



Universidad Nacional Mayor de San Marcos

Universidad del Perú. Decana de América

Facultad de Educación

Escuela Profesional de Educación Física

**Autoconcepto físico en tenistas adolescentes de una
academia deportiva del distrito de Surco, Lima**

TESIS

**Para optar el Título Profesional de Licenciado en Educación
Física**

AUTOR

Renato Martín NAJARRO MORA

ASESOR

Dr. Ángel Anibal MAMANI RAMOS

Lima, Perú

2024



Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Usted puede distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir del documento original de modo no comercial, siempre y cuando se dé crédito al autor del documento y se licencien las nuevas creaciones bajo las mismas condiciones. No se permite aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros a hacer cualquier cosa que permita esta licencia.

Referencia bibliográfica

Najarro, R. (2024). *Autoconcepto físico en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Educación, Escuela Profesional de Educación Física]. Repositorio institucional Cybertesis UNMSM.

Metadatos complementarios

Datos de autor	
Nombres y apellidos	Renato Martín Najarro Mora
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	72284794
URL de ORCID	https://orcid.org/0009-0008-0987-8625
Datos de asesor	
Nombres y apellidos	Ángel Anibal Mamani Ramos
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	01344424
URL de ORCID	http://orcid.org/0000-0003-3855-2305
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Freddy Jesus Huamani Arredondo
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	09049353
Miembro del jurado 1	
Nombres y apellidos	Juan Carlos Cabrejos Ramos
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	07972846
Miembro del jurado 2	
Nombres y apellidos	Cesar Daniel Escuza Mesias
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	40818404

Datos de investigación	
Línea de investigación	Educación y actividad física corporal
Grupo de investigación	Ciencias de la Motricidad, Actividad Física y Deporte - MACFIDE
Agencia de financiamiento	Universidad Nacional Mayor de San Marcos, aprobado mediante Resolución Rectoral N° 006081-2023-R/UNMSM con código de proyecto E23060371.
Ubicación geográfica de la investigación	País: Perú Departamento: Lima Provincia: Lima Distrito: Surco 12°05'53.2" S 76°58'35.5"
Año o rango de años en que se realizó la investigación	2023 - 2024
URL de disciplinas OCDE	Educación general http://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.03.01



UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
Universidad del Perú. Decana de América
FACULTAD DE EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA
"Carlos Cáceres Álvarez"



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS
N° 016-2024-EPEF-FE/UNMSM

En la ciudad de Lima, a los 21 días del mes de junio de 2024, siendo las 08:00 horas, se reunió en acto público el Jurado Examinador para la sustentación de la Tesis titulada: **AUTOCONCEPTO FÍSICO EN TENISTAS ADOLESCENTES DE UNA ACADEMIA DEPORTIVA DEL DISTRITO DE SURCO, LIMA**, que presenta el Bachiller **RENATO MARTÍN NAJARRO MORA**, para optar el Título Profesional de **Licenciado en Educación Física**.

Luego de la exposición y absueltas las preguntas del Jurado Examinador se procedió a la calificación individual y secreta, habiendo sido evaluado **Muy Bueno** con la calificación de **Dieciocho (18)**.

Como testimonio del acto realizado, cada uno de los miembros del jurado procedió a suscribir la presente ACTA para que sea remitida a las instancias correspondientes, a fin de que se expida previo trámite administrativo, el diploma que acredite al bachiller como Licenciado en Educación Física.

En señal de conformidad, siendo las **09:15** horas se suscribe la presente acta, dándose por concluido el acto.

Dr. FREDDY JESUS HUAMANI ARREDONDO
Presidente

Dr. ANGEL ANTBAE MAMANI RAMOS
Asesor de Tesis

Dr. JUAN CARLOS CABREJOS RAMOS
Jurado Informante

Dr. CESAR DANIEL ESCUZA MESIAS
Jurado Informante



UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
Universidad del Perú. Decana de América
FACULTAD DE EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA
“Carlos Cáceres Álvarez”



CERTIFICADO DE SIMILITUD

RESOLUCIÓN RECTORAL-002616-2023-R/UNMSM
Adenda: RESOLUCIÓN RECTORAL-007284-2023-R/UNMSM

Yo **Ángel Anibal Mamani Ramos** en mi condición de asesor acreditado con el **DICTAMEN VIRTUAL No 083-2023-EPEF-FE/UNMSM** de la tesis, cuyo título es **“AUTOCONCEPTO FÍSICO EN TENISTAS ADOLESCENTES DE UNA ACADEMIA DEPORTIVA DEL DISTRITO DE SURCO, LIMA”**, presentado por el bachiller **RENATO MARTÍN NAJARRO MORA** para optar el **Título Profesional de Licenciado en Educación Física**.

CERTIFICO que se ha cumplido con lo establecido en la Directiva de Originalidad y de Similitud de Trabajos Académicos, de Investigación y Producción Intelectual. Según la revisión, análisis y evaluación mediante el software de similitud textual, el documento evaluado cuenta con el porcentaje de **14 %** de similitud, nivel **PERMITIDO** para continuar con los trámites correspondientes y para su **publicación en el repositorio institucional**.

Se emite el presente certificado en cumplimiento de lo establecido en las normas vigentes, como uno de los requisitos para la obtención del grado/ título/ especialidad correspondiente.

Firma del Asesor _____ DNI: 01344424

Nombres y apellidos del asesor: Dr. Ángel Anibal Mamani Ramos



Agradecimientos

Agradezco a Dios por guiarme, a mi asesor por su apoyo y acompañamiento en este largo camino y por todos sus consejos y también agradezco a la Universidad Nacional Mayor de San Marcos por ser mi alma mater y en donde me forme como persona y profesional.

DEDICATORIA

Este trabajo va dedicado a toda mi familia, en especial a mi mamá y a mis abuelos que me ayudaron y acompañaron a lo largo de mis estudios. Por su apoyo y consejos se logró el objetivo. Fueron una guía y una motivación para este largo camino que hoy rinde sus frutos.

INDICE DE CONTENIDO

RESUMEN	1
ABSTRACT	2
Introducción	3
I. PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO.....	5
1.1. Determinación del problema	5
1.2. Formulación del problema.....	6
1.2.1. Problema general	6
1.2.2. Problemas específicos	6
1.3. Objetivos.....	7
1.3.1. Objetivo general.....	7
1.3.2. Objetivos específicos.....	7
1.4. Importancia de la investigación.....	8
II. REVISIÓN DE LA LITERATURA.....	10
2.1. Antecedentes del estudio	10
2.1.1. Antecedentes nacionales	10
2.1.2. Antecedentes internacionales	11
2.2. Bases teóricas	13
2.2.1. Autoconcepto físico.....	13
2.2.1.1. Definición de autoconcepto físico.....	13
2.2.1.2. Dimensiones	14
2.2.1.2.1. Competencia Deportiva	14
2.2.1.2.2. Condición física	14
2.2.1.2.3. Fuerza física.....	15
2.2.1.2.4. Apariencia física	15
2.2.1.2.5. Confianza en sí mismo.....	16
2.3. Definición de términos.....	17
III. HIPÓTESIS Y VARIABLES.....	18
3.1. Hipótesis.....	18
3.1.1. Hipótesis general.....	18
3.1.2. Hipótesis específicas	18
3.2. Variables.....	19
3.3. Operacionalización de la variable.....	20
IV. MATERIALES Y MÉTODOS.....	21
4.1 Área de estudio	21
4.2 Tipo y diseño de investigación	21

4.2.1. Tipo.....	21
4.2.2. Diseño.....	22
4.3 Población y muestra	22
4.3.1. Población.....	22
4.3.2. Muestra.....	23
4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de información	24
4.6 Aspectos éticos.....	25
V. RESULTADO Y DISCUSIÓN	26
5.1. Resultado general de autoconcepto físico de acuerdo con el sexo y a la edad.....	26
5.2 Resultados por indicadores del autoconcepto físico	29
5.2.1 Resultados de competencia deportiva en general.....	29
5.2.2 Resultado de la condición física en general	32
5.2.3 Resultado de fuerza física en general	35
5.2.4 Resultado de apariencia física en general.....	39
5.2.5 Resultado de confianza en sí mismo en general.....	42
5.3. Discusión de resultados	45
CONCLUSIONES	46
RECOMENDACIONES	48
REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA.....	49

INDICE DE TABLAS

Tabla 1	20
Operacionalización de la variable autoconcepto físico	20
Tabla 2	24
Muestra de estudio.....	24
Tabla 3	26
Niveles de autoconcepto físico en general.....	26
Tabla 4	27
Niveles de autoconcepto físico general según el sexo.....	27
Tabla 5	28
Niveles de autoconcepto físico general según la edad.....	28
Tabla 6	29
Niveles de competencia deportiva en general.....	29
Tabla 7	30
Niveles de competencia deportiva general según el sexo.....	30
Tabla 8	31
Niveles de competencia deportiva general según la edad	31
Tabla 9	32
Niveles de condición física en general	32
Tabla 10	33
Niveles de condición física en general según el sexo	33
Tabla 11	34
Niveles de condición física en general según la edad.....	34
Tabla 12	35
Niveles de fuerza física en general.....	35
Tabla 13	36
Niveles de fuerza física en general según el sexo.....	36
Tabla 14	38
Niveles de fuerza física en general según la edad	38
Tabla 15	39
Niveles de apariencia física en general	39
Tabla 16	40
Niveles de apariencia física en general según el sexo	40
Tabla 17	41
Niveles de apariencia física en general según la edad	41

Tabla 18	42
Niveles de confianza en sí mismo en general.....	42
Tabla 19	43
Niveles de confianza en sí mismo en general según el sexo.....	43
Tabla 20	44
Niveles de confianza en sí mismo en general según la edad.....	44

INDICE DE FIGURAS

Figura 1.....	21
Ubicación de la academia Deportiva de Tenis	21

INDICE DE ANEXOS

ANEXO 1.....	52
ANEXO 2.....	54

RESUMEN

El propósito de la investigación fue identificar el autoconcepto físico en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, en general, según el sexo y la edad. Se desarrollo la investigación mediante el diseño transversal descriptivo, donde se analizó 120 tenistas adolescentes mediante el Cuestionario de Autoconcepto Físico. Los resultados, en general (79.2 %), según el sexo (hombres 75.0 % y mujeres 82.8 %). Según la edad presentaron un nivel indiferente en las edades de 10 años (100.0 %), 13 años (50.0 %), 14 años (80.0 %), 15 años (84.0 %), 16 años (90.5 %), 17 años (95.0 %), 18 años (82.4 %), a comparación de las edades de 11 años (50.0 %) y 12 años (50.0) que presentan un nivel indiferente y adecuado dando el mismo porcentaje, En conclusión, los tenistas adolescentes participantes del estudio muestran en general un nivel indiferente de autoconcepto físico. Por otro lado, según el sexo se mantuvo el nivel esperado y de acuerdo con la edad se observa una mayor incidencia en el nivel indiferente de autoconcepto físico. Lo que significa, que los tenistas adolescentes en el transcurso de su crecimiento hay falencias que se deben ir mejorando en su desarrollo físico, psicológico y social, para que de esa manera se pueda lograr un óptimo autoconcepto físico.

PALABRAS CLAVE: autoconcepto físico, deporte, adolescentes deportistas, capacidad física.

ABSTRACT

The purpose of the research was to identify the physical self-concept in adolescent tennis players of a sports academy in the district of Surco, in general, according to sex and age. The research was developed by means of a descriptive cross-sectional design, where 120 adolescent tennis players were analyzed by means of the Physical Self-Concept Questionnaire. The results, in general (79.2 %), according to sex (men 75.0 % and women 82.8 %). According to age they presented an indifferent level in the ages of 10 years (100.0 %), 13 years (50.0 %), 14 years (80.0 %), 15 years (84.0 %), 16 years (90.5 %), 17 years (95.0 %), 18 years (82.4 %), in comparison with the ages of 11 years (50.0 %) and 12 years (50.0 %). In conclusion, the adolescent tennis players participating in the study show in general an adequate level of physical self-concept. On the other hand, according to sex, the expected level was maintained and according to age, a greater incidence is observed in the indifferent level of physical self-concept. This means that the adolescent tennis players in the course of their growth are improving in their physical, psychological and social development, so that in this way an optimal physical self-concept can be achieved.

KEY WORDS: physical self-concept, sport, adolescent athletes, physical capacity.

Introducción

A nivel internacional el conocimiento del autoconcepto físico como factor fundamental en la construcción mental, física y social de los adolescentes ocupa un lugar primordial en el desarrollo integral durante los años de adolescencia, específicamente en aquellos deportistas que están bajo un control y seguimiento de su vida diaria. La práctica deportiva influye de manera positiva, de tal manera que ayuda en la construcción de un óptimo autoconcepto físico en los adolescentes de todo el mundo, es de suma importancia que tantos entrenadores, profesores de escuela, padres y adolescentes trabajen en conjunto para que se crea un ambiente favorable para su crecimiento personal y el potenciar sus habilidades y destrezas de cada uno de ellos. Eso se puede evidenciar con los logros deportivos de las grandes potencias, al igual que cuando se celebran eventos deportivos en el país y deportistas de todas partes del mundo compiten con los nuestros y hay una diferencia abismal en la preparación física, en el aspecto psicológico, la confianza en sí mismo y tantos aspectos fundamentales para tener un deportista competente.

Por otro lado, a nivel nacional hay una escasez de información tanto en profesionales del área y sociedad en general, al no haber conocimiento alguno de cómo lograr que el adolescente construya un autoconcepto físico bueno, este se pierde en el camino de su formación académica y deportiva, por eso el deporte a nivel nacional sigue siendo no tan competitivo en las disciplinas que se practican a nivel nacional. Por falta de infraestructura donde los adolescentes puedan entrenar, socializar con su entorno, por la falta de profesionales competentes que puedan guiarlos en su desarrollo personal a través del deporte y lograr excelentes deportistas con niveles altos de autoconcepto físico que eso conlleva a tener un adolescente preparado y competente para no solo el deporte, sino también para la vida. Esta en las manos de las nuevas generaciones de profesionales del deporte en cambiar la realidad del adolescente deportista del Perú, utilizar herramientas y métodos didácticos para potenciar sus habilidades y destrezas además de contribuir en la mejora de sus capacidades tanto físicas , mentales y sociales, para que progresivamente ese adolescente sea formado competentemente y lograr destacar no solo a nivel nacional sino también a nivel internacional tanto en el deporte como en cualquier área que se destaque.

Finalmente, el estudio de esta variable destaca por la importancia de lograr formar un adolescente competente física, social y mentalmente, de tal manera este estudio generara aportes metodológicos que logran ampliar el conocimiento investigativo, si bien ya existen otros estudios sobre el autoconcepto físico, se puede continuar validándolo, pero en otros contextos. Los estudios hallados con esta variable en el ámbito nacional e internacional son de mucha ayuda porque destaca la distinta realidad del deporte y el autoconcepto físico; por esa razón los resultados obtenidos generaran nuevas propuestas en el ámbito deportivo en los clubes, academias e instituciones educativas, ya que demuestra la escases en la formación de los adolescentes en el ámbito escolar, por ende no llegan predispuestos a practicar alguna disciplina deportiva, de tal manera se demuestra un desbalance entre los aspectos físicos, mentales y sociales. Lamentablemente esa es la realidad del deporte nacional en etapas adolescentes, está en manos de todos que haya un cambio para que se potencie el deporte nacional y se logren éxitos a nivel internacional.

I. PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO

1.1. Determinación del problema

Hoy en día una gran cantidad de adolescentes presentan un autoconcepto físico bajo (Huarocc y Quispe, 2019). El hecho de percibir un autoconcepto físico pobre deja la posibilidad de presentar trastornos alimenticios, baja autoestima y pérdida del interés por practicar algún deporte o actividad física de su preferencia (Mamani-Ramos et al., 2023; Pérez-Mármol et al., 2023). De tal manera diferentes estudios realizados demostraron que existía una relación negativa entre la composición corporal y el autoconcepto físico en los adolescentes que mostraban un IMC (Índice de Masa Corporal) extremadamente alto a comparación del resto de jóvenes, esto a causa del desbalance en las características físicas de cada uno de ellos y al tipo de actividad física que realizaban, además del nivel o grado de intensidad y exigencia que demandaba cada una de ellas (Grao-Cruces et al., 2017). Por otro lado se puede determinar que las mujeres muestran un autoconcepto físico más deficiente muy a diferencia de los hombres, estas características las podemos percibir a comienzos de la adolescencia, se puede entender por aspectos biológicos, específicamente en la práctica de actividad física, donde hay una diferencia amplia entre hombres y mujeres (Vera et al., 2023).

A raíz de la pandemia mundial provocada por el COVID-19 y sobre todo por el confinamiento obligatorio, provoco que las personas de todo el mundo, específicamente los adolescentes pierdan la posibilidad de poder interactuar socialmente con el resto de las personas de su entorno. Esto obligo a que hábitos tan cotidianos que ayudaban en el desarrollo y representación del autoconcepto físico se vea afectado (Cadena-Duarte & Cardozo, 2021). Por la falta de conocimiento el autoconcepto físico en tiempos de pandemia y desde mucho tiempo atrás, no era tan importante el saber reconocerlo o mejorarlo. Esto era evidente en las personas, por la falta de conocimiento, interés o la poca importancia que se le daba al igual que a la práctica de actividad física. Debido a eso la práctica de actividad física se vio mermada en los adolescentes con el cierre de colegios, academias y clubes deportivos que fueron forzados a cerrar por la coyuntura que se vivía en el momento. Muchas de aquellas instituciones intentaron sobrellevar la situación con entrenamientos virtuales, tratar de adaptarse a la nueva realidad era muy difícil para un adolescente, el deporte fue un gran aliado para superar aquella crisis y fortalecer el autoestima de los adolescentes (Huarocc & Quispe, 2019). Finalmente, a causa de la pandemia, se percibió que los adolescentes evidenciaban un autoconcepto

físico pobre, que demostraban distintos problemas de salud, daños psicológicos, sociales y evidentemente físicos a raíz del sedentarismo que provoco el confinamiento en todo el mundo debido a la pandemia mundial, a ello le podemos agregar el uso excesivo de la tecnología que provoco el aumento de la vida sedentaria en las personas y sobre todo en los adolescentes que fueron privados de realizar actividades al aire libre y de interactuar con el entorno permanente en el cual crecían y se desarrollaban (Grao-Cruces et al., 2017).

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

P. ¿Cómo es el autoconcepto físico en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, en general, según el sexo y la edad??

1.2.2. Problemas específicos

P1. ¿Como es la competencia deportiva en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, en general, según el sexo y la edad??

P2. ¿Cómo es la condición física en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, en general, según el sexo y la edad??

P3. ¿Cómo es la fuerza física en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, en general, según el sexo y la edad??

P4. ¿Cómo es la apariencia física en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, en general, según el sexo y la edad??

P5. ¿Cómo es la confianza en sí mismo en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, en general, según el sexo y la edad??

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

O. Identificar el autoconcepto físico en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, en general, según el sexo y la edad.

1.3.2. Objetivos específicos

O1. Identificar la competencia deportiva en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, en general, según el sexo y la edad.

O2. Identificar la condición física en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, en general, según el sexo y la edad.

O3. Identificar la fuerza física en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, en general, según el sexo y la edad.

O4. Identificar la apariencia física en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, en general, según el sexo y la edad.

O5. Identificar la confianza en sí mismo en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, en general, según el sexo y la edad.

1.4. Importancia de la investigación

El autoconcepto físico es fundamental para un óptimo desarrollo de las personas, siempre y cuando se vea involucrado una buena alimentación balanceada, ámbitos sociales y psicológicos en gran estado y mediante la practica regular de actividad física, de esa manera podemos determinar que el autoconcepto físico ha sido bien desarrollado, sobre todo en el proceso del desarrollo integral de los adolescentes. De tal manera el autoconcepto físico tiene una mayor influencia en la adolescencia y dependiendo de qué manera ha sido desarrollada se podrá determinar si hay un óptimo u deficiente autoconcepto físico (Cadena-Duarte & Cardozo, 2021). En un ámbito más deportivo el tener un autoconcepto físico bueno permitirá que los adolescentes se sientan cómodos consigo mismos, más determinados a competir, tener logros y mejorar cada día su condición física, fuerza, apariencia física, y su confianza, además le permitirá obtener valores deportivos que será beneficioso para su desarrollo personal a medida que el adolescente se involucre constantemente en el deporte (Mamani-Ramos et al., 2023). Además, el autoconcepto físico permite construir la representación psicológica, social y física de la identidad de una persona, claramente más reflejada en los adolescentes que están en el proceso de crecimiento personal y de encontrarse con ellos mismos (Urrutia et al., 2023). De esta manera, al realizar alguna actividad física o deporte, podemos encontrar que los distintos niveles de intensidad y de cargas de entrenamiento con las que se trabaja, permitirá observar nuestro nivel de autoconcepto físico que tenemos en ese momento. Mucho más evidenciado en los adolescentes que están en el proceso de potenciar sus habilidades y destrezas tanto físicas como cognitivas, por ende un entrenamiento bien estructurado será beneficioso para el adolescente que practica alguna actividad físico-deportiva (Huarocc & Quispe, 2019).

La práctica deportiva dentro del colegio, como las extraescolares en las academias y clubes deportivos son de un gran beneficio para la construcción del autoconcepto físico en los adolescentes, el poder desenvolverse y demostrar todo su potencial permitirá que los jóvenes logren un desarrollo optimo tanto físico, psicológico y social (Pérez-Mármol et al., 2023). Es fundamental tener una alimentación saludable para poder lograr un autoconcepto físico en condiciones, sobre todo en los adolescentes que están en

constantes cambios físicos y en un crecimiento permanente durante esos años. Sobre todo aquellos que practican algún deporte o actividad física que el gasto energético es mucho más elevado, por ende la alimentación es base de un buen deportista (Monsalve-Jaramillo et al., 2022). Por eso mismo, la construcción de un buen autoconcepto físico, que tiene diferencias entre los hombres y las mujeres en la adolescencia sobre todo por aspectos físicos, evidenciaran los cambios que se van notando producto del crecimiento de la persona respecto a su edad (Cadena-Duarte & Cardozo, 2021).

II. REVISIÓN DE LA LITERATURA

2.1. Antecedentes del estudio

2.1.1. Antecedentes nacionales

Sologorre, (2022), en Puente Piedra-Lima, Perú, estudiaron a (45 estudiantes del nivel secundario) con el objetivo de determinar la relación entre la actividad física con el autoconcepto físico de los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la I.E 5179 Los Pinos del distrito de Puente Piedra en el año 2019. Concluyeron que según la regularidad con la que realiza actividad física, se observa una relación prometedora con la construcción de un buen autoconcepto físico en los estudiantes de la I.E 5179 Los Pinos del distrito de Puente Piedra.

Caycho y Cosi, (2022), en Lima Norte, Perú, estudiaron a 199 estudiantes (3ro, 4to y 5to entre 13 a 16 años) con el objetivo de establecer la relación entre el Autoconcepto Físico (habilidad física, condición física, atractivo físico y fuerza) e indicadores de riesgo y desajustes psicológico de la conducta alimentaria. Concluyeron que el tener un buen físico que sea agradable para cada uno, llega a ser un factor motivante para impulsar la actividad física, de esa manera el adolescente que practica algún deporte, de manera constante se ve más motivado a progresar en su propia imagen corporal.

Huarocc & Quispe, (2019), en Huancayo, Perú, estudiaron a 302 estudiantes (4to y 5to de secundaria entre 14 y 18 años) con el objetivo de determinar la relación entre el autoconcepto físico y la práctica físico-deportiva en alumnos del centro educativo “Castilla”; Huancayo en el 2018. Concluyeron que, de todos los adolescentes involucrados, hay un porcentaje igualado y aceptable en base al mejoramiento del autoconcepto físico y sus dimensiones estudiadas, como la habilidad física, condición física, atractivo físico y fuerza física.

Mamani-Ramos et al. (2023), en Lima y Callao, Perú, estudiaron a 1264 adolescentes (683 hombres y 581 mujeres de 14 a 17 años). Con el objetivo de examinar la correlación y relación entre las actitudes y el autoconcepto físico con la práctica de AF en adolescentes peruanos. Concluyeron que el tener una actitud positiva permitirá que los adolescentes puedan construir su autoconcepto físico que a medida permitirá la práctica de actividad física.

Lizárraga, (2017), en Trujillo, Perú, estudiaron a 683 adolescentes entre hombres y mujeres (de 12 a 17 años) Con el objetivo de analizar la relación entre autoconcepto físico e insatisfacción con la imagen corporal en adolescentes de una institución educativa estatal del centro poblado Alto Trujillo. Concluyeron que un gran porcentaje de los adolescentes evaluados tienen un autoconcepto físico en un nivel óptimo, gracias al conocimiento de las dimensiones que les permitirá poder desenvolverse mejor y construir de una manera adecuada su autoconcepto físico.

2.1.2. Antecedentes internacionales

Pérez-Mármol et al. (2023), en Granada, España, estudiaron a 1650 adolescentes (832 hombres y 818 mujeres de 11 a 20 años) con el objetivo de determinar las relaciones entre autoconcepto físico y los factores sociodemográficos / académicos, en una muestra de adolescentes de educación secundaria. Concluyeron en que se cree necesario la intervención docente para promover un buen autoconcepto físico, donde se promueva la salud física, mental y académica, utilizando como herramienta la práctica de actividad física.

Palomino-Devia et al. (2018), en Ibagué, Colombia, estudiaron a 1253 niños (601 hombres y 652 mujeres de 10 y los 20 años) con el objetivo de determinar el nivel de actividad física y de sedentarismo, la calidad de vida relacionada con la salud, el autoconcepto físico y el índice de masa corporal en escolares colombianos de educación secundaria y media. Concluyeron que se determinó una relación entre el autoconcepto y la condición física, en base a los aspectos de la salud general, funciones físicas, salud mental y vitalidad de las personas.

Fernández et al. (2020), en Badajoz, España, estudiaron a 3227 estudiantes (1527 de educación primaria y 1700 de educación secundaria) con el objetivo de estudiar cómo incide la práctica de actividad física del alumnado de Educación Primaria y Educación Secundaria obligatoria en el autoconcepto físico. Concluyeron que el estudio realizado sobre la practica constante de actividad física posibilita la mejoría de algunas de las dimensiones del autoconcepto físico, las cuales son: habilidad física, condición física y autoconcepto general.

Grao-Cruces et al. (2017), en Andalucía, España, estudiaron a 1816 adolescentes (928 hombres y 893 mujeres de 12 a 16 años) con el objetivo de examinar la asociación de la fuerza muscular, potencia aeróbica y composición corporal con el autoconcepto físico en adolescentes de diferente sexo. Concluyeron que los adolescentes españoles con niveles de fuerza, potencia y con sobre peso tienden a mostrar un mayor riesgo de padecer un bajo autoconcepto físico.

Rodríguez et al. (2006), en Vitoria-Gasteiz, España, estudiaron a 539 adolescentes (256 hombres y 284 mujeres de 12 a 23 años) con el objetivo de identificar las eventuales relaciones que puedan producirse entre las respuestas al CAF (Cuestionario de Autoconcepto Físico) y a la Escala de Bienestar Psicológico (EBP), y distintas variables (salud subjetiva, consumo de alcohol y de tabaco, actividad física...) que permiten definir un determinado estilo de vida de nuestros adolescentes. Concluyeron que el fomentar un desarrollo personal y una buena convivencia social, determinaría una excelente conexión entre: un estilo de vida equilibrado, un fortalecido bienestar psico-social y un óptimo autoconcepto físico.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Autoconcepto físico

2.2.1.1. Definición de autoconcepto físico

El autoconcepto físico permite construir la identidad de una persona, a través de la práctica de actividad física, teniendo una alimentación saludable y mejorando los aspectos sociales y psicológicos que se van encontrando en el desarrollo personal. Precisamente es en la adolescencia donde el tener un óptimo autoconcepto físico es fundamental para desenvolverse adecuadamente en su entorno. En ese sentido, dada la importancia del autoconcepto físico pasaremos a definir la misma, en base a autores que mejor sustentan.

El autoconcepto físico es aquella representación mental, física y psicológica que todo individuo tiene de su cuerpo que varía en función del nivel de actividad física, condición física, habilidad y fuerza desarrollada y potenciada en el proceso de crecimiento personal de una persona (Fernández et al., 2020). Por su lado, Grao-Cruces et al. (2017) definen el autoconcepto físico como la percepción que tiene una persona acerca de sus habilidades sociales, físicas y mentales, que esta influenciada por el hábito de tener una buena salud, sobre todo en el transcurso de la adolescencia. De tal manera, Monsalve-Jaramillo et al. (2022) determinan que el autoconcepto físico a través de las habilidades sociales, influyen de una manera más directa en los adolescentes por el entorno en el que se desenvuelve, ya que los aspectos sociales, como las relaciones e interacciones entre los adolescentes, son importantes en el fortalecimiento y la construcción de su integridad social y psicológica para lograr tener un autoconcepto físico óptimo en el desarrollo de su crecimiento personal. Finalmente, Caycho & Cosi, (2022) precisan que la confianza que logra tener un adolescente, que está en busca de encontrarse consigo mismo, es de vital importancia para que pueda reconocer y mejorar la idea de sí mismo y poder fortalecer su autoconcepto físico, beneficiándolo en sus aspectos sociales, psicológicos, alimenticios y físicos que a esa edad es muy notoria y buscan el mejoramiento de su fuerza física, condición física, habilidades deportivas, su atractivo y confianza en sí mismo para que de esa manera se logre potenciar su desarrollo íntegro personal.

2.2.1.2. Dimensiones

2.2.1.2.1. Competencia Deportiva

La práctica de un deporte individual o colectiva, refleja los deseos de competición, motivación y deseo por lograr metas a través de retos deportivos que demandan niveles de exigencia en base al deporte que se practica y el nivel de los rivales que también buscan el éxito (Acuña. Angel, 2022).

El deporte es beneficioso para toda persona que lo practica, mucho más cuando es practicado con motivación, responsabilidad y las ganas propias de entrenar para potenciar sus habilidades y destrezas (Sevillano & Chamorro, 2017). De tal manera la práctica de actividad física con un propósito más fijo, orientado hacia la preparación de la competición atlética-deportiva mejora todos los aspectos de salud, físico y mental de los jóvenes (Shephard, 2003). Así mismo los adolescentes que realizan continuamente actividad físico-deportiva, demuestran un autoconcepto físico más optimo a comparación de los adolescentes que son más sedentarios (Sáez, 2021).

2.2.1.2.2. Condición física

La condición física se entiende por la capacidad que tiene una persona para ejecutar una actividad física de alto esfuerzo físico, de manera constante y buscando el mayor beneficio propio a través del esfuerzo que demanda esa actividad (Caycho & Cosi, 2022).

La condición física es un indicador biológico que determina el estado de salud de una persona, influye de manera permanente en la calidad de vida, sobre todo de los adolescentes que están en desarrollo y en un crecimiento constante (Vernetta et al., 2023). Por eso el tener una buena condición física permitirá que la persona pueda permitirse realizar actividades físicas que requieran un esfuerzo físico mayor (Sologorre, 2022). Además, lograr una alimentación sana y balanceada permitirá la práctica deportiva obteniendo buenos resultados, siempre y cuando esos hábitos saludables sean positivos para el mejoramiento de la condición física. (Sevillano & Chamorro, 2017).

2.2.1.2.3. Fuerza física

Si se quiere obtener un buen autoconcepto físico, el potenciar la fuerza física que es importante en la práctica deportiva si se practica de manera intensa y constante, permitirá la mejoría física de las personas (Pérez-Mármol et al., 2023).

La fuerza física permitirá tener la capacidad de levantar peso, poder desarrollar y fortalecer músculos, articulaciones, tendones y huesos, permitirán un óptimo crecimiento y desarrollo sobre todo en los adolescentes que son predispuestos a practicar algún deporte o actividad física de su agrado (Sevillano & Chamorro, 2017). Actualmente es evidente observar los claros beneficios en la práctica de ejercicios de fuerza en adolescentes, como el aumento de fuerza, crecimiento muscular y la potencia física que en la práctica deportiva es fundamental desarrollarla (Sáez, 2021).

2.2.1.2.4. Apariencia física

Se entiende por la satisfacción o desagrado que tiene una persona de su propia imagen, como se observa y se comporta ante su entorno y su desenvolvimiento determinara como se siente físicamente (Lizárraga, 2017).

Muchos adolescentes que aparentemente no gozan de una buena apariencia física, buscan mejorar físicamente mediante el trabajo físico en los gimnasios y siguen un plan de entrenamiento que les permitirá ese cambio físico deseado (Huarocc & Quispe, 2019). Está claro que durante la adolescencia la idea de lograr una buena apariencia física es buscada en mayor calibre por los hombres que por las mujeres, influenciada por la comparación física con otros (Sevillano & Chamorro, 2017). Por eso mismo en determinados casos la insatisfacción con su propio cuerpo de muchos adolescentes es notoria en la sociedad, para ello la práctica de actividad física y una alimentación sana permitirá lograr una mejor imagen corporal (Caycho & Cosi, 2022).

2.2.1.2.5. Confianza en sí mismo

La confianza en sí mismo, es la idea personal de cómo se siente una persona consigo mismo, principalmente por su nivel de confianza y autoestima que se verá reflejada en su desenvolvimiento y la influencia del entorno social que se desarrolla (Huarocc & Quispe, 2019).

Tener la idea de un aspecto físico bueno, permite tener la confianza suficiente para poder expresarse positivamente de uno mismo y estar fortalecido mentalmente y poder desenvolverse en cualquier ámbito (Sologorre, 2022). Un claro ejemplo son las personas que se miran al espejo y se aprecian tal y como son, no solo se sienten alegres sino que también se les hace más sencillo la relación con el entorno que los rodea, están abiertos a relacionarse y poder ser ellos mismos con quien sea (Carruitero & Tuesta, 2019). De tal manera mientras más se fortalezca la autoestima de los adolescentes, mayor desarrollo de la personalidad y confianza se verán reflejadas en ellos durante su desarrollo y madurez (Carruitero & Tuesta, 2019).

2.3. Definición de términos

2.3.1. Autoconcepto físico

El autoconcepto físico permite identificar la imagen que tiene una persona acerca de si mismo, además del entorno en el que se desenvuelve, porque es ahí donde tiene que desenvolverse social, mental y físicamente.

2.3.2. Actividad física

La actividad física es definida como cualquier movimiento del cuerpo que exija una demanda de energía, desde lo más básico a lo más complejo, como podría hacer la actividad físico-deportiva.

2.3.3. Deportes

Es la actividad física más determinada al desarrollo competitivo de la persona, no solo físico sino también psicológico, en base a entrenamientos con un fin en específico, que es la potencialización de las capacidades de las personas.

2.3.4. Condición física

Es la capacidad que tiene una persona de realizar alguna actividad física que le demande un uso de energía más de lo común, llevando a un ámbito más deportivo, sin una buena condición física un deportista no podría cumplir con los parámetros que se necesitan para practicar un deporte de alta competencia.

2.3.5. Desarrollo integral

En el ámbito humano, se define como el crecimiento personal de una persona, a través de las capacidades de cada uno para poder desarrollarse y desenvolverse en su entorno

III. HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1. Hipótesis

3.1.1. Hipótesis general.

H. El autoconcepto físico en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, en general, según el sexo y la edad es de un nivel indiferente.

3.1.2. Hipótesis específicas

H1. La competencia deportiva en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, en general, según el sexo y la edad es de un nivel muy adecuado.

H2. La condición física en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, en general, según el sexo y la edad es de un nivel muy adecuado.

H3. La fuerza física en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, en general, según el sexo y la edad es de un nivel muy inadecuado.

H4. La apariencia física en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, en general, según el sexo y la edad es de un nivel muy inadecuado.

H5. La confianza en sí mismo en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, en general, según el sexo y la edad es de un nivel muy inadecuado.

3.2. Variables

Variable única: Autoconcepto físico

3.3. Operacionalización de la variable

Tabla 1

Operacionalización de la variable autoconcepto físico

Variable única	Definición conceptual	Definición operacional	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Autoconcepto físico	Representación mental, física y psicológica que todo individuo tiene de su cuerpo que varía en función del nivel de actividad física, condición física, habilidad y fuerza desarrollada y potenciada en el proceso de crecimiento personal de una persona	Desarrollo integral y físico de las personas, en los adolescentes la práctica deportiva a través del deporte competitivo reflejara un autoconcepto físico en mejores condiciones	Competencia deportiva	1, 11, 13, 16, 20	Muy en desacuerdo
			Condición física	2, 6, 9, 17,	En desacuerdo
			Fuerza física	4, 18, 22	Indiferente
			Apariencia física	3, 7, 10, 19, 21	De acuerdo
			Confianza en sí mismo	5, 8, 12, 14, 15	Totalmente de acuerdo

Nota: Se desarrollo la operacionalización de la propuesta de la variable a partir de la propuesta de (Mamani-Ramos et al., 2023).

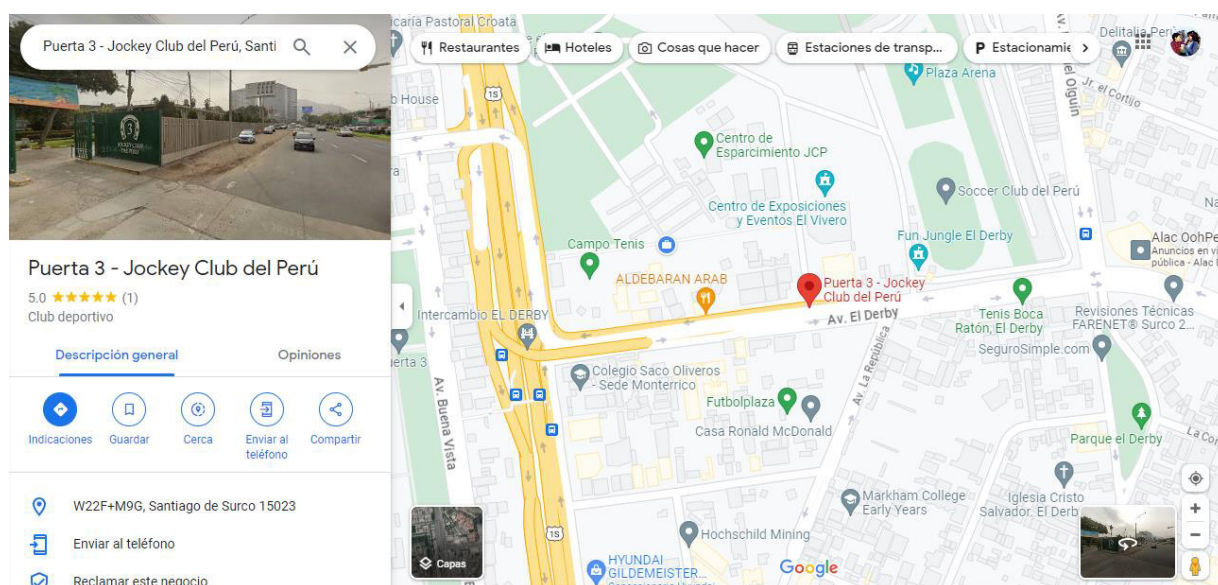
IV. MATERIALES Y MÉTODOS

4.1 Área de estudio

La academia deportiva de Tenis se encuentra ubicada en la Avenida El Derby, Puerta 3 – Urbanización Monterrico, en el Distrito de Santiago de Surco (coordenadas 12°05'53.2" S 76°58'35.5" W), departamento de Lima, país Perú. Cuenta con una población de 383,800 habitantes y es uno de los distritos con mayor cantidad de espacios recreativos para realizar actividades al aire libre. Limita al norte con los distritos de San Juan de Miraflores, al sur con el distrito de Chorrillos, al suroeste con el distrito de Barranco, al oeste con los distritos de Miraflores y Surquillo, y al noroeste con el distrito de Barranco.

Figura 1

Ubicación de la academia deportiva de tenis



4.2 Tipo y diseño de investigación

4.2.1. Tipo

El tipo de investigación que se utilizó en este estudio es de tipo no experimental. De tal manera Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) definen que este tipo de investigación se realiza sin influir en alguna variable estudiada, ya que se presentan situaciones que ya están diseñadas y están por suceder. Siguen la ruta diseñada y en la que se puede observar las variaciones para posteriormente poder ser analizadas. Así mismo Kerlinger y Lee (2002) replican la idea de que la investigación de tipo no experimental, es de nula

manipulación por parte de la variable, el estudio a tratar aparece con sus características ya definidas y sin posibilidad a alguna modificación.

Para Arias y Covinos (2021) dentro de este tipo de investigación los sujetos estudiados son puestos a prueba en su contexto habitual y sin desacomodar el transcurso de la investigación. Por lo tanto, la investigación a tratar ha sido de tipo no experimental, ya que de esta manera permitirá observar el desarrollo del autoconcepto físico en tenistas adolescentes en su camino a su desarrollo integral de cada uno, el estudio será de gran base para posteriores investigaciones.

4.2.2. Diseño

Según Arias y Covinos (2021), el diseño de una investigación es la imagen que refleja el camino que quiere tomar el investigador en el transcurso de su investigación, para que de esa manera haya un control y seguimiento más específico en la variable estudiada. El diseño de investigación que se utilizó es de carácter transversal descriptivo. Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) mencionan que este diseño de investigación demanda indagar y/o investigar el estado de una o más variables de una población determinada, no solo de un grupo sino de muchos y al mismo tiempo.

4.3 Población y muestra

4.3.1. Población

De manera general, para Ñaupas et al. (2018) la población llega a ser determinada por el todo de una parte de un estudio en proceso, las cuales son descritas para ser objeto de estudio. Estas partes pueden ser cualquier objeto, persona, material, anomalía, hecho, toda cosa que posibilite una investigación y se pueda sacar provecho para obtener buenos resultados. Por otro lado Mejía (2005) nos dice que la población es la totalidad de sujetos u objetos que tienen similitudes en sus descripciones más comunes pero que en general comprende un total y ese valor lo impone el investigador según los criterios y/o observaciones que considere pertinentes para un desarrollo óptimo de la investigación.

Así mismo Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) nos indica que la población es el conjunto de todos los eventos que tienen una concordancia con las diferentes especificaciones que hay durante la investigación a realizar, por ende si la investigación desea tener éxito, la población debe ubicarse de manera estratégica y coordinada

dependiendo las características del contenido, lugar y tiempo y como también la accesibilidad que se pueda tener, no sirve de nada plantear un estudio si no hay la posibilidad de tener acceso a los lugares de interés para el desarrollo del estudio. De acuerdo con este estudio la población a desarrollar estuvo conformada por 150 tenistas adolescentes de una academia deportiva de tenis del distrito de Surco, Lima.

4.3.2. Muestra

En específico para Ñaupas et al. (2018) la muestra se define como una parte de un todo, que cuentan con las descripciones óptimas para ser uso de investigación, en otros casos se llega a decir que la muestra al ser una pequeña parte no puede abarcar el todo de una investigación, que en ese caso sería la población, pero eso se ha desmentido con el pasar de los años y las investigaciones. Además (Ander-Egg, 1995), nos indica y nos resalta que la muestra puede llegar a ser prácticamente una fracción de un todo, una población, un conjunto y también un todo a pesar de ser una parte de algo más general.

De igual manera Arias y Covinos (2021) precisa que no hay una cantidad clara de cuanto porcentaje debe tener una muestra, siempre y cuando los objetivos que se definan estén correctamente planteados, para alcanzar el éxito en el estudio. Siempre y cuando tenga el fin de poderse investigar de acuerdo con las características del estudio a tratar. También Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) nos indica que la muestra es un subgrupo de la población o universo de una investigación, en la cual se recopilaban todos los datos necesarios para generar los resultados deseados. En palabras de Mejía (2005) es un tipo de muestreo que necesita reconocer los sujetos de la muestra que serán utilizados en el estudio, para este tipo de muestreo se necesita que los sujetos tengan las características específicas que el investigador desea para un óptimo desarrollo. Para Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) en el muestreo por conveniencia el investigador utiliza las herramientas de libre accesibilidad para poder reunir la información directamente. De tal manera la muestra del estudio estuvo conformada por 120 tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima. En esta investigación, la muestra fue de tipo no probabilística por conveniencia, por lo cual la muestra estuvo conformada por 120 tenistas adolescentes (56 hombres y 64 mujeres) de edades entre 10 a 18 años (media =15,26 años; desviación estándar = 1,964) de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima (Tabla 2).

Tabla 2

Muestra de estudio

Edad	Frecuencia	Porcentaje
10	1	.8
11	2	1.7
12	10	8,3
13	14	11,7
14	10	8,3
15	25	20,8
16	21	17,5
17	20	16,7
18	17	14.2
Total	120	100.0

4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de información

La recopilación de información es fundamental en el estudio para verificar y validar la confiabilidad del estudio en cuestión. Para esto el investigador se apoya en técnicas y procedimientos que le serán de mucha ayuda en el almacenamiento de la información en medida que vaya avanzando la investigación (Ñaupas et al., 2018). De tal manera Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) nos dice que recolectar los datos significa aplicar uno o varios instrumentos para recoger la información de la variable del estudio que se está trabajando, ya sea en (personas, organizaciones, eventos, grupos, etc.). Los datos que se dan son la base de todo el análisis, sin eso no hay investigación.

Por ende Ñaupas et al. (2018) las técnicas de investigación son normas que se encargan de mantener balanceado el proceso de investigación en todas las etapas del estudio, que va desde el inicio hasta el final. Para ello existen algunas técnicas para la recolección de datos. Bernal (2010) las define de la siguiente manera:

- La encuesta: Es una de las técnicas más usadas en las investigaciones, por su flexibilidad con la recolección de información de grupos numerosos.
- Entrevista: Se establece como la interacción directa con las personas que son la base del estudio, en quienes se va a enfocar la información requerida.

- Observación: Está tomando mayor credibilidad como técnica de recopilación de datos por la facilidad en obtener información más directa y de mucha más confianza, siempre y cuando haya un procedimiento organizado en los pasos a seguir.
- Análisis escritos: Una técnica que permite el uso de material impreso, de fácil elección y entendimiento, muy importante en contrastar y recoger datos.
- Internet: Hoy en día una de las técnicas si no las más usada para obtener información rápido, pero no siempre confiable.

Los instrumentos de investigación son un conjunto de etapas y fases de la investigación que se encargan de facilitar la recolección de los datos y de la confiabilidad de la información (Bernal, 2010). De tal manera el instrumento utilizado en la investigación es el cuestionario, que según Bernal (2010) es un total de preguntas específicas para registrar los datos requeridos en la investigación trabajada, con el objetivo de lograr el objetivo del proyecto de investigación. Por lo tanto en el trabajo de investigación se utilizara el cuestionario de autoconcepto físico (Mamani-Ramos et al., 2023) Este cuestionario busca conocer el criterio de cada uno de los participantes respecto a sus características físicas, sociales y psicológicas. El cuestionario presenta validez (Chi-cuadrado sobre los grados de libertad = 4.38, error de aproximación cuadrático medio = .05, residuo cuadrático medio estandarizado = .92, índice de Tu- ker-Lewis = .91) y confiabilidad (consistencia interna = .86), por lo que se puede usar con confianza.

4.5 Análisis Estadístico

Los datos se procesaron mediante el análisis porcentual en el software estadístico IBM SPSS 26.

4.6 Aspectos éticos

En el estudio se respetó los principios éticos precisados en la Declaración de Helsinki para la investigación con seres humanos (World Medical Association, 2013).

V. RESULTADO Y DISCUSIÓN

5.1. Resultado general de autoconcepto físico de acuerdo con el sexo y a la edad

De acuerdo con los resultados obtenidos del autoconcepto físico en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima, los cuales se detallan de la siguiente manera: el 79.2 % presentó un nivel de autoconcepto físico indiferente, el 15.0 % presentó un nivel de autoconcepto físico adecuado y el 5.8 % presentó un nivel de autoconcepto físico inadecuado (Tabla 3).

Tabla 3

Niveles de autoconcepto físico en general

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Inadecuado	7	5.8
Indiferente	95	79.2
Adecuado	18	15.0
Total	120	100.0

En la Tabla 4 se presentan resultados del autoconcepto físico en general según el sexo en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima, los cuales se detallan de la siguiente manera: por un lado, en hombres, el 75.0 % presentó un nivel de autoconcepto físico indiferente, el 21.4 % presentó un nivel de autoconcepto físico adecuado y el 3.6 % presentó un nivel de autoconcepto físico inadecuado, Por otro, en mujeres, el 82.8 % presentó un nivel de autoconcepto físico indiferente, el 9.4 % presentó un nivel de autoconcepto físico adecuado y el 7.8 % presentó un nivel de autoconcepto físico inadecuado.

Tabla 4

Niveles de autoconcepto físico general según el sexo

Niveles	Hombre		Mujer	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Inadecuado	2	3.6	5	7.8
Indiferente	42	75.0	53	82.8
Adecuado	12	21.4	6	9.4
Total	56	100.0	64	100.0

En la Tabla 5 se presentan los resultados obtenidos del autoconcepto físico general según la edad en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima, los cuales se detallan de la siguiente manera: primero, 10 años, el 100.0 % presento un nivel de autoconcepto físico indiferente. Por otro lado, en 11 años, el 50.0 % presento un nivel de autoconcepto físico adecuado y el otro 50.0 % presento un nivel de autoconcepto físico indiferente. En los de, 12 años, el 50.0 % presento un nivel de autoconcepto físico adecuado y el otro 50.0 % presento un nivel de autoconcepto físico indiferente. Los de, 13 años, el 50.0 % presento un nivel de autoconcepto físico indiferente, el 42.9 % presento un nivel de autoconcepto físico adecuado y el 7.1 % presento un nivel de autoconcepto físico inadecuado. En los de, 14 años, el 80.0 % presento un nivel de autoconcepto físico indiferente y el 20.0 % presento un nivel de autoconcepto físico adecuado. En, 15 años, el 84.0 % presento un nivel de autoconcepto físico indiferente, el 12.0 % presento un nivel de autoconcepto físico adecuado y el 4.0 % presento un nivel de autoconcepto físico inadecuado. En los de, 16 años, el 95.0 % presento un nivel de autoconcepto físico indiferente y el 5.0 % presento un nivel de autoconcepto físico inadecuado. Los de, 17 años, 95.0 % presento un nivel de autoconcepto físico indiferente y el 5.0 % presento un nivel de autoconcepto físico inadecuado. Por ultimo los de, 18 años, el 82.4 % presento un nivel de autoconcepto físico indiferente, el 11.8 % presento un nivel de autoconcepto físico inadecuado y el 5.9 % presento un nivel de autoconcepto físico adecuado.

Tabla 5

Niveles de autoconcepto físico general según la edad

Niveles	10		11		12		13		14		15		16		17		18	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Ina	0	0	0	0	0	0	1	7,1	0	0	1	4,0	2	9,5	1	5,0	2	11,8
Ind	1	100,0	1	50,0	5	50,0	7	50,0	8	80,0	21	84,0	19	90,5	19	95,0	14	82,4
Ad	0	0	1	50,0	5	50,0	6	42,9	2	20,0	3	12,0	0	0	0	0	1	5,9
Total	1	100.0	2	100.0	10	100.0	14	100.0	10	100.0	25	100.0	21	100.0	20	100.0	17	100.0

Abreviaturas: Ina = Inadecuado; Ind = Indiferente; Ad = Adecuado; F = Frecuencia; % = Porcentaje.

5.2 Resultados por indicadores del autoconcepto físico

5.2.1 Resultados de competencia deportiva en general

De acuerdo con los resultados obtenidos del nivel de competencia deportiva en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima, los cuales se detallan de la siguiente manera: el 52.5 % presentó un nivel de competencia deportiva muy adecuado, el 36.7 % presentó un nivel de competencia deportiva adecuado, el 9.2 % presentó un nivel de competencia deportiva indiferente y el 1.7 % presentó un nivel de competencia deportiva inadecuado (Tabla 6).

Tabla 6

Niveles de competencia deportiva en general

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Inadecuado	2	1.7
Indiferente	11	9.2
Adecuado	44	36.7
Muy adecuado	63	52.5
Total	120	100.0

En la Tabla 7 se presentan resultados del nivel competencia deportiva en general según el sexo en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima, los cuales se detallan de la siguiente manera: por un lado, en hombres, el 57.1 % presentó un nivel de competencia deportiva muy adecuado, el 30.4 % presentó un nivel de competencia deportiva adecuado, el 10,7 % presentó un nivel de competencia deportiva indiferente y el 1.8 % presentó un nivel de competencia deportiva inadecuado. Por otro, en mujeres, el 48.4 % presentó un nivel de competencia deportiva muy adecuado, el 42.2 % presentó un nivel de competencia deportiva adecuado, el 7.8 % presentó un nivel de competencia deportiva indiferente y el 1.6 % presentó un nivel de competencia deportiva inadecuado.

Tabla 7

Niveles de competencia deportiva general según el sexo

Niveles	Hombre		Mujer	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Inadecuado	1	1.8	1	1.6
Indiferente	6	10.7	5	7.8
Adecuado	17	30.4	27	42.2
Muy adecuado	32	57.1	31	48.4
Total	56	100.0	64	100.0

En la Tabla 8 se presentan los resultados obtenidos del nivel de competencia deportiva en general según la edad en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima, los cuales se detallan de la siguiente manera: primero, 10 años, el 100.0 % presento un nivel de competencia deportiva indiferente. Por otro lado, en 11 años, el 50.0 % presento un nivel de competencia deportiva adecuado y el otro 50.0 % presento un nivel de competencia deportiva inadecuado. En los de, 12 años, el 50.0 % presento un nivel de competencia deportiva muy adecuado y el otro 50.0 % presento un nivel de competencia deportiva adecuado. Los de, 13 años, el 35.7 % presento un nivel de competencia deportiva adecuado, el 35.7 % presento un nivel de competencia deportiva indiferente, el 21.4 % presento un nivel de competencia deportiva muy adecuado y el 7.1 % presento un nivel de competencia deportiva inadecuado. En los de, 14 años, el 40.0 % presento un nivel de competencia deportiva adecuado, el 40.0 % presento un nivel de competencia deportiva indiferente y el 20.0 % presento un nivel de competencia deportiva muy adecuado. En, 15 años, el 56.0 % presento un nivel de competencia deportiva adecuado, el 40.0 % presento un nivel de competencia deportiva muy adecuado y el 4.0 % presento un nivel de competencia deportiva inadecuado. En los de, 16 años, el 52.4 % presento un nivel de competencia deportiva muy adecuado y el 47.6 % presento un nivel de competencia deportiva adecuado. Los de, 17 años, 85.0 % presento un nivel de competencia deportiva muy adecuado, el 10.0 % presento un nivel de competencia deportiva adecuado y el 5.0 % presento un nivel de competencia deportiva indiferente. Por ultimo los de, 18 años, el 88.2 % presento un nivel de competencia deportiva muy adecuado y el 11.8 % presento un nivel de competencia deportiva adecuado.

Tabla 8

Niveles de competencia deportiva general según la edad

Niveles	10		11		12		13		14		15		16		17		18	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Ina	0	0	1	50.0	0	0	1	7,1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ind	0	0	0	0	0	0	5	35.7	4	40,0	1	4,0	0	0	1	5,0	0	0
Ad	1	100.0	1	50.0	5	50.0	5	35.7	4	40.0	14	56.0	10	47.6	2	10.0	2	11.8
Mad	0	0	0	0	5	50.0	3	21.4	2	20.0	10	40.0	11	52.4	17	85.0	15	88.2
Total	1	100.0	2	100.0	10	100.0	14	100.0	10	100.0	25	100.0	21	100.0	20	100.0	17	100.0

Abreviaturas: Ina = Inadecuado; Ind = Indiferente; Ad = Adecuado; Mad = Muy adecuado; F = Frecuencia; % = Porcentaje.

5.2.2 Resultado de la condición física en general

De acuerdo con los resultados obtenidos del nivel de condición física en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima, los cuales se detallan de la siguiente manera: el 50.0 % presentó un nivel de condición física muy adecuado, el 40.8 % presentó un nivel de condición física adecuado, el 8.3 % presentó un nivel de condición física indiferente y el .8 % presentó un nivel de condición física inadecuado (Tabla 9).

Tabla 9

Niveles de condición física en general

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Inadecuado	1	.8
Indiferente	10	8.3
Adecuado	49	40.8
Muy adecuado	60	50.0
Total	120	100.0

En la Tabla 10 se presentan resultados del nivel de condición física en general según el sexo en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima, los cuales se detallan de la siguiente manera: por un lado, en hombres, el 55.4 % presentó un nivel de condición física muy adecuado, el 33,9 % presentó un nivel de condición física adecuado y el 10,7 % presentó un nivel de condición física indiferente. Por otro, en mujeres, el 46.9 % presentó un nivel de condición física adecuado, el 45.3 % presentó un nivel de condición física muy adecuado, el 6.3 % presentó un nivel de condición física indiferente y el 1.6 % presentó un nivel de condición física inadecuado.

Tabla 10

Niveles de condición física en general según el sexo

Niveles	Hombre		Mujer	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Inadecuado	0	.0	1	1.6
Indiferente	6	10.7	4	6.3
Adecuado	19	33.9	30	46.9
Muy adecuado	31	55.4	29	45.3
Total	56	100.0	64	100.0

En la Tabla 11 se presentan los resultados obtenidos del nivel de condición física en general según la edad en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima, los cuales se detallan de la siguiente manera: primero, 10 años, el 100.0 % presento un nivel de condición física adecuado. Por otro lado, en 11 años, el 50.0 % presento un nivel de condición física adecuado y el otro 50.0 % presento un nivel de condición física inadecuado. En los de, 12 años, el 40.0 % presento un nivel de condición física muy adecuado, el 40.0 % presento un nivel de condición física adecuado y el 20.0 % presento una condición física indiferente. Los de, 13 años, el 50.0 % presento un nivel de condición física indiferente, el 42.9 % presento un nivel de condición física adecuado, el 21.4 % y el 7.1 % presento un nivel de condición física muy adecuado. En los de, 14 años, el 40.0 % presento un nivel de condición física adecuado, el 40.0 % presento un nivel de condición física indiferente y el 20.0 % presento un nivel de condición física muy adecuado. En, 15 años, el 56.0 % presento un nivel de condición física adecuado, el 40.0 % presento un nivel de condición física muy adecuado y el 4.0 % presento un nivel de condición física inadecuado. En los de, 16 años, el 52.4 % presento un nivel de condición física muy adecuado y el 47.6 % presento un nivel de condición física adecuado. Los de, 17 años, 85.0 % presento un nivel de condición física muy adecuado, el 10.0 % presento un nivel de condición física adecuado y el 5.0 % presento un nivel de condición física indiferente. Por ultimo los de, 18 años, el 88.2 % presento un nivel de condición física muy adecuado y el 11.8 % presento un nivel de condición física adecuado.

Tabla 11

Niveles de condición física en general según la edad

Niveles	10		11		12		13		14		15		16		17		18	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Ina	0	0	1	50.0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ind	0	0	0	0	2	20.0	7	50.0	0	0	1	4.0	0	0	0	0	0	0
Ad	1	100.0	1	50.0	4	40.0	6	42.9	6	60.0	13	52.0	11	25.4	6	30.0	1	5.9
Mad	0	0	0	0	4	40.0	1	7.1	4	40.0	11	44.0	10	47.6	14	70.0	16	94.1
Total	1	100.0	2	100.0	10	100.0	14	100.0	10	100.0	25	100.0	21	100.0	20	100.0	17	100.0

Abreviatura: Ina = Inadecuado; Ind = Indiferente; Ad = Adecuado; Mad = Muy adecuado F = Frecuencia; % = Porcentaje.

5.2.3 Resultado de fuerza física en general

De acuerdo con los resultados obtenidos del nivel de fuerza física en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima, los cuales se detallan de la siguiente manera: el 45.0 % presentó un nivel de fuerza física muy inadecuado, el 37.5 % presentó un nivel de fuerza física inadecuado, el 9.2 % presentó un nivel de fuerza física indiferente, el 5.0 % presentó un nivel de fuerza física muy adecuado y el 3.3 % presentó un nivel de fuerza física adecuado (Tabla 12).

Tabla 12

Niveles de fuerza física en general

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Muy inadecuado	54	45.0
Inadecuado	45	37.5
Indiferente	11	9.2
Adecuado	4	3.3
Muy adecuado	6	5.0
Total	120	100.0

En la Tabla 13 se presentan resultados del nivel de fuerza física en general según el sexo en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima, los cuales se detallan de la siguiente manera: por un lado, en hombres, el 39.3 % presentó un nivel de fuerza física inadecuado, el 37.5 % presentó un nivel de fuerza física muy inadecuado, el 10,7 % presentó un nivel de fuerza física indiferente, el 7.1 % presentó un nivel de fuerza física adecuado y el 5.4 % presentó un nivel de fuerza física muy adecuado. Por otro, en mujeres, el 51.6 % presentó un nivel de fuerza física muy inadecuado, el 35.9 % presentó un nivel de fuerza física inadecuado, el 7.8 % presentó un nivel de fuerza física indiferente y el 4.7 % presentó un nivel de fuerza física muy adecuado.

Tabla 13

Niveles de fuerza física en general según el sexo

Niveles	Hombre		Mujer	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Muy inadecuado	21	37.5	33	51.6
Inadecuado	22	39.3	23	35.9
Indiferente	6	10.7	4	7.8
Adecuado	4	7.1	0	0
Muy adecuado	3	5.4	3	4.7
Total	56	100.0	64	100.0

En la Tabla 14 se presentan los resultados obtenidos del nivel de fuerza física en general según la edad en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima, los cuales se detallan de la siguiente manera: primero, 10 años, el 100.0 % presento un nivel de fuerza física adecuado. Por otro lado, en 11 años, el 50.0 % presento un nivel de fuerza física muy adecuado y el otro 50.0 % presento un nivel de fuerza física inadecuado. En los de, 12 años, el 50.0 % presento un nivel de fuerza física inadecuado, el 20.0 % presento un nivel de fuerza física muy inadecuado, el 20.0 % presento una fuerza física muy adecuado y el 10.0 % presento un nivel de fuerza física indiferente. Los de, 13 años, el 42.9 % presento un nivel de fuerza física indiferente, el 28.6 % presento un nivel de fuerza física muy inadecuado, el 14.6 % presento un nivel de fuerza física inadecuado, el 7.1 % presento un nivel de fuerza física muy adecuado y el 7.1 % presento un nivel de fuerza física adecuado. En los de, 14 años, el 40.0 % presento un nivel de fuerza física inadecuado, el 20.0 % presento un nivel de fuerza física adecuado, el 20.0 % presento un nivel de fuerza física indiferente, el 10.0 % presento un nivel de fuerza física muy adecuado y el 10.0 % presento un nivel de fuerza física muy inadecuado. En, 15 años, el 44.0 % presento un nivel de fuerza física inadecuado, el 40.0 % presento un nivel de fuerza física muy inadecuado, el 8.0 % presento un nivel de fuerza física indiferente, el 4.0 presento un nivel de fuerza física muy adecuado y el 4.0 presento un nivel de fuerza física adecuado. En los de, 16 años,

el 61.9 % presento un nivel de fuerza física inadecuado y el 38.1 % presento un nivel de fuerza física muy inadecuado. Los de, 17 años, 70.0 % presento un nivel de fuerza

física muy inadecuado y el 30.0 % presento un nivel de fuerza física inadecuado. Por ultimo los de, 18 años, el 88.2 % presento un nivel de fuerza física muy inadecuado y el 11.8 % presento un nivel de fuerza física inadecuado.

Tabla 14

Niveles de fuerza física en general según la edad

Niveles	10		11		12		13		14		15		16		17		18	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Mid	0	0	0	0	2	20.0	4	28.6	1	10.0	10	40.0	8	38.1	14	70.0	15	88.2
Ina	1	100.0	1	50.0	5	50.0	2	14.6	4	40.0	11	44.0	13	61.9	6	30.0	2	11.8
Ind	0	0	0	0	1	10.0	6	42.9	2	20.0	2	8.0	0	0	0	0	0	0
Ad	0	0	0	0	0	0	1	7.1	2	20.0	1	4.0	0	0	0	0	0	0
Mad	0	0	1	50.0	2	20.0	1	7.1	1	10.0	1	4.0	0	0	0	0	0	0
Total	1	100.0	2	100.0	10	100.0	14	100.0	10	100.0	25	100.0	21	100.0	20	100.0	17	100.0

Abreviatura: Mid = Muy inadecuado; Ina = Inadecuado; Ind = Indiferente; Ad = Adecuado; Mad = Muy adecuado; F = Frecuencia; % = Porcentaje.

5.2.4 Resultado de apariencia física en general

De acuerdo con los resultados obtenidos del nivel de apariencia física en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima, los cuales se detallan de la siguiente manera: el 47.5 % presentó un nivel de apariencia física muy inadecuado, el 32.5 % presentó un nivel de apariencia física inadecuado, el 9.2 % presentó un nivel de apariencia física indiferente, el 7.5 % presento un nivel de apariencia física adecuado y el 3.3 presento un nivel de apariencia física muy adecuado (Tabla 15).

Tabla 15

Niveles de apariencia física en general

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Muy inadecuado	57	47.5
Inadecuado	39	32.5
Indiferente	11	9.2
Adecuado	9	7.5
Muy adecuado	4	3.3
Total	120	100.0

En la Tabla 16 se presentan resultados del nivel de apariencia física en general según el sexo en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima, los cuales se detallan de la siguiente manera: por un lado, en hombres, el 42.9 % presentó un nivel de apariencia física muy inadecuado, el 34.4 % presentó un nivel de apariencia física inadecuado, el 6.3 % presentó un nivel de apariencia física indiferente, el 4.7 % presento un nivel de apariencia física adecuado y el 3.6 % presento un nivel de apariencia física muy adecuado. Por otro, en mujeres, el 51.6 % presentó un nivel de apariencia física muy inadecuado, el 35.9 % presentó un nivel de apariencia física muy inadecuado, el 34.4 % presentó un nivel de apariencia física inadecuado, el 6.3 % presento un nivel de apariencia física indiferente, el 4.7 % presento un nivel de apariencia física adecuado y el 3.1 % presento un nivel de apariencia física muy adecuado.

Tabla 16

Niveles de apariencia física en general según el sexo

Niveles	Hombre		Mujer	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Muy inadecuado	24	42.9	33	51.6
Inadecuado	17	30.4	22	34.4
Indiferente	7	12.5	4	6.3
Adecuado	6	10.7	3	4.7
Muy adecuado	2	3.6	2	3.1
Total	56	100.0	64	100.0

En la Tabla 17 se presentan los resultados obtenidos del nivel de apariencia física en general según la edad en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima, los cuales se detallan de la siguiente manera: primero, 10 años, el 100.0 % presento un nivel de apariencia física inadecuado. Por otro lado, en 11 años, el 50.0 % presento un nivel de apariencia física muy adecuado y el otro 50.0 % presento un nivel de apariencia física indiferente. En los de, 12 años, el 30.0 % presento un nivel de apariencia física adecuado, el 20.0 % presento un nivel de apariencia física inadecuado, el 10.0 % presento una de apariencia física muy adecuado y el 10.0 % presento un nivel de fuerza física indiferente. Los de, 13 años, el 35.7 % presento un nivel de apariencia física indiferente, el 21.4 % presento un nivel de apariencia física adecuado, el 14.3 % presento un nivel de fuerza física muy inadecuado, el 7.1 % presento un nivel de apariencia física muy adecuado. En los de, 14 años, el 50.0 % presento un nivel de apariencia física inadecuado, el 10.0 % presento un nivel de apariencia física muy adecuado y el 10.0 % presento un nivel de apariencia física muy inadecuado. En, 15 años, el 48.0 % presento un nivel de apariencia física inadecuado, el 44.0 % presento un nivel de apariencia física muy inadecuado y el 8.0 % presento un nivel de apariencia física indiferente. En los de, 16 años, el 52.4 % presento un nivel de apariencia física

inadecuado y el 42.9 % presento un nivel de apariencia física muy inadecuado y el 4.8 % presento un nivel de apariencia física indiferente. Los de, 17 años, 82.4 % presento un nivel de apariencia física muy inadecuado y el 15.0 % presento un nivel de apariencia física inadecuado. Por ultimo los de, 18 años, el 82.4 % presento un nivel de apariencia física muy inadecuado, el 11.8 % presento un nivel de apariencia física inadecuado y el 5.9 % presento un nivel de apariencia física indiferente.

Tabla 17

Niveles de apariencia física en general según la edad

Niveles	10		11		12		13		14		15		16		17		18	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Mid	0	0	0	0	3	30.0	2	14.3	1	10.0	11	44.0	9	42.9	17	85.0	14	82.4
Ina	1	100.0	0	0	2	20.0	3	21.4	5	50.0	12	48.0	11	52.4	3	15.0	2	11.8
Ind	0	0	1	50.0	1	10.0	5	35.7	0	0	2	8.0	1	4.8	0	0	1	5.9
Ad	0	0	1	50.0	3	30.0	3	21.4	3	30.0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mad	0	0	1	50.0	1	10.0	1	71.1	1	10.0	0	0	0	0	0	0	0	0
Total	1	100.0	2	100.0	10	100.0	14	100.0	10	100.0	25	100.0	21	100.0	20	100.0	17	100.0

Abreviatura: Mid = Muy inadecuado; Ina = Inadecuado; Ind = Indiferente; Ad = Adecuado; Mad = Muy adecuado; F = Frecuencia; % = Porcentaje

5.2.5 Resultado de confianza en sí mismo en general

De acuerdo con los resultados obtenidos del nivel de confianza en sí mismo en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima, los cuales se detallan de la siguiente manera: el 47.5 % presentó un nivel de confianza en sí mismo muy inadecuado, el 32.5 % presentó un nivel de confianza en sí mismo inadecuado, el 9.2 % presentó un nivel de confianza en sí mismo indiferente, el 7.5 % presento un nivel de confianza en sí mismo adecuado y el 3.3 presento un nivel de confianza en sí mismo muy adecuado (Tabla 18).

Tabla 18

Niveles de confianza en sí mismo en general

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Muy inadecuado	60	50.0
Inadecuado	37	30.8
Indiferente	7	5.8
Adecuado	13	10.8
Muy adecuado	3	2.5
Total	120	100.0

En la Tabla 19 se presentan resultados del nivel de confianza en si mismo en general según el sexo en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima, los cuales se detallan de la siguiente manera: por un lado, en hombres, el 44.6 % presentó un nivel de confianza en sí mismo muy inadecuado, el 32.1 % presentó un nivel de confianza en sí mismo inadecuado, el 16.1 % presentó un nivel confianza en si mismo adecuado, el 3.6 % presento un nivel de confianza en sí mismo muy adecuado y el 3.6 % presento un nivel de confianza en sí mismo indiferente. Por otro, en mujeres, el 54.7 % presentó un nivel de confianza en sí mismo muy inadecuado, el 29.7 % presentó un nivel de confianza en sí mismo inadecuado, el 7.8 % presentó un nivel de confianza en sí mismo indiferente, el 6.3 % presento un nivel de confianza en si mismo adecuado y el 1.6 % presento un nivel de confianza en sí mismo muy adecuado.

Tabla 19

Niveles de confianza en sí mismo en general según el sexo

Niveles	Hombre		Mujer	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Muy inadecuado	25	44.6	35	54.7
Inadecuado	18	32.1	19	29.7
Indiferente	2	3.6	5	7.8
Adecuado	9	16.1	4	6.3
Muy adecuado	2	3.6	1	1.6
Total	56	100.0	64	100.0

En la Tabla 20 se presentan los resultados obtenidos del nivel de confianza en sí mismo en general según la edad en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima, los cuales se detallan de la siguiente manera: primero, 10 años, el 100.0 % presento un nivel de confianza en sí mismo inadecuado. Por otro lado, en 11 años, el 50.0 % presento un nivel de confianza en sí mismo muy adecuado y el otro 50.0 % presento un nivel de confianza en sí mismo indiferente. En los de, 12 años, el 40.0 % presento un nivel de confianza en sí mismo adecuado, el 30.0 % presento un nivel de confianza en sí mismo muy inadecuado y el 30.0 % presento una de confianza en si mismo inadecuado. Los de, 13 años, el 28.6 % presento un nivel de confianza en si mismo adecuado, el 21.4 % presento un nivel de confianza en si mismo muy inadecuado, el 21.4 % presento un nivel de confianza en sí mismo inadecuado, el 21.4 % presento un nivel de confianza en sí mismo indiferente y el 7.1 % presento un nivel de confianza en sí mismo muy adecuado. En los de, 14 años, el 20.0 % presento un nivel de confianza en sí mismo adecuado, el 20.0 % presento un nivel de confianza en sí mismo indiferente y el 20.0 % presento un nivel de confianza en sí mismo muy inadecuado. En, 15 años, el 56.0 % presento un nivel de confianza en sí mismo muy inadecuado, el 32.0 % presento un nivel de confianza en sí mismo inadecuado, el 8.0 % presento un nivel de confianza en sí mismo adecuado y el 4.0 % presento un nivel de confianza en sí mismo muy adecuado. En los de, 16 años, el 47.6 % presento un nivel

de confianza en sí mismo muy inadecuado y el 47.6 % presento un nivel de confianza en sí mismo inadecuado y el 4.8 % presento un nivel de confianza en sí mismo indiferente. Los de, 17 años, 70.0 % presento un nivel de confianza en sí mismo muy inadecuado y el 30.0 % presento un nivel de confianza en sí mismo inadecuado. Por ultimo los de, 18 años, el 82.4 % presento un nivel de confianza en sí mismo muy inadecuado, el 11.8 % presento un nivel de confianza en sí mismo inadecuado y el 5.9 % presento un nivel de confianza en sí mismo adecuado.

Tabla 20

Niveles de confianza en sí mismo en general según la edad

Niveles	10		11		12		13		14		15		16		17		18	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Mid	0	0	0	0	3	30.0	3	21.4	2	20.0	14	56.0	10	47.6	14	70.0	14	82.4
Ina	1	100.0	0	0	3	30.0	3	21.4	4	40.0	8	32.0	10	47.6	6	30.0	2	11.8
Ind	0	0	1	50.0	0	0	3	21.4	2	20.0	0	0	1	4.8	0	0	0	0
Ad	0	0	0	0	4	40.0	4	28.6	2	20.0	2	8.0	0	0	0	0	1	5.9
Mad	0	0	1	50.0	0	0	1	7.1	0	0	1	4.0	0	0	0	0	0	0
Total	1	100.0	2	100.0	10	100.0	14	100.0	10	100.0	25	100.0	21	100.0	20	100.0	17	100.0

Abreviatura: Mid = Muy inadecuado; Ina = Inadecuado; Ind = Indiferente; Ad = Adecuado; Mad = Muy adecuado; F = Frecuencia; % = Porcentaje

5.3. Discusión de resultados

La investigación tuvo como propósito identificar el autoconcepto físico en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima. A continuación, pasaremos a analizar los resultados adquiridos usando como referencia algunas fuentes y antecedentes relacionados con la variable de estudio.

En primer lugar, los resultados alcanzados en el autoconcepto físico evidencian un nivel indiferente, lo que confirma que los participantes del estudio presentan una percepción próxima a mejorar en su desarrollo integral en base a la práctica deportiva, de tal manera se lograra potenciar sus aspectos físicos, además de los psicológicos y sociales para competir al máximo nivel en las diferentes competencias deportivas y lograr el mayor éxito posible (Mamani-Ramos et al., 2023). Así mismo, los resultados de la investigación son similares a los hallazgos encontrados por Caycho y Cosi (2022) en Lima Norte, Perú, quien concluyo que los participantes de su estudio presentaron un autoconcepto físico indiferente.

En segundo lugar, los resultados que se lograron en el autoconcepto físico según sexo muestran un nivel indiferente de los participantes tanto en los hombres como en las mujeres. De tal manera existen diferencias entre los hombres y las mujeres que han sido objeto de este estudio, en base a los aspectos físicos que han desarrollado en el transcurso de su crecimiento personal durante la adolescencia y lo importante que es a esa edad la construcción de un óptimo autoconcepto físico, de esa manera Cadena-Duarte y Cardozo (2021) nos indican que la práctica deportiva a niveles competitivos en los adolescentes ya sea hombre o mujer funcionan como un punto de impacto para potenciar a cada uno de ellos.

En tercer lugar, los resultados adquiridos en el autoconcepto físico según la edad de los participantes corresponden a un nivel indiferente, a excepción de los participantes de 11 y 12 años, quienes presentaron un autoconcepto físico con un nivel adecuado. Así mismo, se evidencia una gran tendencia del autoconcepto físico entre los participantes de 10 años y de 13 a 18 años que muestran un nivel indiferente de autoconcepto físico. Por otro lado, no se encontraron resultados en el autoconcepto físico según la edad de los participantes del estudio.

CONCLUSIONES

Primera. – Los tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima, evidencian en general un nivel indiferente de autoconcepto físico. Por otro lado, según el sexo se mantuvo el nivel esperado y de acuerdo con la edad se observa una mayor incidencia en el nivel indiferente de autoconcepto físico, excepto en los de 11 y 12 años. Lo que significa, que existe un desbalance entre lo físico y lo mental.

Segunda. – Los adolescentes participantes del estudio muestran un nivel muy adecuado de competencia deportiva. Por otro lado, según el sexo no hay diferencias y se mantiene el nivel actual y de acuerdo con la edad, se muestra un equilibrio entre un nivel adecuado y muy adecuado en todas las edades, excepto en los de 11 años. Por lo tanto, se demuestra que los adolescentes participantes del estudio, en su mayoría cuentan con las cualidades de un deportista de alto rendimiento.

Tercera. – Los tenistas adolescentes participantes del estudio muestran un nivel muy adecuado de condición física. Según el sexo no hay diferencias y se mantiene el nivel actual y de acuerdo con la edad, determina que se hay un equilibrio entre un nivel adecuado y muy adecuado en todas las edades, excepto en los de 11 años. De tal manera, se determina que los participantes del estudio muestran un balance muy optimo en el aspecto físico.

Cuarta. – En los adolescentes participantes del estudio, se muestra un nivel muy inadecuado en fuerza física. Según el sexo se mantiene la tendencia actual en los hombres hay un nivel inadecuado mientras que en las mujeres la tendencia asciende a un nivel muy inadecuado y de acuerdo con la edad, se muestra una mayor incidencia en el nivel inadecuado y muy inadecuado de fuerza física, excepto en los de 11 años. De tal manera esta situación perjudica al fortalecimiento físico de los deportistas adolescentes, que no cuentan con los ambientes óptimos para la práctica deportiva.

Quinta. – Los tenistas adolescentes participantes del estudio muestran un nivel muy inadecuado de apariencia física. Según el sexo se mantiene en ese nivel actual y de acuerdo con la edad, se muestra un mayor porcentaje en el nivel inadecuado y muy inadecuado de apariencia física, excepto en los de 11 y 13 años. Por ende, la falta de autoestima y la confianza en sus capacidades perjudican el desarrollo integral del adolescente.

Sexta. – Los adolescentes participantes del estudio muestran un nivel muy inadecuado de confianza en sí mismo. Según el sexo se mantiene en el nivel actual y de acuerdo con la edad, se muestra una mayor incidencia en el nivel inadecuado y muy inadecuado de confianza en sí mismo, a excepción de los de 11, 12 y 13 años. Por lo tanto, la falta de concentración, ansiedad y la seguridad en sí mismo, son factores que les pueden jugar en contra durante toda la etapa adolescente.

RECOMENDACIONES

Primera. – Se recomienda las Instituciones públicas y privadas que el desarrollo del deporte a nivel competitivo en adolescentes sea mejor estructurada con ambientes óptimos para la práctica deportiva en tempranas edades.

Segunda. – Se aconseja que, a las academias y clubes deportivos, la competencia en el deporte entre los adolescentes sea permanente para que se puedan desenvolver en cualquier ámbito de la sociedad, estimulando los aspectos sociales y psicológicos en tempranas edades.

Tercera. – Se recomienda que en las academias y clubes deportivos los materiales de entrenamiento se encuentren en muy buen estado para el uso de los adolescentes y supervisado por profesionales para el óptimo desarrollo físico de los adolescentes.

Cuarta. – Se sugiere que, en las Instituciones Educativas durante la práctica de actividad física, el desarrollo de cada uno de los adolescentes sea guiado por profesionales competentes para un buen potenciamiento de los adolescentes durante su proceso de desarrollo físico, mental y social.

Quinta. - Se recomienda que en las Instituciones Educativas, academias y clubes deportivos la presencia de un psicólogo deportivo es de vital importancia para el acompañamiento y seguimiento en los adolescentes durante su etapa formativa en el deporte.

Sexta. - Se recomienda que la involucración del entrenador en los adolescentes es sumamente importante por la cercanía con el adolescente deportista y factor extra de motivación que puede ser fundamental para sus logros deportivos.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

- Acuña, Angel. (2022). La competencia deportiva en pueblos amerindios: casos heterodoxos para entender otras lógicas de actuación. *Retos*, 43(2015), 463–476. <https://doi.org/10.47197/RETOS.V43I0.89221>
- Cadena-Duarte, L. L., & Cardozo, L. A. (2021). Percepción del autoconcepto físico en estudiantes universitarios en tiempos de confinamiento por COVID-19. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 21(3), 48–61. <https://doi.org/10.6018/cpd.443591>
- Carruitero, O., & Tuesta, N. (2019). *Autoconcepto físico y motivación en estudiantes de nivel secundaria de la I.E. N° 80047 “Ramiro Aurelio Nique Espiritu”-Moche, Trujillo - 2014* [Tesis de licenciatura, Universidad San Pedro]. <http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/USANPEDRO/13969>
- Caycho, J., & Cosi, A. (2022). *Autoconcepto físico e indicadores de riesgo y desajuste psicológico de la conducta alimentaria en adolescentes de Lima Norte* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica]. <https://repositorio.ucss.edu.pe/handle/20.500.14095/1708>
- Fernández, M., Feu, S., & Suárez, M. (2020). Autoconcepto físico en función de variables sociodemográficas y su relación con la actividad física. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 15(44), 189–199. <https://doi.org/10.12800/ccd.v15i44.1461>
- Grao-Cruces, A., Fernández-Martínez, A., & Nuviala, A. (2017). Asociación entre condición física y autoconcepto físico en estudiantes españoles de 12-16 años. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 49(2), 128–136. <https://doi.org/10.1016/j.rlp.2016.09.002>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. In *McGRAW-HILL Interamericana Editores S.A. de C.V. McGRAW-HILL*. <http://repositorio.uasb.edu.bo:8080/bitstream/54000/1292/1/Hernández-Metodología de la investigación.pdf>
- Huaroc, D., & Quispe, M. (2019). Autoconcepto físico y práctica físico-deportiva en alumnos del Centro Educativo “Mariscal Castilla”, Huancayo, 2018 [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Los Andes]. In *Universidad Peruana Los Andes*. <https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/1423>
- Lizárraga, D. A. (2017). *Autoconcepto físico e insatisfacción con la imagen corporal en adolescentes de una institución educativa estatal del centro poblado Alto*

- Trujillo* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego].
<https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/3168>
- Mamani-Ramos, A., Damian-Nuñez, E., Paucar-Pancca, A., Fiestas-Flores, R., Quisocala-Ramos, J., Mamani-Cari, Y., Montoya-Castillo, P., Quispe-Cruz, H., Fuentes-Lopez, J., & Escarza-Maica, H. (2023). Propiedades psicométricas del cuestionario de autoconcepto físico en adolescentes peruanos. *Retos*, 47, 1015–1021. <https://doi.org/10.47197/retos.v47.95759>
- Mamani-Ramos, A., Damian-Nuñez, E., Torres-Cruz, F., Fiestas-Flores, R., Quisocala-Ramos, J., Mamani-Cari, Y., Ticona-Flores, G., Lava-Galvez, J., & Escarza-Maica, H. (2023). Las actitudes y el autoconcepto físico como condicionantes de la práctica de actividad física. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 23(2), 240–250. <https://doi.org/https://doi.org/10.6018/cpd>
- Monsalve-Jaramillo, E., Cobo-Mejía, E., Botello-Garnica, J., & Botello-Garnica, J. (2022). Correlación entre IMC con el autoconcepto físico y apreciación corporal en personas mayores. *Salud Uninorte*, 38(01), 51–67. <https://doi.org/10.14482/sun.38.1.618.974>
- Palomino-Devia, C., Reyes-Oyola, F., & Sánchez-Oliver, A. (2018). Niveles de actividad física, calidad de vida relacionada con la salud, autoconcepto físico e índice de masa corporal: un estudio en escolares colombianos. *Biomédica*, 38(2), 224–231. <https://doi.org/10.7705/biomedica.v38i0.3964>
- Pérez-Mármol, M., Chacón-Cuberos, R., & Castro-Sánchez, M. (2023). Autoconcepto físico en educación secundaria: Relación con factores académicos. *Revista Complutense de Educación*, 34(3), 667–678. <https://doi.org/10.5209/rced.79956>
- Rodríguez, A., Goñi, A., & Ruiz de Azúa, S. (2006). Autoconcepto físico y estilos de vida en la adolescencia. *Intervención Psicosocial*, 15(1), 81–94. <https://doi.org/10.4321/S1132-05592006000100006>
- Sáez, I. (2021). *Autoconcepto físico , motivación y abandono de la actividad física en estudiantes universitarios* [Tesis Doctoral, Universidad de Deusto]. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=301731>
- Sevillano, L., & Chamorro, M. (2017). *Propiedades Psicométricas del Cuestionario de Autoconcepto Físico en deportistas de un Instituto Deportivo Nacional Filial Trujillo* [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada Orrego]. <https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/5738>
- Shephard, R. J. (2003). Limits to the measurement of habitual physical activity by

- questionnaires * Commentary. *British Journal of Sports Medicine*, 37(>3), 197–206. <https://doi.org/10.1136/bjism.37.3.197>
- Sologorre, N. (2022). “*La actividad física con el autoconcepto físico de los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la I.E 5179 Los Pinos del distrito de Puente Piedra, 2019.*” [Tesis de Licenciatura, Universidad Alas Peruanas]. <https://repositorio.uap.edu.pe/xmlui/handle/20.500.12990/10606>
- Vera, A., Urrutia, J., & Poblete-Valderrama, F. (2023). Rol del autoconcepto físico, motivación de logro y actitudes hacia la Educación Física en función del sexo. *Retos*, 48, 461–469. <https://doi.org/10.47197/retos.v48.96398>
- Vernetta, M., Álamo, G., & Peláez-barrios, E. M. (2023). Condición física-salud y autoconcepto físico en adolescentes canarios en función del género. *Retos*, 50, 566–575.

ANEXO 1

Universidad Nacional Mayor de San Marcos
Facultad de Educación
Escuela Profesional de Educación Física

Cuestionario de autoconcepto físico para adolescentes escolares

Este cuestionario busca conocer la representación mental que tienes sobre tu propia realidad corporal (autoconcepto físico). Para ello, se presentan 22 frases para que las leas con atención y las respondas con sinceridad según sea el grado de acuerdo o desacuerdo con ellas. Se resuelve encerrando, dentro de un círculo, el número al lado de cada frase que más se acerque a tu opinión. La escala va del 1 al 5. Si estás totalmente de acuerdo, encierra el 5; si estás muy en desacuerdo, encierra el 1. Las opiniones dudosas las contestas empleando el 2, 3 o 4, según se acerque más tu opinión al acuerdo o al desacuerdo.

No hay respuestas correctas ni incorrectas, no se trata de un examen. Recuerda que todo lo que expreses en este cuestionario será tratado de forma privada y confidencial, de ahí que te solicitamos transparencia y sinceridad en tus respuestas.

Gracias por tu colaboración.

Fecha de nacimiento: Día: _____ Mes: _____ Año: _____
Sexo: _____

1	2	3	4	5		
TOTALMENTE EN DESACUERDO	EN DESACUERDO	INDIFERENTE	DE ACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO		
1.	Soy muy bueno/a en casi todos los deportes	1	2	3	4	5
2.	Siempre mantengo una excelente condición y forma física	1	2	3	4	5
3.	Mi cuerpo no es tan atractivo en comparación con la mayoría	1	2	3	4	5
4.	En comparación con la mayoría de las personas de mi mismo sexo, creo que me falta fuerza física	1	2	3	4	5
5.	Creo que no estoy entre los/las más capaces cuando se trata de habilidad deportiva	1	2	3	4	5
6.	Siempre me organizo para poder hacer ejercicio físico intenso de forma regular y continuada	1	2	3	4	5
7.	Tengo dificultad para mantener un cuerpo atractivo	1	2	3	4	5
8.	No me siento seguro/a cuando se trata de participar en actividades deportivas	1	2	3	4	5
9.	Siempre mantengo un alto nivel de resistencia y forma física	1	2	3	4	5
10.	Me siento avergonzado/a de mi cuerpo cuando se trata de llevar poca ropa	1	2	3	4	5

11. Cuando se trata de situaciones que requieren fuerza, soy el primero/a en ofrecermé	1	2	3	4	5
12. Cuando se trata del aspecto físico, no siento mucha confianza en mí mismo/a	1	2	3	4	5
13. Considero que siempre soy de los/las mejores cuando se trata de participar en actividades deportivas	1	2	3	4	5
14. Suelo encontrarme un poco incómodo/a en lugares donde se practica ejercicio físico y deporte	1	2	3	4	5
15. Tengo poca confianza cuando se trata de mi fuerza física	1	2	3	4	5
16. Suelo estar entre los/las más rápidos/as cuando se trata de aprender nuevas habilidades deportivas	1	2	3	4	5
17. Me siento muy confiado/a para practicar de forma continuada y para mantener mi condición física	1	2	3	4	5
18. Creo que, en comparación con la mayoría, mi cuerpo no parece estar en la mejor forma	1	2	3	4	5
19. Desearía tener más respeto hacia mi “yo” físico	1	2	3	4	5
20. Cuando surge la oportunidad, siempre soy de los/as primeros/as para participar en deportes	1	2	3	4	5
21. No me siento seguro/a sobre la apariencia de mi cuerpo	1	2	3	4	5
22. Creo que no soy tan bueno/a como la mayoría cuando se trata de situaciones que requieren fuerza	1	2	3	4	5

ANEXO 2

Matriz de Consistencia

Título: Autoconcepto físico en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones e indicadores	Metodología	Población y tamaño de la muestra	Técnicas e instrumentos
Problema general P. ¿Cómo es el autoconcepto físico en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima?	Objetivo general O. Identificar el autoconcepto físico en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima	Hipótesis general H. El autoconcepto físico en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima es negativo.	Variable única: Autoconcepto físico	Competencia Deportiva Condición física Fuerza física Apariencia física Confianza en sí mismo	Tipo: no experimental. Diseño: transversal descriptivo.	Población: 150 adolescentes. Muestra: 120 adolescentes.	Cuestionario de autoconcepto físico en adolescentes peruanos (Mamani-Ramos et al, 2023a)
Problemas específicos P1. ¿Como es la competencia Deportiva en tenistas	Objetivos específicos O1. Identificar la competencia Deportiva en tenistas	Hipótesis específicas H1. La competencia Deportiva en tenistas					

adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima? P2. ¿Cómo es la condición física en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima? P3. ¿Cómo es la fuerza física en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima? P4. ¿Cómo es la apariencia física en tenistas	adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima. O2. Identificar la condición física en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima O3. Identificar la fuerza física en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima O4. Identificar la apariencia física en	adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima es negativo. H2. La condición física en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima es negativo. H3. La fuerza física en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima es negativo. H4. La apariencia física en tenistas adolescentes de una academia					
--	--	--	--	--	--	--	--

adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima? P5. ¿Cómo es la confianza en sí mismo en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima?	tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima O5. Identificar la confianza en si mismo en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima	deportiva del distrito de Surco, Lima es negativo. H5. La confianza en si mismo en tenistas adolescentes de una academia deportiva del distrito de Surco, Lima es negativo.					
---	---	---	--	--	--	--	--