

FW: RV: revista apunts

Dé: **Oswaldo Ceballos** (oscegu@hotmail.com)
Enviado: miércoles, 11 de febrero de 2009 12:09:45 a.m.
Para: Rosy Medina (dianos95@hotmail.com)
📎 1 datos adjuntos
image001.gif (15.4 KB)



De: Info revista apunts [mailto:info@revista-apunts.com]
Enviado el: lunes, 26 de enero de 2009 9:58
Para: dmoliner@unizar.es
Asunto: revista apunts

Att. Sr. D. *Diego Moliner* y cols.

Apreciados colaboradores

Nos complace comunicarles que hemos recibido en esta Secretaría su artículo "**Características de la planificación del entrenamiento en los deportes de equipo españoles de élite.**", que les agradecemos.

Tal como hacemos habitualmente, lo remitiremos a nuestro Consejo Asesor y en cuanto tengamos sus informes se lo comunicaremos

Reciban un cordial saludo

Jordi Serrano

➡ E-mail: info@revista-apunts.com
Nova adreça/direcció: www.revista-apunts.com

Este mensaje electrónico está dirigido únicamente a las direcciones indicadas.
Su carácter confidencial, personal e intransferible está protegido legalmente.
Si ha recibido este mensaje por equivocación o no desea recibir correo, notifíquelo inmediatamente a la persona que lo ha enviado y borre el mensaje original.

Título: Características de la planificación del entrenamiento en los deportes de equipo españoles de élite.

Autores:

Dr. Diego Moliner Urdiales. Investigador. Grupo de Investigación Movimiento Humano. Universidad de Zaragoza. Dpto. Fisiatría y Enfermería. C./ Domingo Miral s/n. CP 50009. Zaragoza, España.

Dr. Alejandro Legaz Arrese. Profesor e Investigador. Grupo de Investigación Movimiento Humano. Universidad de Zaragoza. Dpto. Fisiatría y Enfermería. C./ Domingo Miral s/n. CP 50009. Zaragoza, España.

Dr. Diego Munguía Izquierdo. Profesor. Facultad del Deporte. Universidad Pablo de Olavide, Carretera de Utrera km 1. CP 41013. Sevilla, España.

Dra. Rosa Elena Medina Rodríguez. Profesora. Facultad de Organización Deportiva. Universidad Autónoma de Nueva León, Ciudad Universitaria. San Nicolás de los Garza. Nueva León, México.

Contacto: Dr. Diego Moliner Urdiales

Grupo de Investigación Movimiento Humano

Departamento de Fisiatría y Enfermería

Universidad de Zaragoza

C/ Domingo Miral S/N. 50009. Zaragoza. España.

E-mail: dmoliner@unizar.es

Teléfonos: 976-400-338 y 630-627-406

TÍTULO: Características de la planificación del entrenamiento en los deportes de equipo españoles de élite

TITLE: Characteristics of the periodization in Spanish elite team sports

RESUMEN: El objetivo del estudio fue analizar mediante cuestionario la formación de los preparadores físicos (PF) y las características de la planificación en los equipos masculinos españoles de élite de balonmano, baloncesto, voleibol, fútbol sala, fútbol y hockey hierba. El ratio de respuesta fue del 81.8%. El cuestionario estaba dividido en 8 ítems: perfil formativo PF, modelo planificación, nivel individualización, organización sesión, planificación periodo preparatorio, planificación periodo competitivo, planificación periodo transitorio. Un 80.5% de los PF eran Licenciados en CAFD, un 22% tenía Máster y un 40.3% eran Entrenadores Nacionales. Sólo un 5.2% consultaba revistas científicas (International Science Index). Un 48.1% planificaban la temporada según el calendario competitivo. En baloncesto y fútbol los entrenamientos se ajustaban al volumen competitivo individual (87%). Un 71% realizaban el trabajo condicional antes del técnico-táctico y un 7.8% lo hacía habitualmente integrado. Los equipos de balonmano, baloncesto y fútbol (91%) disputaron más de 6 partidos preparatorios. El periodo transitorio fue superior a 6 semanas en balonmano, voleibol y hockey hierba (84% vs. 38%), realizando el 91% un programa de trabajo. Las importantes deficiencias observadas en la planificación de muchos equipos están probablemente asociadas a las carencias formativas de los PF.

PALABRAS CLAVE: preparador físico, planificación, deportes de equipo, entrenamiento.

ABSTRACT: This study describes the results of a survey about the profile of the physical conditioning coaches (PCC) and the main characteristics of the periodization in Spanish elite male team sports: handball, basketball, volleyball, indoor soccer, soccer and field hockey. The response rate was 81.8%. This survey examines PCC profile, periodization model, training

individualization, session organization, pre-season periodization, in-season periodization, and post-season periodization. Results reveal that 80.5% of PCC held University Degree in Sport Sciences, 22% held a Master Degree, and 40.3% held National Federation Certification. Only 5.2% review International Science Index papers. 48.1% make their periodization in order to competition schedule. Most of the basketball and soccer PCC adjusted training in order to individual competition volume (87%). In session, conditioning training was located before technique-tactics (71%), and only 7.8% developed together conditioning and technique-tactics. Most teams of handball, basketball and soccer (91%) played more than 6 pre-season matches. Post-season was upper than 6 weeks in handball, volleyball and field hockey (84% vs. 38%), and 91% planned a training program. Important deficiencies about periodization were observed in a high percentage of teams. Probably, an improvement in the profile of the PCC would increase the physical fitness level of their teams.

KEY WORDS: Physical conditioning coach, periodization, team sport, training.