

Resumen Comunicación Libre, Oral 5

CORRELACIÓN ENTRE PARÁMETROS ANTROPOMÉTRICOS, POTENCIA DE SALTO Y PUESTO OCUPADO EN EL CAMPO ENTRE JUGADORES PROFESIONALES DE BALONCESTO

Cejuela, R.⁽¹⁾, Pérez, J. A.⁽¹⁾, Cortell, J. M.⁽¹⁾, Villa, J. G.⁽²⁾, Chinchilla, J. J.⁽¹⁾, Rodríguez, J. A.⁽²⁾, & Rivas, J.⁽¹⁾

⁽¹⁾Área Educación Física y Deportiva. Universidad de Alicante. España.

⁽²⁾Área Educación Física y Deportiva. Universidad de León. España.

ceo.edudeporte@ua.es

La potencia de salto y las características antropométricas de los jugadores de baloncesto profesionales han sido estudiadas y descritas por diversos autores (Greene y Cols., 1998; Vaquera y Cols., 2001). Determinar la relación existente entre ambas y la posición de los jugadores en el campo puede aportar datos objetivos para la individualización del entrenamiento. Durante las pretemporadas de los años 2004 y 2005, se valoró las características antropométricas (composición corporal) y la potencia de salto (Squat Jump y Countermovement Squat Jump) de un equipo de baloncesto profesional de la ACB. Los pivots presentaban valores muy significativamente mayores de altura, peso total, envergadura y peso de grasa y músculo, respecto a los aleros y los bases. En el test de salto, en el CMJ los aleros presentaban valores muy significativamente superiores que los bases y pivots, no presentado diferencias significativas cuando realizaban un SJ. Cuando se correlacionaron los resultados, existe una relación negativa entre el mayor valor de peso de grasa e IMC y la potencia de salto en CMJ. En conclusión, los jugadores pivots, deben orientar su entrenamiento para obtener mayores valores de salto, no mediante la pérdida de peso corporal, lo cual les haría perder posición e intimidación en su área de juego (la zona), si no, mediante la ganancia de tejido muscular por la pérdida de tejido graso.

Palabras clave: Baloncesto, características antropométricas, potencia de salto, entrenamiento individualizado.

CORRELATION BETWEEN ANTHROPOMETRIC PARAMETERS, JUMP POWER AND POSITION OCCUPIED IN THE FIELD OF PROFESSIONAL BASKETBALL PLAYERS

Jump power and the anthropometric characteristics of professional basketball players have been studied and described by several authors (Greene et al., 1998; Vaquera et al., 2001). Determining the relationship existing between both the above and the position of players on the court can provide objective data for individualising training. During the 2004 and 2005 pre-seasons we assessed the anthropometric characteristics (body composition) and jump power (Squat Jump and Countermovement Jump) of an ACB (Spanish Basketball League) team. The centres showed significantly higher values as regards height, total weight, arm span and fat and muscle weight, when compared with the forwards and point guards. As regards the jump test, the forwards showed significantly higher values for the CMJ than the point guards and centres, with there being no significant differences when they performed an SJ. When the results were correlated, there was a negative relationship between higher fat weight and BMI (Body Mass Index) value and CMJ jump power. In conclusion, centres should focus their training on achieving greater jump values, not by losing body weight, which would make them lose position and physical presence in their area of play (the paint), but by gaining muscle tissue by losing fat tissue.

Keywords: Basketball, anthropometric characteristics, jump power, individualising training.