



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

ACCESO: [http://saludmed.com/entrenadeportesconjunto/evaluacion/Tarea-1\\_INSTRC\\_HPER-3330.pdf](http://saludmed.com/entrenadeportesconjunto/evaluacion/Tarea-1_INSTRC_HPER-3330.pdf)

## **INFORME ORAL Y ESCRITO DE UN ARTÍCULO**

### **INTRODUCCIÓN**

Una de las competencias medulares de todo profesional inmerso en el campo de las ciencias del movimiento humano y de la medicina del deporte radica en poseer la capacidad de aplicar su conocimiento teórica en escenarios reales. En este caso, el proyecto consiste que el estudiante aplique su entendimiento de estas ciencias aplicadas a uno de los cuatro deportes que incluye el proyecto existente. Una forma de comprender la necesidad de integrar su conocimiento en la práctica, es indagar por artículos, revisiones de la literatura, investigaciones científicas originales y disertaciones de maestría o doctoral coligadas a estas ciencias del ejercicio y conducentes a situaciones funcionales en el béisbol (o softbol), baloncesto, volibol y fútbol internacional (soccer o balompié).

Se deben seguir las reglas fundamentales para toda presentación electrónica. Esta guía (rúbrica) se encuentra en **Saludmed.com**:

[http://saludmed.com/entrenadeportesconjunto/evaluacion/Tarea-1\\_RUBRICA\\_HPER-3330.pdf](http://saludmed.com/entrenadeportesconjunto/evaluacion/Tarea-1_RUBRICA_HPER-3330.pdf)

Los pasos para seguir se describen a continuación:

### **SELECCIONAR EL DEPORTE DE CONJUNTO Y LA POSICIÓN**

Lo primero que requiere esta tarea es que se establece el deporte de conjunto que se desee trabajar, reconocidos como voleibol, baloncesto, béisbol (o softbol) y balompié. Si se desea, se permite escoger una posición específica, como lo sería un receptor (en béisbol), un centro (en baloncesto), un rematador (en voleibol) o un portero (en fútbol internacional).

### **SELECCIONAR EL ARTÍCULO**

Una vez se establezca su deporte, lo próximo consiste en llevar a cabo una búsqueda de un artículo, revisión de la literatura, investigación científica original o disertación de maestría o doctoral asociada al deporte seleccionados. Para tal finalidad, se recomienda que se empleen las bases de datos del *Centro de Acceso a la Información (CAI)*. Un listado de los señalados recursos se encuentra en Saludmed.com:

<http://saludmed.com/recursos/recursosdeinvestigacion.html>

Es importante mencionar que el artículo, o investigación científica, debe ser de una revista arbitrada (peer review journal). Lo recomendado que antes de comenzar la encomienda escolástica actual, se requiere consultar con su profesor tocante al artículo escogido

Fundamentado en uno de los deportes de conjunto seleccionad (voleibol, baloncesto, béisbol [o softbol] y balompié), la publicación analizada deberá estar vinculada con uno o más de los siguientes aspectos:

1. La estructura del sistema de **entrenamiento físico-deportivo** para uno de los deportes tratados en el curso.
2. Análisis **kinesiológico y biomecánico** de la destreza seleccionada.
3. **Pruebas funcionales** o de aptitud física, asociadas al deporte (e.g., prueba que cuantifican la velocidad para una carrera corta entre las bases en el deporte de softball, determinación de potencia muscular para un lanzador de softball, prueba de agilidad de Illinois, entre otras).
4. **Evaluación específica al deporte**, respecto a la ejecutoria o destreza requerida en la competencia (e.g., medición de la reacción al tiempo en voleibol durante la recepción al servicio [saque], evaluación de la precisión durante el remate en voleibol y otras similares).
5. Clasificación del deporte (técnica y bioenergética).
6. **Cualidades físicas** y motrices (e.g., capacidad aeróbica, aptitud anaeróbica, potencia [fuerza muscular explosiva y rápida], fortaleza muscular, tolerancia muscular, flexibilidad, velocidad, rapidez, agilidad, precisión, coordinación, reacción al tiempo y reflejos) que requiere desarrollar, de forma óptima, el atleta que compite en uno de estos deportes.
7. **Demanda metabólica** del evento deportivo.
8. **Perfil antropométrico y morfofuncional** de los atletas que compiten en estos deportes (e.g., dimensiones físicas, composición corporal, tipos de fibras musculares que predominan, sustratos metabólicos preferidos por el organismo humano y otros).
9. **Lesiones deportivas comunes** en uno de estos deportes o de sus destrezas particulares.
10. **Reglamentación** del deporte.
11. **Estrategias**, o tácticas, del deporte.

## DESARROLLAR LA PRESENTACIÓN ELECTRÓNICA

El paso final consiste en preparar la presentación electrónica en el programa de MS PowerPoint, vinculada con el artículo escogido. Tal informe se presentará en el Salón Virtual (Blackboard Collaborate Ultra), frente al grupo virtual. El día antes de la presentación virtual, se requiere que el alumno le envíe al profesor del curso una copia de su presentación, en específico a: [elopategui@iintermetro.edu](mailto:elopategui@iintermetro.edu). De igual manera, si posee uno o más videos que quiere emplear como apoyo a su artículo, envíe el hipervínculo (link) de este, junto a la presentación, siempre el día antes se la exposición

## REFERENCIAS

Albini, E. (2021). *Myofascial training: Intelligent movement for mobility, performance, and recovery*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Alexander, R. (2021). *Complete conditioning for soccer*. Champaign, IL: Human Kinetics.

- Ashmore, A. (2020). *Timing resistance training: Programming the muscle clock for optimal performance*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Barth, K. (2007). *Training volleyball*. UK: Meyer & Meyer Sport (UK) Ltd.
- Connolly, D., & Benson, R. (2020). *Heart rate training* (2da ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Cosgrove, A., & Rasmussen, C. (2021). *Secrets of successful program design: A how-to guide for busy fitness professionals*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Dost, H., Hyballa, P., & Poel, H. T. (2016). *Soccer: Functional fitness training*. UK: Meyer & Meyer Sport (UK) Ltd.
- Gillett, J., & Burgos-Fontanez, J. W. (Eds.). (2020). *Strength training for basketball*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Hedrick, A. (2020). *Dumbbell training* (2da ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Kirkendall, D. T., & Sayers, A. (2021). *Soccer anatomy* (2da ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Klion, M., & Cane, J. (2021). *Triathlon anatomy* (2da ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Lawrence, D., & Hope, B. (2020). *Advanced circuit training: A complete guide to progressive planning and instructing*. New York: Bloomsbury Publishing Plc.
- Mallo, J. (2020). *Team sports training: The complexity model*. New York, NY: Routledge, an imprint of the Taylor & Francis Group, an informa business.  
<https://doi.org/10.4324/9781003020141>
- Page, P., & Ellenbecker, T. S. (2019). *Strength band training* (3ra ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Pire, N. (2006). *Plyometrics for athletes at all levels: A training guide for explosive speed and power*, Berkeley, CA: Ulysses Press.
- Price, R. (2005). *Ultimate guide to weight training for volleyball* (2da ed.). Cleveland, OH: Price World Enterprises.
- Price, R. (2009). *Ultimate guide to weight training for baseball and softball* (3ra. ed.). Cleveland, OH: Price World Enterprises.
- Seeger, F., & Fincke, A. (2020). *Intelligent soccer training: Simulating games to improve technique & tactics*. UK: Meyer & Meyer Sport (UK) Ltd.



Šimonek, J., & Horička, P. (2020). *Agility in sport*. UK: Cambridge Scholars Publishing.

STACK Media (2010). *Baseball training: The pros' guide to becoming bigger, faster, stronger*. Chicago, IL: STACK Media.

Zatsiorsky, V. M., & Kraemer, W. J., & Fry, A. C. (2021). *Science and practice of strength training* (3ra. ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.