

ANÁLISIS EN COMPETICIÓN EN LA FRECUENCIA CARDIACA

EN FUNCIÓN DE LOS PUESTOS ESPECÍFICOS EN EL FÚTBOL 7 ALEVÍN

1 INTRODUCCIÓN

Durante las II Jornadas Internacionales de Fútbol Base Ciudad de Cartagena se disputó el I Torneo Alevín de Fútbol 7 Inter-Ayuntamientos.

En dicho evento, donde participó la selección de Cartagena Alevín, objeto de nuestro análisis, se recogieron los valores de frecuencia cardiaca de este grupo durante la propia competición gracias a la utilización de pulsómetros. El objetivo de nuestro trabajo de investigación consiste en determinar cuales son los valores promedio y valores máximos de frecuencia cardiaca en jóvenes futbolistas (categoría alevín) para comprobar como afecta la variable competitiva sobre estos valores y la relación que estos tienen en función del puesto específico que ocupan en el terreno de juego.



2 OBJETIVOS

- Determinar los valores promedio y valores máximos de frecuencia cardiaca en jóvenes futbolistas (categoría alevín) en función del puesto específico que ocupan en el terreno de juego.
- Comprobar como afecta la variable competitiva sobre estos valores relacionando los valores obtenidos en competición con los obtenidos en un entrenamiento.



3 MUESTRA

El estudio ha sido confeccionado gracias a la participación y colaboración desinteresada de la selección Alevín de la Ciudad de Cartagena. La muestra seleccionada consta de 13 jugadores del sexo masculino, incluidos dos porteros, de edades comprendidas entre los 11 y 12 años.



5 RESULTADOS

PARTIDOS	ENTRENO	YECLA		ORIBUELA		YECLA (SF)		AGULAS (F)		TOTALES	TOTALES		
		Fc media	Fc máx	Fc media	Fc máx	Fc media	Fc máx	Fc media	Fc máx				
PORTEROS	P1	129	157	137	164	134	160	130	159	143	162	130	161
	P2	135	161	-	-	150	170	152	167	-	-	151	169
DEFENSAS	DF1	-	-	161	201	190	208	182	214	199	207	192	208
	DF2	146	178	182	187	195	179	184	190	195	176	199	184
	DF3	140	159	172	201	195	211	175	202	167	156	175	203
MEDIOS	M1	146	191	-	-	190	202	189	201	184	203	189	202
	M2	151	198	177	195	191	208	175	194	180	199	191	199
BANDAS	B1	152	195	160	202	178	204	187	203	-	-	181	203
	B2	-	-	178	201	188	198	186	199	183	207	184	202
DELANTEROS	DL1	141	182	-	-	180	202	188	205	185	206	184	204
	DL2	159	203	175	187	185	205	-	-	190	215	188	203
TOTALES	FC	140	194	-	-	-	-	-	-	175	196	175	196

4 MATERIAL Y METODO

La presente investigación posee un carácter descriptivo. Para la elaboración de la misma hemos empleado una metodología observacional sistemática, externa o no participante para comprobar las demarcaciones y los tiempos de participación de cada jugador, y una metodología para la recogida de datos indirecta mediante pulsómetros.

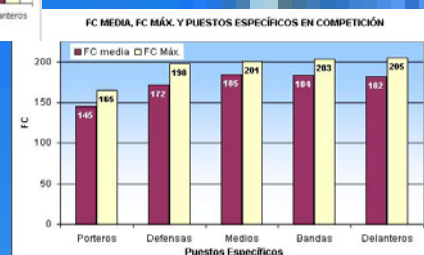
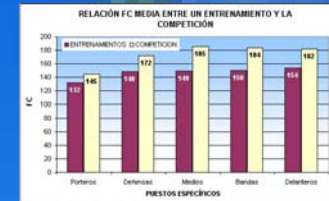
Cada jugador dispone de un pulsómetro y una cinta transmisora durante el entrenamiento realizado (partidillo de entrenamiento entre ellos mismos) y los cuatro partidos de competición.

Los materiales empleados han sido 12 Pulsómetros Polar Accurex Plus y 2 cámaras de video Digitales Sony



6 CONCLUSIONES

- Parece evidente por los resultados obtenidos que la modalidad de fútbol 7 permite una participación importante de todos los jugadores, sobre todo de mediocampo hacia delante.
- Los mediocampistas presentan un promedio de FC ligeramente más elevado que el resto de sus compañeros. La curva de FC en esta demarcación y en la demarcación de los jugadores de banda, se manifiesta regular y constante durante todo el tiempo que permanecen en activo en el terreno de juego.
- Los delanteros suelen hacer intervenciones más intermitentes y fugaces. La intensidad de estas intervenciones pueden provocar los importantes valores encontrados.
- Los porteros presentan un promedio y una FC menos elevada que sus compañeros de campo. De estos resultados se puede deducir que el consumo máximo de oxígeno y la capacidad aeróbica no son factores limitantes de su rendimiento.
- Los valores obtenidos por los jugadores se sitúan en torno al 80-85% del VO2 máx., en especial mediocampistas, bandas y delanteros. Los valores de FC máxima registrados, en la mayoría de los casos podrían considerarse maximales.
- La intensidad (medida a través de la FC media y máxima) de un partido de competición, en relación a un partido de idéntica duración durante un entrenamiento, es mucho mayor, tal y como se deriva de los resultados



7 AGRADECIMIENTOS

Agradecemos públicamente los servicios y recursos prestados por el Patronato Municipal de Deportes de Cartagena y por los CPR de Cartagena, Murcia y Lorca, porque con su inestimable colaboración han hecho posible la realización de este trabajo.