intrapersonales, si el Wushu ayuda el cuidado de la salud mental y previene enfermedades psicológicas y si es necesario un análisis de mejora continua de los deportistas de Wushu. El tiempo que llevo tomar cada encuesta vario de 8 a 15 minutos por cada una de las categorías encuestadas.

La cantidad de deportistas encuestados al final fue de 76 personas que respondieron el cuestionario entre deportistas.

Para la aplicación de la encuesta se utilizó un computador en donde se redactaron las preguntas, una impresora, hojas de papel bond tamaño A4 y bolígrafos de color azul.

El programa que se utilizó en el análisis estadístico fue Microsoft Excel 2010 el mismo que nos ayudó a representar gráficamente la tabulación obtenida de cada una de las preguntas que constaban en la encuesta aplicada, las 10 peguntas fueron analizadas con su respectiva respuesta una a una y así poder graficar los porcentajes y cantidades finales.

Luego de la tabulación se verificó la hipótesis con la aplicación del chi cuadrado para fidelizar la correcta realización de la investigación.

Resultados y Discusión

La motivación es desde hace mucho tiempo atrás un tema de gran interés de estudio a pesar de que muchas personas creen que esto solo es una medida de confianza, el simple hecho de mostrar una actitud ganadora o una simple cuestión de pensamiento positivo, debemos tener claro que podemos crear actitudes positivas hacia la práctica del deporte en este caso el Wushu, pero sin embargo estas actitudes no tendrán el éxito esperado si es que los deportistas no se encuentran motivados para participar activamente. (Roberts & Treasure, 2012)

Tabla N° 1.- Importancia de la Motivación.

Importancia de la Motivación	SI	NO	TOTAL
¿Cree usted que la motivación interviene en el desarrollo del entrenamiento deportivo?	58 75%	18 25%	76 100%
¿Cree que es importante la evaluación periódica del aspecto motivacional de los deportistas de Wushu por parte de los entrenadores?	54 71%	22 29%	76 100%
¿Considera importante la motivación en la práctica del Wushu?	70 92%	6 8%	76 100%
¿Considera usted que la motivación es importante dentro del nivel competitivo de un deportista de Wushu?	65 86%	11 14%	76 100%
¿Considera usted que sería necesario motivar al deportista de Wushu previo al entrenamiento?	71 93%	5 7%	76 100%

Tabla 21: Importancia de la Motivación.
Fuente: La encuesta
Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

La tabla N° 1 claramente se evidencia los resultados obtenidos en las encuestas aplicadas a los estudiantes en donde se detallan las 5 preguntas con que están netamente enfocadas a la importancia de la motivación; las mismas que tiene dos opciones de respuesta y el porcentaje que representa a cada una de estas.

Tabla N° 2.- **Práctica de Wushu.**

Práctica de Wushu	SI	NO	TOTAL
¿Cree usted que la práctica de Wushu se ve mejorada por la experiencia de los deportistas?	52 68%	24 32%	76 100%
¿Cree usted que la práctica de Wushu está determinada por factores motivacionales?	50 66%	26 34%	76 100%
¿Considera usted que la práctica de Wushu podría mejorar su autoestima y relaciones intrapersonales?	66 87%	10 13%	76 100%
¿Cree usted que la práctica de Wushu es indispensable para cuidar la salud mental y prevenir enfermedades?	62 82%	14 18%	76 100%
¿Cree usted que la práctica de Wushu debería tener un análisis de mejora continua?	67 88%	9 12%	76 100%

Tabla 22: Importancia de la Motivación.
Fuente: La encuesta
Realizado por: Guerrero Lascano Darwin Dario

Tal como se muestra en la tabla 2 se observa los resultados obtenidos en las encuestas aplicadas a los deportistas, la misma que consta de 5 preguntas netamente enfocadas en la práctica del Wushu con 2 opciones de respuesta y cada una con su respectiva representación porcentual.

Entre los resultados más relevantes destaca la comprobación de que la motivación en la práctica de Wushu está íntimamente relacionada y es de suma importancia se puede decir que es el motor de la práctica deportiva, los datos recolectados permiten afirmar que de las 76 personas analizadas un total de 71 personas que representa el 92% consideran que es necesario motivar al deportista de Wushu previo al entrenamiento deportivo y así mismo el 82% de los deportistas sabe que la práctica de Wushu ayuda en el mejoramiento continuo de la autoestima y en el cuidado de la salud mental.

Los resultados obtenidos son muy parecidos a los de (Monacis, Palo, & Sinatara, 2015) en su artículo científico denominado Factores motivacionales relacionados con la agresividad en las artes marciales (Barcelona) en donde indica que el se debería trabajar sobre las creencias sobre la capacidad/competencia del atleta para aumentar la motivación auto-determinada, es decir para que practique el deporte por el placer inherente al mismo y no para obtener recompensas externas que darían lugar a estrategias deportivas no correctas; igualmente, los resultados encontrados en el artículo académico denominado Analizando la motivación en el deporte escrito por (Cervello, González, & Moreno, 2012), afirman que el aspecto motivacional se relaciona positiva y significativamente con el entrenamiento deportivo en donde intervienen los diferentes tipos de motivación como lo es en la parte extrínseca e intrínseca, de la misma manera en estudios realizados por (Kuan & Roy, 2011), en su artículo científico llamado Perfiles de objetivos, tenacidad mental y su influencia en los resultados de rendimiento entre atletas de Wushu (Malasya), ofrece hallazgos de orientaciones de objetivos e influencia en la tenacidad mental y el resultado exitoso entre atletas Wushu los mismos que se asocia con la motivación, como la preocupación central para entender la tenacidad mental en el dominio del deporte competitivo ya que las mismas situaciones competitivas representan el comportamiento del logro, y se cree que la tenacidad mental es imprescindible para sostener en la competencia.

Conclusiones

Los resultados obtenidos en la investigación reflejan que la motivación es uno de los aspectos más importantes que conforma no solamente al Wushu sino a todo el deporte en general, además se puede argumentar que la motivación se convierte en el motor que mueve al deportista y al entrenador ya que es el motivo que ellos tienen para hacer deporte.

Los deportistas que no tienen motivación corren el riesgo de convertirse en activamente desmotivados, actitud que en la mayoría de los casos se vuelve una característica tendencial con la capacidad de contagiar a un grupo entero con este sentimiento de negatividad, razón por la cual es recomendable utilizar y analizar las estrategias motivacionales que mejor se adapten de forma individual y colectiva.

Así mismo la tenacidad mental que presentan los deportistas al momento de desarrollar la práctica de la disciplina de Wushu tiene mucho que ver con los aspectos internos,

externos de cada uno de ellos y del grupo en general, el análisis periódico de este aspecto es sumamente necesario ya que si contamos con un deportista motivado podemos conseguir los resultados esperados de manera más rápida.

Por otro lado, se pudo constatar que la práctica del Wushu se ve influenciada directamente por la motivación impartida por el entrenador, cuya enseñanza es constante vinculando a sus deportistas en una participación activa que busca mantener la interrelación entrenador /deportista creando ambientes llenos de confianza y el compañerismo a todo momento conjuntamente con la cooperación.

El contenido de esta investigación implica un mejor manejo y control del aspecto motivacional en cada uno de los deportistas, las estrategias utilizadas deben ser óptimas y cada uno de los deportistas deben mantenerlas como conocimiento básico en el momento de entrenar, así mismo el entrenador debe darse el tiempo necesario para que él primero mantenga su motivación firme y de esta manera poder motivar a sus deportistas.

Referencias

Almagro, B., Sáenz, P., González, D., & Moreno, J. (2011). Clima motivacional percibido, necesidades psicológicas y motivación intrínseca como predictores del compromiso deportivo en adolescentes intrínseca como predictores del compromiso deportivo en adolescentes. *REVISTA INTERNACIONAL DE CIENCIAS DEL DEPORTE*, 250-265.

Cervello, E., González, D., & Moreno, J. (2012). Analizando la motivación en el deporte. *Apuntes de Psicología* , 44.

Díaz, A., & Garcés, E. (2013). Factores sociales y psicológicos asociados a la realización de ejercicio físico. En S. Marquéz Rosa, & N. Garatachea Vallejo, *Actividad Fisica y Salud* (pág. 198). Madrid: Ediciones Díaz de Santos.

Fischman, D. (2014). *Motivación 360°: Cómo implementarla en la vida y en la empresa.* Chile: Penguin Random House Grupo Editorial Chile.

Garatachea, N., & Márquez, S. (2012). *Actividad Física y Salud.* Díaz de Santos.

García, R., & Caracuel, J. (2013). TEORÍAS SOBRE LA MOTIVACIÓN EN EL CONTEXTO DEPORTIVO. *XIV Congreso Internacional sobre la Psicología del deporte*, (págs. 1-8). Huelva.

Granero, A., & Baena, A. (2014). Predicción de la motivación autodeterminada según las orientaciones de meta y el clima motivacional en Educación Física. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 1-5.

Gutiérrez, M. (2014). Relaciones entre el clima motivacional, las experiencias en educación física y la motivación intrínseca de los alumnos. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 1-6.

Guzmán, J., Macagno , L., & Imfeld, F. (2013). La motivación de los entrenadores deportivos: un estudio desde la teoría de la autodeterminación. *Cuadernos de Psicología del Deporte (SCIELO))*, 1-14.

Jara, P. (2013). Motivación para la práctica de actividad física y deportiva. En N. Garatachea, & S. Marquéz, *Actividad Fisica y Salud* (pág. 177). Madrid: Ediciones Díaz de Santos.

Kuan, G., & Roy, J. (2011). Goal profiles, mental toughness and its influence on performance outcomes among Wushu athletes. *Journal of Sports Science and Medicine*, 28.

Marina, J. (2011). *Los secretos de la motivación.* Madrid: Grupo Planeta Spain.

Monacis, L., Palo, V., & Sinatara, M. (2015). Factores motivacionales relacionados con la agresividad en las artes marciales. *Revista de Psicología del Deporte, 24*(1), 167.

Moreno, B., Jiménez , R., Gi, A., & Aspano, M. (2011). ANÁLISIS DE LA PERCEPCIÓN DEL CLIMA MOTIVACIONAL, NECESIDADES PSICOLÓGICAS BÁSICAS, MOTIVACIÓN AUTODETERMINADA Y CONDUCTAS DE DISCIPLINA DE ESTUDIANTES ADOLESCENTES EN

LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA. *European Journal of Human Movement*, 1-24.

Pulido , F. J. (2014). Motivación y Autoconfianza en Deportistas . 33.

Quevedo, V., Quevedo, R., & Maria , P. (2009). Análisis de la motivación en la práctica de actividad físico-deportiva en adolescentes. *Revista de Investigación en Educación*, 33-42.

Roberts, G., & Treasure, D. (2012). *Advances in Motivation in Sport and Exercise 3rd Edition.* Estados Unidos: Human Kinetics.

Ruiz, F., & Zarauz , A. (2014). Análisis de la motivación en corredores de maratón españoles. *Análisis de la motivación en corredores de maratón españoles*, 1-11.