



## RESÚMENES





Arturo Díaz Suárez, Alfonso Martínez-Moreno y  
Vicente Morales Baños (Coords.)

# **Mercado laboral y competencias asociadas**

**IX Congreso Internacional  
Educación Física e Interculturalidad**



**Región de Murcia**  
Consejería de Educación, Formación y Empleo



**Región de Murcia**  
Consejería de Educación, Formación y Empleo  
Secretaría General

© Región de Murcia  
Consejería de Educación, Formación y Empleo  
Secretaría General. Servicio de Publicaciones y Estadística

[www.educarm.es/publicaciones](http://www.educarm.es/publicaciones)

© Coordinadores:  
Arturo Díaz Suarez, Alfonso Martínez-Moreno y Vicente Morales Baños

1ª Edición, septiembre 2010  
I.S.B.N.: 978-84-693-6048-4  
D.L. MU 1485-2010  
Impreso en España - Printed in Spain

Diseño y maquetación: [www.mansinimaquetadorgrafico.com](http://www.mansinimaquetadorgrafico.com)  
Imprime: Objetivo Centro Gráfico, S.L.





■ “EL ACROSPORT COMO OPORTUNIDAD. MOTIVACIÓN, APRENDIZAJE Y DIVERSIÓN EN LOS ALUMNOS Y ALUMNAS DE EDUCACIÓN SECUNDARIA” .....	9
■ MODELO TECNICO PROFESIONAL EN ESCUELA DEPORTIVA DE PADEL .....	11
■ DISTRIBUCIÓN DE JUGADORES SEGÚN PUNTOS ANOTADOS Y REBOTES CAPTURADOS EN PARTIDOS GANAS Y PERDIDOS EN BALONCESTO DE ALTO RENDIMIENTO .....	15
■ ANÁLISIS BIBLIOMÉTRICO DE LAS TESIS DOCTORALES DE BALONCESTO (1980-2009) ...	17
■ EVOLUCIÓN DE LAS ÁREAS TEMÁTICAS Y MUESTRAS ANALIZADAS EN BALONCESTO A TRAVÉS DE LOS CONGRESOS IBÉRICOS .....	19
■ LA COMPETENCIA DIGITAL EN EL ÁREA DE E.F. Y COMO HERRAMIENTA NORMALIZADORA. ....	21
■ EFECTO DE UN PROGRAMA DE ESTIRAMIENTOS ACTIVOS EN JUGADORAS DE FÚTBOL SALA DE ALTO RENDIMIENTO.....	23
■ VALORACIÓN DE LA DISPOSICIÓN SAGITAL DEL RAQUIS EN GIMNASTAS DE ÉLITE ESPECIALISTAS EN TRAMPOLÍN. ....	25
■ LA INFLUENCIA DE LA PRÁCTICA DE 6 SEMANAS DE PILATES MAT SOBRE LA RESISTENCIA DE LA MUSCULATURA ABDOMINAL .....	27
■ ESTUDIO COMPARATIVO DEL USO DE LAS TIC’S EN LA ENSEÑANZA DEL BALONMANO EN JUGADORES EN FORMACIÓN .....	29
■ OPINIÓN DE LOS ENTRENADORES DE BALONCESTO, SEGÚN SU TITULACIÓN FEDERATIVA SOBRE POSIBLES MODIFICACIONES EN EL REGLAMENTO DE LA COMPETICIÓN INFANTIL. ....	31
■ OPINIÓN DE LOS ENTRENADORES, SEGÚN SU TITULACIÓN FEDERATIVA, SOBRE LA DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS TÉCNICO-TÁCTICOS EN CATEGORÍA INFANTIL EN BALONCESTO. ....	33
■ ESTUDIO PRELIMINAR DE LOS INDICADORES DE RENDIMIENTO EN SNOWBOARD - HALF PIPE DE LOS JUEGOS OLIMPICOS DE VANCOUVER 2010. ....	35





# “EL ACROSPORT COMO OPORTUNIDAD. MOTIVACIÓN, APRENDIZAJE Y DIVERSIÓN EN LOS ALUMNOS Y ALUMNAS DE EDUCACIÓN SECUNDARIA”

JOSÉ SEGURA SOLA, Y JUAN ORTUÑO CASAS

IES J. IBÁÑEZ MARTÍN, e IES RAMÓN  
ARCAS MECA, ambos de Lorca

## Resumen Español

En este artículo relatamos la utilización del “Acrosport” como recurso para el desarrollo de la fuerza, el equilibrio, las habilidades gimnásticas, el trabajo en equipo, la motivación, el aprendizaje y la diversión en las clases de Educación Física con los alumnos de Secundaria del IES J. Ibáñez Martín de Lorca. Así mismo exponemos el proceso seguido desde el primer contacto con esta modalidad deportiva, hasta la organización y participación en el II Certamen de Acrosport “Fiestas del Barrio de La Viña”, en Lorca, el pasado 25 de junio de 2010. Así mismo, hacemos una breve exposición de las estrategias y métodos utilizados para motivar a la participación y al trabajo en equipo para la creación, preparación, representación y evaluación de los montajes de Acrosport en cada una de las fases del proceso seguido: 1) Ensayos y examen dentro del grupo docente, 2) participación en la Exhibición de Acrosport de Final de curso ante compañeros de instituto, y 3) la participación pública en el II Certamen de Acrosport “Fiestas del Barrio de La Viña”, en Lorca, ante cientos de personas ajenas al centro educativo. También hacemos una somera descripción de la utilización de Feedback y los refuerzos en el proceso de enseñanza-aprendizaje, y el análisis crítico y la evaluación en grupo como elementos de motivación y estímulo para la mejora continua de los alumnos y alumnas adolescentes.



## Resumen Inglés

In this article we report the use of “Acrosport” as a resource for the development of strength, balance, gymnastics skills, teamwork, motivation, learning and fun in physical education classes with students of secondary in IES J. Ibáñez Martín of Lorca. We likewise expose the proceedings from the first contact with this sport, to the organization and participation in the II Contest of Acrosport “Fiestas del Barrio de La Viña” in Lorca, on 25 June 2010. Moreover, we make a brief presentation of strategies and methods used to encourage participation and teamwork for the creation, preparation, presentation and evaluation of his work Acrosport in each of the phases of the process followed: 1) Essays and tests within the teaching group, 2) participation in the Final Exhibition Acrosport course in front of high school classmates, and 3) participation in the II Contest of Acrosport “Fiestas del Barrio de La Viña” in Lorca, in front of hundreds of people. We also make a short description of the use of feedback and reinforcement in the teaching-learning process, and critical analysis and evaluation in a group as part of motivation and encouragement for continuous improvement of students adolescents.

## Palabras Clave

Acrosport, Educación Física, Educación Secundaria, Motivación, Adolescencia, Aprendizaje, Diversión

# MODELO TECNICO PROFESIONAL EN ESCUELA DEPORTIVA DE PADEL

JAVIER CASTAÑO RUIZ

CEIP SAGRADO CORAZON.PTO.LUMBRERAS.  
MURCIA. CLUB DE PADEL PADELUM

## Resumen Español

El “aula” en el área de E.F., se debe transformar en un espacio en el que se ofrezcan las condiciones necesarias para realizar el tipo de tareas propuestas en el que se favorezca la integración entre compañeros y se regulen las actividades mediante la negociación y superación de aquellos conflictos. Desde el punto de vista organizativo en materia de técnicos y profesionales .El diseño de trabajo será conectar la programación de aula y su posterior trasvase a una Escuela Deportiva en horario extraescolar formada por un equipo de monitores junto a la colaboración del profesorado de E.F., padres y entidades públicas y/o privadas. Ante todo esto aparece el DEPORTE DEL PÁDEL como una disciplina deportiva que no nace en las escuelas sino en la sociedad y desde aquí invadirá en cierta medida el ámbito escolar. El atractivo que encierran sus competiciones profesionales, el aumento del número de pistas construidas y la presión de los medios de comunicación cada vez mayor hace que esta disciplina crezca a pasos agigantados. El pádel encierra una serie de conceptos y prácticas propias que son adaptables a la situación didáctica y de igual forma pueden ser acometidos en ámbito escolar, en el tiempo libre y de ocio a través de escuelas deportivas abarcando desde las primeras edades a la edad adulta o bien practicando de manera libre por medio de la competición que es una manera de evaluar nuestro nivel de juego, nuestras habilidades y nuestra forma de responder bajo una cierta presión. NÚMERO DE ALUMNADO: 52 niños/as de 7 a 15 años. GRUPOS DE APRENDIZAJE: 3 NIVELES: pequepadel, iniciación y entrenamiento competición. EQUIPO DE MONITORES: 3 y un coordinador. FORMACIÓN MONITORES. Monitores nacionales por FEP y docentes en E.F. LOCALIDAD : PUERTO LUMBRERAS ( 12.500 habitantes ). CENTROS EDUCATIVOS: 4 OTROS DEPORTES CON ESCUELAS DEPORTIVAS : futbol y tenis. RESULTADOS DEPORTIVOS : en 3 años con la escuela deportiva , actuales subcampeones regionales sub.14 en masculino/femenino y campeona femenina sub.18 HORARIO. 2 días semanales a una hora. A la tercera clase se introduce una de competición. De igual forma se organizan actividades tales como convivencias, liga y encuentros con otras escuelas y club de pádel que formen a niños. Observamos que el interés y aceptación de esta nueva disciplina deportiva ha venido dado por : - Familiaridad con los monitores - Flexibilidad en el horario. - Se han creado



lazos de amistad nuevos y reforzados los existentes - Aceptar la competición y su normativa con adaptaciones. - Facilidad de juego en los primeros contactos. - Punto de partida en nivel técnico parecido - Por poder participar en torneos tanto locales como regionales. - Apoyo de los padres al club y a los niños. - Buen estado de las instalaciones - Facilidad de desplazamiento a la instalación - Cuota de pago de club bastante económica - Uso de una metodología lúdica y escalonada. - Perfecto estado de los materiales a utilizar. Hay que mejorar en : - El apoyo de las entidades públicas y privadas - Incidir en la formación continuada del equipo de monitores - Ampliar contactos con otros clubs - En el diseño del calendario regional con torneos y horarios - Diseño de la programación mas detallado - Ampliar la oferta de horarios y días. - Organización de los grupos. - Conectividad entre los grupos y edades.

## Abstrac

The “classroom” in E.F’s area., it is necessary to to transform in a space in which the necessary conditions offer to realize the type of tasks proposed in that the integration is favored between companions and the activities to be regulated by means of the negotiation and overcoming of those conflicts. From the organizational point of view as for technical personnel and professionals .El design of work will be to connect the programming of classroom and his later transfer to a Sports School in out-of-school schedule formed by an equipment of monitors close to the collaboration of E.F’s professorship., parents and public and / or private entities. First of all this appears the SPORT OF THE PÁDEL as a sports discipline that it is not born in the schools but in the company and from here it will invade in certain put the area. The attraction that his professional competitions enclose, the increase of the number of constructed tracks and the pressure of the mass media every time major does that this discipline grows by leaps and bounds. The pádel encloses a series of concepts and own practices that are adaptable to the didactic situation and of equal form they can be attacked in school area, in the free time and of leisure across sports schools including from the first ages to the adult age or practising in a free way by means of the competition that is a way of evaluating our level of game, our skills and our way of answering under a certain pressure. NUMBER OF STUDENT BODY: 52 children / aces from 7 to 15 years. GROUPS OF LEARNING: 3 LEVELS: peque-padel, initiation and training.EQUIPMENT OF MONITORS: 3 and one coordinator. FORMATION MONITORS. National monitors for FEP and teachers in E.F. LOCALITY: PORT LIGHTS (12.500 inhabitants). EDUCATIONAL CENTERS: 4 OTHER SPORTS WITH SPORTS SCHOOLS: football and tennis. SPORTS RESULTS: in 3 years with the sports school, current regional subchampions sub.14 in masculine / feminine and feminine champion sub.18 SCHEDULE. 2 weekly days an hour. To the third class one of competition interferes. Of equal form there organize such activities as convivialities, league and meetings with other schools and club of pádel that form children.We observe that the interest and acceptance of this new sports discipline has come given for: - Familiarity with the monitors - Flexibility in the schedule. - the existing ones have

created new and reinforced bows of friendship - To accept the competition and his regulation with adjustments. - Facility of game in the first contacts. - Point of item in technical similar level - For being able to take part in both local and regional tilts. - Support of the parents to the club and to the children. - Good condition of the facilities - Facility of displacement to the installation - economic enough Quota of payment of club - Use of a playful and staggered methodology. - Perfect condition of the materials to using. It is necessary to improve in: - The support of the public and private entities - To affect in the continued formation of the equipment of monitors - To extend contacts with other clubs - In the design of the regional calendar with tilts and schedules - Design of the programming mas detailed - To extend the offer of schedules and days. - Organization of the groups. - Connectivity between the groups and ages.



# DISTRIBUCIÓN DE JUGADORES SEGÚN PUNTOS ANOTADOS Y REBOTES CAPTURADOS EN PARTIDOS GANAS Y PERDIDOS EN BALONCESTO DE ALTO RENDIMIENTO

ENRIQUE ORTEGA JOSE FRUTOS JOSE MANUEL PALAO

Universidad Católica San Antonio

## Resumen Español

El objetivo del presente estudio fue analizar cómo se distribuyen los jugadores en partidos ganados y en partidos perdidos en relación a los puntos anotados y rebotes capturados. Se analizaron las estadísticas oficiales de la ACB de un total de 598 partidos de la temporada 2008-2009. Los resultados indican que los equipos que ganan los partidos utilizan un menor número de jugadores que anotan menos del 5% de los puntos del equipo, más jugadores que anotan entre el 5-15% del total de los puntos, y menos jugadores que anotan más del 15% del total de los puntos de equipos, que los equipos perdedores. Los equipos que ganan los partidos utilizan un menor número de jugadores que cogen menos del 5% de los rebotes del equipo, más jugadores que capturan entre el 5-20% del total de los rebotes, y menos jugadores que capturan más del 20% del total de los rebotes, que los equipos perdedores. Estos resultados indican que es más adecuado confeccionar plantillas de jugadores en los que todos puedan aportar puntos y rebotes, y no plantillas con jugadores muy especialistas en anotación y otros muy especialistas en rebotes.

## Resumen Inglés

The aim of this study was to analyze how players are distributed in Match wins and losses in relation to the points scored and rebounds captured. We analyzed the official statistics of the ACB of a total of 598 games of the season 2008-2009. The results indicate that teams that win games use a lower number of players who score less than 5% of team's points, more players who score between 5-15% of total points, and fewer players who score more 15%





# ANÁLISIS BIBLIOMÉTRICO DE LAS TESIS DOCTORALES DE BALONCESTO (1980-2009)

ENRIQUE ORTEGA

Universidad Católica San Antonio

SERGIO JOSÉ IBÁÑEZ

Universidad de Extremadura

MARTA SANZ

Universidad Católica San Antonio

Universidad Católica San Antonio

## Resumen Español

El objetivo del presente estudio es analizar tres de las variables que caracterizan a las tesis doctorales sobre baloncesto realizadas en España. Para ello se recopilieron todas las tesis doctorales recopiladas en la base de datos del ministerio (TESEO), en las que al palabra baloncesto aparecía en el título, o en las palabras clave o en el resumen (n=67). Del total de la muestra se analizaron las siguientes variables: a) Área temática de la tesis (salud, preparación física, iniciación deportiva, gestión, arbitraje, medios de comunicación, notational analysis, fisiología del ejercicio, entrenadores, psicología u otras); b) Tipo de muestra (iniciación deportiva, gestión, árbitros, alto rendimiento y profesionales, universitarios, tercera edad, deportistas adultos, deporte escolar, formación-entrenadores, aficionados o discapacitados) y c) Sexo de la muestra (masculino, femenino o ambos). Los resultados más significativos indican que fisiología del ejercicio, psicología e iniciación deportiva son las áreas temáticas más estudiadas (20,34%, 16,95% y 11,86% respectivamente). En relación al tipo de muestra, el 30,36% son estudios realizados en iniciación deportiva-federada, 25% en deportistas adultos federados, y 23,21% en deportistas de alto rendimiento. Por último, los resultados obtenidos analizando el sexo de la muestra reflejan que en el 53,7% se analizan ambos sexos, en el 35,19% solo el sexo masculino y en el 11,11% solo el sexo femenino. A partir de los resultados se puede extraer la necesidad de realizar futuras investigaciones focalizando la atención en el estudio de áreas temáticas menos abordadas, como puede ser la gestión, los medios de comunicación o notational analysis entre otros; además de tipos de muestra relacionados con el deporte escolar, universitarios o árbitros, y finalmente realizar mayor número de trabajos de investigación en sujetos del sexo femenino.



## Resumen Inglés

The aim of this study is to analyze three of the variables that characterize the doctoral thesis carried out in Spain basketball. This was collected all the doctoral theses compiled in the database of the ministry (Teseo), in which the word basketball appeared in the title, or keywords or abstract (n = 67). Of the total sample is analyzed the following variables: a) Subject area of the thesis (health, fitness, sports initiation, management, arbitration, media, notational analysis, exercise physiology, coaching, psychology or other), b ) Sample type (sports initiation, management, referees, high performance and professional, collegiate, seniors, adult sports, school sports, training, coaches, fans or disabled) and c) Sex of the sample (male, female or both). The most significant results indicate that exercise physiology, sports psychology and initiation are the most studied subject areas (20.34%, 16.95% and 11.86% respectively). Regarding the type of sample, 30.36% are initiating studies in sports-federation, 25% in adult sports federation, and 23.21% in high-performance athletes. (28%). Finally, the results obtained by analyzing the sex of the sample show that in 53.7% both sexes are analyzed in only 35.19% males and 11.11% in females only. From the results it can remove the need for future investigations focusing attention on the study of subjects unless addressed, such as management, communication or notational analysis among others, in addition to sample types related to school sports, college or referee, and then eventually as many research subjects were female.

## Palabras Clave

análisis bibliométrico; baloncesto; tesis doctorales

# EVOLUCIÓN DE LAS ÁREAS TEMÁTICAS Y MUESTRAS ANALIZADAS EN BALONCESTO A TRAVÉS DE LOS CONGRESOS IBÉRICOS

SANZ MARTA

Universidad Católica San Antonio de Murcia

ORTEGA ENRIQUE

Universidad Católica San Antonio de Murcia

IBÁÑEZ SJ

Universidad de Extremadura

## Resumen Español

El objetivo del presente estudio es analizar tres de las variables que caracterizan a los trabajos científicos publicados en los cinco congresos ibéricos que se desarrollaron entre 2001 y 2009. Para ello se recopilaron un total de 202 comunicaciones recogidas en los libros de actas de cada congreso. Del total de la muestra se analizaron las siguientes variables: a) Área temática de la comunicación (salud, preparación física, iniciación deportiva, gestión, arbitraje, medios de comunicación, notational analysis, fisiología del ejercicio, entrenadores, psicología u otras); b) Tipo de muestra (iniciación deportiva, gestión, árbitros, alto rendimiento y profesionales, universitarios, tercera edad, deportistas adultos, deporte escolar, formación-entrenadores, aficionados o discapacitados) y c) Sexo de la muestra (masculino, femenino o ambos). Los resultados más significativos indican que psicología y notational analysis son las áreas temáticas más estudiadas (20,30% y 16,34% respectivamente). En relación al tipo de muestra, el 51,43% son estudios realizados en el alto rendimiento y profesionales, seguidos de trabajos en iniciación deportiva-federada (28%). Por último, los resultados obtenidos analizando el sexo de la muestra reflejan claramente (65,87%) la preferencia por estudios en el sexo masculino. A partir de los resultados se puede extraer la necesidad de realizar futuras investigaciones focalizando la atención en el estudio de áreas temáticas menos abordadas,



como puede ser la gestión, los medios de comunicación o la salud entre otros; además de tipos de muestra relacionados con el deporte escolar, universitarios o árbitros, y finalmente realizar mayor número de trabajos de investigación en sujetos del sexo femenino, el cuál representa solo un 7,19% de los 202 trabajos revisados.

#### Resumen

Inglés:

The aim of this study is to analyze three of the variables that characterize the scientific works published in the Iberian five congresses which took place between 2001 and 2009. This was collected a total of 202 communications contained in the minute books of each Congress. Of the total sample is analyzed the following variables: a) Subject area of communication (health, fitness, sports initiation, management, arbitration, media, notational analysis, exercise physiology, coaching, psychology or other), b ) Sample type (sports initiation, management, referees, high performance and professional, collegiate, seniors, adult sports, school sports, training, coaches, fans or disabled) and c) Sex of the sample (male, female or both). The most significant results indicate that psychology and notational analysis are the most studied subject areas (20.30% and 16.34% respectively). Regarding the type of sample, 51.43% are studies on high performance and professional, followed by work-federated sport initiation (28%). Finally, the results obtained by analyzing the sex of the sample clearly reflect (65.87%) preference for studies in males. From the results it can remove the need for future investigations focusing attention on the study of subjects unless addressed, such as management, media and health among others, in addition to sample types related to school sports, college or arbitrators, and then eventually as many research subjects were female, which represents only a 7.19% of the 202 articles reviewed.

## Palabras Clave

Producción científica

# LA COMPETENCIA DIGITAL EN EL ÁREA DE E.F. Y COMO HERRAMIENTA NORMALIZADORA.

ELSA MANGUT SERRANO Y OTROS

CEIP. Alfonso X El Sabio

## Resumen Español

**CONTEXTO:** El grupo donde se ha llevado a cabo este proyecto es de 25 alumnos de 6º de primaria, destacando seis alumnos que presentan N.E.E. y dos alumnos que precisan la atención de la Auxiliar Técnico Educativa y están recibiendo tratamiento de fisioterapia debido a su discapacidad motórica. **OBJETIVOS FUNDAMENTALES:** ► Necesidad de dar cumplimiento a la competencia del tratamiento de la información y la competencia digital desde el área de educación física. ► Transformar las T.I.C. en el puente de acceso de los alumnos de atención a la diversidad hacia una vida escolar totalmente normalizada e integrada. **METODOLOGÍA:** Se ha querido poner en práctica una nueva metodología: “metodología interactiva”, orientada a utilizar las T.I.C. para lograr que el alumno sea consciente de lo que sabe, de lo que es necesario aprender así como de controlar de forma eficaz los procesos de aprendizaje, orientándolos a satisfacer objetivos y necesidades. **DESARROLLO:** Se ha adaptado la unidad didáctica basada en orientación. Esta U.D. se presenta a los alumnos en el aula plumier a través de la pizarra digital, utilizándola como pantalla de proyección. Se les envía también un correo electrónico con una presentación con enlaces. Los alumnos durante todo el desarrollo de la unidad deben realizar cuestionarios y trabajos relacionados vía e-mail. Las sesiones han quedado distribuidas del siguiente modo: 1ª. Correo electrónico y Power Point. 5ª. En busca del tesoro. 2ª. Pautas para el trabajo de investigación de los alumnos. 6ª. Salida “Ruta Del 33”. 3ª. Brújula y Planos. 7ª - Cross de orientación. 4ª. Buscando y marcando coordenadas. 8ª. Aula Plumier. Conclusiones. Además en cada una de las sesiones de Educación Física se utilizarán a pie de pista las tablet pc. Durante todo el proceso los alumnos reciben cuestionarios y actividades en su correo electrónico que deben contestar y enviar al profesor.

## Resumen Inglés

**CONTEXT:** The group in which this project was carried out is formed of 25 pupils in the 6th of Primary. In this group there are six pupils with special education needs and two



pupils who need the attention of the education technique and who are receiving physiotherapy treatment due to their movement problems. MAIN OBJECTIVES: - The need of fulfill the competence of the treatment of information and the digital competence in the P. E. subject. - Make the ITC in the bridge of access of pupils of diversity attention towards a scholar life totally normalized. METHODOLOGY: My main aim was to put into practice a new methodology: "The interactive methodology", orientated to use the ITC to achieve the knowledge of being conscious of what the pupil knows, what is necessary to know and also control in an efficient way the learning process, orientated to satisfy objectives and necessities. DEVELOPMENT: The didactic unit which was adapted is based on orientation. This didactic unit is introduced to the pupils in the computers room through the digital board, using it as a projection screen. An e-mail whit a presentation including links is sent to them. During the development of the unit the pupils have to do some questionnaires and projects related to the theme we are working using e-mail. Sessions are distributed in the following way. 1st: E-mail and Power point presentation. 2nd: Steps to the searching works. 3rd: Compass and maps. 4th: Searching and setting orientation points. 5th: Treasure hunt. 6th: "Route of the 33" 7th: Orientation Cross. 8th: Computers room conclusions. In each one of the P. E. sessions tablet P.C. is going to be used in the playground. During the hole process, pupils will receive some questionnaires and activities in their electronic mail and they have to answer and send them in return to their teacher.

## Palabras Clave

Educación Física, Nuevas Tecnologías , integración

# EFECTO DE UN PROGRAMA DE ESTIRAMIENTOS ACTIVOS EN JUGADORAS DE FÚTBOL SALA DE ALTO RENDIMIENTO.

SAINZ DE BARANDA, PILAR

AYALA, FRANCISCO.

CEJUDO, ANTONIO.

SANTONJA, FERNANDO

DE STE CROIX, MARK

## Resumen

**Objetivo:** El propósito de este estudio fue determinar la progresión de la flexibilidad isquiosural a través del rango de movimiento de la flexión de cadera antes (línea base de la flexión de cadera, duración 6 semanas), durante (efecto de un programa de estiramientos, duración 8 semanas) y después (mantenimiento de la flexibilidad, duración 4 semanas) de un programa de estiramientos activos de 8 semanas en jugadoras de alto rendimiento de fútbol sala. **Material y método:** 10 jugadoras de fútbol sala de alto rendimiento adultas jóvenes (edad=20.9±3.6 años, estatura=1.66±6.58cm, peso=62.35±8.65kg) completaron este estudio. Un diseño longitudinal, temporal, ininterrumpido de medidas repetidas fue utilizado. Todas las jugadoras llevaron a cabo un programa de estiramientos de 8 semanas. El test unilateral de elevación de la pierna recta fue empleado para evaluar el rango de movimiento de la flexión de cadera (extensibilidad isquiosural) a las 0, 2, 4 y 6 semanas antes del programa de estiramientos, durante el programa de estiramientos, semanas 2, 4, 6 y 8; y a las 2 y 4 semanas después del cese del programa de estiramientos. **Resultados y conclusiones:** el análisis de



la fase inicial reveló que la línea base del rango de movimiento de la flexión de cadera tenía una tendencia irregular, con valores máximos de la flexibilidad isquiosural tanto positivos como negativos. Un programa de estiramientos activos de 8 semanas aumentó el rango de movimiento de la flexión de cadera un  $25.96 \pm 8.76\%$  ( $p < 0.05$ ). 4 semanas después del cese del programa de estiramientos, el rango de movimiento de la flexión de cadera mostró un descenso significativo ( $p < 0.05$ )

## Palabras clave

fútbol sala, estiramientos activos, entrenamiento de la flexibilidad, extensibilidad isquiosural.



# VALORACIÓN DE LA DISPOSICIÓN SAGITAL DEL RAQUIS EN GIMNASTAS DE ÉLITE ESPECIALISTAS EN TRAMPOLÍN.

SAINZ DE BARANDA, PILAR

RODRÍGUEZ-INIESTA, MARÍA

AYALA, FRANCISCO

CEJUDO, ANTONIO

FRIDERES, JILLIAN

GÓMEZ-LOZANO, SEBASTIÁN.

MOLINA, MARILÓ

ANDÚJAR, PILAR

SANTONJA, FERNANDO

## Resumen:

Se valoró la disposición sagital de la columna vertebral en gimnastas de élite especialistas en la modalidad de Trampolín. Se realizó un estudio transversal, en el que participaron 70 gimnastas de Trampolín (27 mujeres y 43 varones) con una edad media de  $19.96 \pm 4$  años, y con una media de años de entrenamiento de  $10.34 \pm 4.4$ . La valoración se realizó en tres posiciones: bipedestación relajada, sedentación relajada y flexión máxima del tronco. En todas las posiciones se diferenció la curva dorsal y la lumbar. Para la cuantificación de los grados se utilizó un inclinómetro ISOMED Unilevel-95. En bipedestación la cifosis dorsal media fue  $39.74^\circ \pm 8.48^\circ$ , la lordosis lumbar fue de  $29.64^\circ \pm 9.72^\circ$ . En máxima flexión del tronco, desde la bipedestación posición test dedos suelo, los grados de la curvatura dorsal y lumbar fueron de  $45.80^\circ \pm 12.6^\circ$  y  $27.14^\circ \pm 7.53^\circ$ . En máxima flexión del tronco, desde la sedentación test de-



dos planta, los grados de la curvatura dorsal y lumbar fueron de  $50.2^{\circ} \pm 16.1^{\circ}$  y  $28.51^{\circ} \pm 8.33^{\circ}$ . En sedentación relajada los grados de la curvatura dorsal y lumbar fueron de  $49.23^{\circ} \pm 9.9^{\circ}$  y  $19.76^{\circ} \pm 8.52^{\circ}$  respectivamente. Los valores medios del plano sagital de los gimnastas especialistas en trampolín muestran en bipedestación valores normales para la curva dorsal y lumbar. En la flexión máxima del tronco se observan valores normales para la cifosis dorsal y valores hipercifóticos para la curva lumbar. En sedentación se observan valores hipercifóticos tanto en la curva dorsal como en la lumbar.

## Palabras clave

columna vertebral, plano sagital, gimnasia, trampolín, élite.

# LA INFLUENCIA DE LA PRÁCTICA DE 6 SEMANAS DE PILATES MAT SOBRE LA RESISTENCIA DE LA MUSCULATURA ABDOMINAL

GONZÁLEZ-GÁLVEZ, NOELIA

SAINZ DE BARANDA, PILAR

GARCÍA-PASTOR, TERESA

AZNAR, SUSANA

## Resumen

**Objetivos:** El objetivo principal del Método Pilates es reforzar la musculatura abdominal para controlar los movimientos de los segmentos corporales, pero algunos autores exponen la necesidad de evaluar objetivamente sus resultados y beneficios. El objetivo de esta investigación fue comprobar cómo influye la práctica de 6 semanas de Pilates Mat sobre la resistencia de la musculatura abdominal.

**Método:** La muestra estaba compuesta por 10 sujetos de un Centro Deportivo de La Región de Murcia. Con un diseño pre-experimental, la variable independiente fue el programa de Pilates Mat y la dependiente la resistencia de la musculatura abdominal. En la semana 1 se realizó el pre-test (Test del Bench Trunk Curl). Se aplicó un programa con el Método Pilates Mat y 6 semanas después se paso el post-test. Se utilizó el análisis estadístico con el SPSS para Windows.

**Resultados:** Como resultado se encuentra una mejora de 6,7 puntos en el Bench Trunk Curl.



**Conclusiones:** Se considera al Método Pilates Mat un programa eficaz para la mejora de la resistencia abdominal en esta población.

## Palabras clave

Método Pilates. Musculatura abdominal. Resistencia abdominal.

# ESTUDIO COMPARATIVO DEL USO DE LAS TIC'S EN LA ENSEÑANZA DEL BALONMANO EN JUGADORES EN FORMACIÓN

JESÚS RIVILLA-GARCÍA

Universidad Politécnica de Madrid

ARTURO DÍAZ SUAREZ

Universidad de Murcia

JAVIER SAMPEDRO MOLINUEVO

Universidad Politécnica de Madrid

## Resumen:

El presente estudio pretende analizar la influencia del uso de medios audiovisuales y nuevas tecnologías (TIC's) en la enseñanza-aprendizaje del balonmano. Para ello, cincuenta y siete jugadores de categoría infantil (Sub-14) y cadete (Sub-16) entrenaron durante seis meses bajo condiciones metodológicas adecuadas a su etapa formativa y fueron divididos en dos grupos en función del grado de utilización de las TIC's: 1) no utilización de TIC's (Gr. I<sub>1</sub>, n=14; Gr. C<sub>1</sub>, n=15), 2) utilización frecuente de TIC's (Gr. I<sub>2</sub>, n=15; Gr. C<sub>2</sub>, n=13), evaluándose el nivel inicial y final de tres aspectos relevantes de la enseñanza del balonmano: el conocimiento del reglamento (R), percepción-análisis del juego (PA) e interés-satisfacción por el balonmano (IS).

Los resultados no mostraron diferencias significativas entre los grupos la evaluación inicial (R:  $F_{3,53} = 1,339$ ,  $p=0,271$ ; PA:  $F_{3,53} = 1,776$ ,  $p=0,163$ ; IS:  $F_{3,53} = 1,232$ ,  $p=0,307$ ) mientras que en la evaluación final se observaron valores significativamente superiores en los dos grupos que utilizaron las TIC's sobre los que no las utilizaron (R:  $F_{3,53} = 8,134$ ,  $p<0,001$ ; PA:  $F_{3,53} = 10,344$ ,  $p<0,001$ ; IS:  $F_{3,53} = 5,287$ ,  $p<0,01$ ). Más concretamente, el Gr. I<sub>1</sub> fue significativamente peor a Gr. I<sub>2</sub> (R:  $p<0,05$ ; PA:  $p<0,01$ ; IS:  $p<0,05$ ) y Gr. C<sub>2</sub> (R y PA:  $p<0,001$ ; IS:  $p<0,05$ ) mientras que Gr. C<sub>1</sub> obtuvo valores inferiores a Gr. C<sub>2</sub> (R:  $p=0,016$ ; PA:  $p<0,01$ ; IS:  $p<0,05$ ). Por otro lado, se constató una mejora significativa de valores desde la evaluación inicial a la final ( $p<0,01$ ), exceptuando en el Bloque IS el Gr. C<sub>1</sub> que no mostró mejora.

Por todo ello, podría deducirse que el uso frecuente de las TIC's mejora factores re-



levantes de la enseñanza del balonmano, el conocimiento y análisis del juego así como en interés del jugador.

## Palabras clave

Tecnologías de Información y Comunicación, Enseñanza-Aprendizaje, Motivación.

## Abstract

This study analyzes the influence of the use of audiovisual and new technologies (TIC's) in teaching and learning of handball. For this purpose, fifty-seven players in child (U-14) and cadet category (U-16) trained for six months with methodological conditions appropriate to their formative stage and were divided into two groups according to the use of TIC's: 1) no use of TIC'S (Gr. I<sub>1</sub>, n=14; Gr. C<sub>1</sub>, n=15), 2) frequent use of TIC's (Gr. I<sub>2</sub>, n=15; Gr. C<sub>2</sub>, n=13), evaluating the initial and final level of three important aspects of teaching handball: the knowledge of the rules (R), perception-analysis of the game (PA) and interest-satisfaction for handball (IS).

The results showed no significant differences between groups in the initial evaluation (R:  $F_{3,53} = 1.339$ ,  $p=0.271$ ; PA:  $F_{3,53} = 1.776$ ,  $p=0.163$ ; IS:  $F_{3,53} = 1.232$ ,  $p=0.307$ ) while in the final evaluation the two groups that used the TIC's values were significantly higher than not used TIC's (R:  $F_{3,53} = 8.134$ ,  $p<0.001$ ; PA:  $F_{3,53} = 10.344$ ,  $p<0.001$ ; IS:  $F_{3,53} = 5.287$ ,  $p<0.01$ ). More specifically, Gr. I<sub>1</sub> was significantly worse than Gr. I<sub>2</sub> (R:  $p<0.05$ ; PA:  $p<0.01$ ; IS:  $p<0.05$ ) and Gr. C<sub>2</sub> (R y PA:  $p<0.001$ ; IS:  $p<0.05$ ), while Gr. C<sub>1</sub> obtained values lower than Gr. C<sub>2</sub> (R:  $p=0.016$ ; PA:  $p<0.01$ ; IS:  $p<0.05$ ). On the other hand, there was a significant improvement from initial assessment values to the end ( $p < 0.01$ ), except in IS where the Gr. C<sub>1</sub> showed no improvement.

Therefore, it would appear that the frequent use of ICT improves the teaching of handball in some relevant aspects such as knowledge and analysis of the game and in the interests of the player for handball.

## Keywords

Information Technologies, Learning process, Motivation.

# OPINIÓN DE LOS ENTRENADORES DE BALONCESTO, SEGÚN SU TITULACIÓN FEDERATIVA SOBRE POSIBLES MODIFICACIONES EN EL REGLAMENTO DE LA COMPETICIÓN INFANTIL.

SALADO, J.

ORTEGA, E.

PALAO, J.M.

[jsaladotarodo@gmail.com](mailto:jsaladotarodo@gmail.com)

Universidad Católica San Antonio de Murcia.

## Resumen

El objetivo del presente estudio es conocer la opinión de los entrenadores, según su titulación federativa, sobre el reglamento de la competición infantil y sus posibles modificaciones que se pueden llevar a cabo. Para ello, se diseñó un cuestionario ad hoc, en el que las variables se registraban dos grandes grupos: a) Posibles modificaciones de reglas estructurales; B) Posibles modificaciones de reglas de la dinámica del juego. El cuestionario fue rellenado por 62 entrenadores escogidos de forma intencional.

Los datos más significativos indican que una gran mayoría de los entrenadores, 72% de los preguntados, opina que se debería modificar alguna regla del juego. Dentro de este aspecto destaca la prohibición de la defensa en zona con un 54%. Además el 60,7% de los entrenadores



preguntados opinan que también se debería modificar alguna regla estructural (principalmente el tamaño del balón, con un 37.7%). En la mayoría de los casos los entrenadores con mayor titulación, son los que apuestan por mayores cambios. Estos datos deberían servir para crear un debate y adaptar las reglas de la competición infantil para la mejora de la formación de los jugadores durante esta etapa.

The aim of this study is to know the opinion of the coaches, according to federal certification, about child Competition rules and any changes that can be carried out. To this end, a questionnaire ad hoc was designed, the variables were two main groups: a) Possible modifications of structural rules; B) Possible rule changes the dynamics of the game. The questionnaire was completed by 62 coaches chosen intentionally. The most significant data indicate that a large majority of coaches, 72% of those questioned, thinks that is needed to change any rule of the game. In this regard stresses the prohibition of zone defense with 54%. In addition 60.7% of the coaches also questioned the view that a rule should be modified structural (mainly the size of the ball, with a 37.7%). In most cases the greater degree coaches are those who bet on any major changes. These data should be used to create a debate and bringing the child competition rules to improve the training of players during this time.

## Palabras clave

Baloncesto, planificación, competición.



# OPINIÓN DE LOS ENTRENADORES, SEGÚN SU TITULACIÓN FEDERATIVA, SOBRE LA DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS TÉCNICO-TÁCTICOS EN CATEGORÍA INFANTIL EN BALONCESTO.

SALADO, J.

ORTEGA, E.

PALAO, J.M.

[jsaladotarodo@gmail.com](mailto:jsaladotarodo@gmail.com)

Universidad Católica San Antonio de Murcia.

## Resumen

El objetivo del presente estudio es conocer la opinión de los entrenadores, según su titulación federativa, sobre la importancia de los distintos contenidos técnico-tácticos en la categoría infantil. Para ello, se diseñó un cuestionario ad hoc, en el que las variables se registraban en cuatro grandes grupos: a) Contenidos individuales; b) Contenidos grupales; c) Contenidos colectivos; d) Otros aspectos. El cuestionario fue rellenado por 102 entrenadores escogidos de forma intencional. Los resultados más significativos indican que el aspecto más importante en esta etapa es: a) el bote dentro de los contenidos individuales; b) el pase y progresión dentro de los contenidos grupales; c) el contraataque en los contenidos colectivos; y d) dentro de otros aspectos destacan la diversión, satisfacción y valores educativos. Apenas se apreciaron diferencias entre los distintos niveles de titulación federativa. Estos datos deben servir como guía para el entrenador dentro de la planificación técnico-táctica de un equipo infantil de baloncesto.



The aim of this study is to know the opinion of the coaches, according to federal certification, the importance of the various technical and tactical content in the infantil category. To do this, we design an ad hoc questionnaire, in which the variables were recorded in four groups: a) individual contents; b) Contents group; c) Contents collective d) Other aspects. The questionnaire was completed by 102 coaches intentionally chosen. The most significant results indicate that the most important in this stage is to: a) the bounce within the individual contents; b) the pass and progression within the group content; c) the collective counterattack on the contents and d) within Other aspects include the fun, satisfaction and educational values. Just differences were seen between the different levels of federal certification. These data should serve as a guide for the trainer in technical and tactical planning of a children's basketball team.

## Palabras clave

**Baloncesto, planificación**

# ESTUDIO PRELIMINAR DE LOS INDICADORES DE RENDIMIENTO EN SNOWBOARD - HALF PIPE DE LOS JUEGOS OLIMPICOS DE VANCOUVER 2010.

MUÑOZ JIMÉNEZ, JESÚS

LEÓN GUZMÁN, KIKO

Universidad de Extremadura

## Resumen Español

Independientemente de la filosofía subyacente de contracultura, el snowboard es ahora una disciplina deportiva olímpica de alto nivel (Harding y James, 2010). Fue incluida dentro del programa olímpico en los juegos de Nagano en 1998, por iniciativa del Comité Olímpico Internacional y La Federación Internacional de Ski (Popovic y Morrow, 2008). La competición olímpica de Snowboard tienen tres modalidades; Slalom, Boardercross y Halfpipe. Las dos primeras son de descenso cronometrado, mientras que en la modalidad de Halfpipe, los deportistas tienen que ejecutar una serie de maniobras acrobáticas aéreas en una pista especial creada en la nieve, que tienen la forma de medio cilindro largo, mientras 5 jueces valoran de forma subjetiva la ejecución de diferentes elementos técnicos de los deportistas, asignando una puntuación final al ejercicio. (Harding y James, 2010) A pesar de ser una modalidad deportiva muy desarrollada en la actualidad, existen pocas referencias en la literatura científica en torno a ella. Por eso, el objetivo de nuestro grupo de investigación es hacer una primera aproximación a este contexto deportivo, indagando sobre la influencia de dos variables, el género y las caídas, en la percepción subjetiva de los jueces, y por tanto, en los resultados de la competición. Utilizando análisis notacional, se codificaron todos los ejercicios de la final olímpica de Halfpipe (N=46), masculina y femenina, de Vancouver 2010. El análisis de los datos recogidos muestra que la variable nota final no tiene una relación significativa con la variable género (1ª Ronda:  $p=,556$ ; 2ª Ronda:  $p=,548$ ), pero sí con la variable caída (1ª Ronda:  $p=,000$ ; 2ª Ronda:  $p=,001$ ). Esta relación explica un alto porcentaje de los casos (R cuadrado 1ª Ronda= $,599$ ; 2ª Ronda= $,453$ ). Por último los datos estimaron que no existe una relación significativa entre las variables caída y género (1ª Ronda:  $p=,938$ ; 2ª Ronda:  $p=,822$ ).



## Resumen Inglés

Regardless of its underlying counterculture ethos, snowboarding is now an elite-level and Olympic sporting discipline (Harding y James, 2010). Was inserted into the Olympic portfolio at the 1998 Nagano Winter Olympic Games, through the Fédération Internationale du Ski and the International Olympic Committee (Popovic y Morrow, 2008). The Olympic Snowboard competition has three disciplines; Slalom, Boardercross and Halfpipe. The first two are timed descent while halfpipe consists of an athlete performing a series of aerial acrobatic manoeuvres on a special course made of snow, like long half cylinder, while five judges assess by subjective measures various technical elements of athletes, assigning a final score to exercise. (Harding and James, 2010). Despite being a highly developed sport today, there are few references in the scientific literature about it. Therefore, the objective of our research group is to make a first approach to this sporting context, inquiring about the influence of two variables, gender and falls in the subjective perception of the judges, and therefore the results of competition. Using notational analysis, all the exercises of the Vancouver 2010 Olympic Halfpipe finals (N = 46) were coded, male and female. The analysis of the data collected shows that the variable final score is not significantly related to the gender variable (1stRound:  $p=,556$ , 2ndRound:  $p=,548$ ), but is significantly related with variable falls (1stRound:  $p=,000$ ; 2ndRound:  $p=.001$ ). This relationship explains a high percentage of cases (R-squared: 1stRound= $,599$ ; 2ndRound= $,453$ ). Finally the data estimated that there is not significant relationship between the fall and gender variables (1stRound:  $p=,938$ ; 2ndRound:  $p=,822$ ).

## Palabras Clave

Snowboarding-Halfpipe, Análisis Notacional, Indicadores de Rendimiento.



