



Prof. Edgar Lopategui Corsino
M.A., Fisiología del Ejercicio

ACCESO: http://saludmed.com/entrenadeportesconjunto/evaluacion/T4_INTS_Anli-Kine-Bio_DptCo.pdf

ANÁLISIS KINESIOLÓGICO Y BIOMECÁNICO

INSTRUCCIONES

Descripción General

Análisis de los músculos motores primarios durante la ejecución de una de las destrezas que pertenecen al deporte de voleibol, baloncesto, softbol o balompié.

Primera Parte:

En esta sección del trabajo, es importante incluir:

1. Nombre de la destreza motriz que atañe al evento competitivo escogido.
2. Ilustración de la destreza
3. Nombrar los tipos de movimientos articulares que se ejecutan durante la secuencia mecánica de la destreza.
4. Identificar los músculos motores principales activados en tales movimientos.
5. Determinar si el movimiento es de cadena cinética abierta o cerrada.
6. Sugerencias para el entrenamiento de la aptitud muscular de tales motores primarios.
7. Conclusión.

Segunda Parte:

Aquí, se requiere evaluar la kinemática y kinética del deporte seleccionado:

1. Tipo de movimiento (e.g, rectilíneo, parabólico, complejo y otros)
2. Trayectoria del centro de gravedad
3. Tipos de fuerzas lineales y rotatorias
4. Otros