

UNIVERSIDAD DE CONCEPCIÓN
FACULTAD DE EDUCACIÓN
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA



**VARIACIÓN DE LA SALTABILIDAD Y PORCENTAJE DE GRASA EN
BASQUETBOLISTAS DE LA SELECCIÓN MASCULINA DE LA UNIVERSIDAD
DE CONCEPCIÓN EN UN PERÍODO DE ENTRENAMIENTO DE 4 MESES**

SEMINARIO PARA OPTAR AL GRADO DE LICENCIADO EN EDUCACIÓN

Profesor Guía: Mgs. Ed. Física Juan Morales Rojas

Gustavo Iván Barrera Maluenda

José Miguel Castillo Gallegos

Robinson Andrés Lühr Toledo

Milton Felipe Vega Sepúlveda

Concepción 2010



RESUMEN

El propósito del presente estudio fue analizar y comparar antes y después de un periodo de entrenamiento de 4 meses los índices de Porcentaje de Grasa y Saltabilidad de 9 básquetbolistas de la Selección Masculina de la Universidad de Concepción ($n=9$; $21,7\pm 2,4$ años) como también analizar los resultados con estudios realizados a jugadores de la misma disciplina nivel regional.

Se evaluaron los índices de Saltabilidad aplicando el Test de Bosco, y la Estimación del Porcentaje de Grasa, considerando la Formula de Carter para Deportistas, para estudiar las diferencias en periodo de Pre-Temporada y antes del Nacional Universitario (4 meses).

Para Analizar los resultados se utilizó T de Student para Variables Dependientes con significancia ($t<0,05$), Promedio y Desviación Estándar.

RESULTADOS: El promedio de estatura del grupo fue $1,80\pm 0,06$ cm. El Promedio del peso corporal $82,44\pm 5,76$ kg. de la primera evaluación muestra diferencia significativa ($t<0,05$) en comparación a la segunda evaluación $81,58\pm 5,60$ kg., de acuerdo al porcentaje de grasa de la primera evaluación $10,1\pm 2,66\%$ comparándola con la segunda $9,9\pm 2,3\%$ no existiendo diferencia significativa al igual que el I.M.C., con resultados en la primera evaluación de $25,56\pm 1,9$ y $25,3\pm 1,91$ en la segunda etapa.

Al comparar niveles de Saltabilidad solo se encontró diferencia significativa en test de S.J. ($t<0,05$), ya que en la primera evaluación el promedio fue $35,37\pm 4,36$ cm. y $37,57\pm 3,95$ cm. en la segunda evaluación. Para los saltos C.M.J., Abalakow y Multisaltos15 seg no hubo diferencia estadísticamente significativa.

CONCLUSIONES: Acorde con los resultados obtenidos en esta investigación, la hipótesis nula planteada es aceptada:

Ho: No existen cambios significativos en los resultados de porcentaje de grasa y Test de Bosco en los jugadores de la selección masculina de básquetbol de la Universidad de Concepción después de un periodo de entrenamiento de 4 meses; excepto el Squat Jump, siendo el único Test en que si hubo una diferencia significativa ($p<0,05$), esto se debe a que generalmente los deportistas una vez que alcanzan buenos índices de rendimiento es muy difícil que los puedan modificar favorablemente, más bien se logra una tendencia a la mantención de estos mismos, existiendo leves variaciones pudiendo ser positivas o negativas.

PALABRAS CLAVES: Básquetbol, Porcentaje de Grasa, Saltabilidad. Test de Bosco.