

# GURPILDUN AULKIKO SASKIBALOIKO TALDE BATEN DENBORALDI BATEKO ERRENDIMENDUAREN ANALISIA



Olasagasti, J.<sup>1</sup>, Otero, M.<sup>2</sup>, Yanci, J.<sup>2</sup>, Granados, C.<sup>2</sup>, Badiola, A.<sup>2</sup>, Iturricastillo, A.<sup>2</sup>, Bidaurrezaga-Letona, I.<sup>3</sup>, Gil, SM.<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Gipuzkoako Kirol Egokituen Federazioa

<sup>2</sup>Euskal Herriko Unibertsitatea (UPV/EHU), Jarduera Fisikoa eta Kirolaren Zientzien Fakultatea. Gorputz eta Kirol Heziketa Saila.

<sup>3</sup>Euskal Herriko Unibertsitatea (UPV/EHU), Medikuntza eta Odontologia Fakultatea. Fisiologia Saila

## SARRERA

Urritasun fisiko (UF) egoeran dauden pertsonentzat gurpildun aulkiko saskibaloia (GAS) taldekako kirol aukera da. Kirolaren praktikak gaitasun fisikoak hobetzen ditu eta ondorioz egoera fisikoaren hobekuntza ematen da. Beraz, UF egoeran dauden jokariengan, saskibaloiko denboraldi bateko entrenamenduek duten eragina aztertzea garrantzitsua da.

## HELBURUA

Denboraldi batean zehar GAS-ko talde bateko egoera fisikoa nola aldatzen den ezagutzea.

## EMAITZAK

1. Taula: Test emaitzak denboraldiaren hasieran (T1) eta bukaeran (T2)

	T1		T2		%Aldaketa	Cohen-en d
	BB	DE	BB	DE		
Masa (kg)	71,89	21,71	72,26	18,18	0,52	-0,05
Σ Gantz Tolesturak (mm)	70,52	26,09	65,18	16,51	-7,57	0,23
ED-Pre (kp)	40,22	9,58	42,18	8,72	4,87	-0,23
ED-Post (kp)	39,56	9,36	41,10	11,90	3,90	-0,2
MPASS (m)	9,00	1,76	8,90	1,72	-1,11	1,00
BMED (m)	3,64	0,71	3,60	0,69	-1,02	0,06
A 5m (s)	1,87	0,21	1,82	0,29	-2,74	0,2
A 20m (s)	5,70	0,43	6,03	0,72	5,86	-0,56
Ab 5m (s)	2,10	0,30	1,89*	0,16	-9,75	0,87
Ab 20m (s)	6,59	0,61	6,06*	0,33	-8,11	1,08
T-Test (s)	16,96	1,14	16,06	1,02	-5,31	0,00
Pic-up testa (s)	16,05	2,52	13,57	1,08	-15,44	1,90
Dist (m)	1014,64	369,49	1034,00	320,01	1,91	-0,06
Lac-Pre (mmol/L)	1,03	0,39	1,07	0,43	4,03	-0,1
Lac-Post (mmol/L)	7,21	2,45	6,14	2,57	-14,81	0,5

\* P < 0,05

BB: Batz bestekoa, DE: Desbiderapen estandarra, Σ: batura, ED-Pre: Esku dinamometria Yo-yo aurretik, ED-Post: Esku dinamometria Yo-yo ondoren, MPASS: Pase luzeena, BMED: Baloiz medizinala, A: Abiadura, Ab: Abiadura baloiarekin, Dist: Distantzia, Lac-Pre: Laktatoa Yo-yo testaren aurretik, Lac-Post: Laktatoa Yo-yo testaren ondoren.



## ESKERRONAK

Salto Bera Bera taldea eskertu nahiko genuke ikerlanean parte hartzeagatik. Bestetik, ikerlan honek Hegalak Zabalik Fundazioko dirulaguntza jaso zuen.

## METODOA

Salto Bera-Bera taldeko hamasei jokalarik hartu zuten parte (33,06±7,36 urte), horietatik bi emakumezko. 2012-2013 denboraldiaren hasieran (T1) eta bukaeran (T2) ondorengo testak egin genizkien: Antropometria (masa eta gantz tolesturak), 5 eta 20mko abiadura baloarekin eta baloirik gabe, agilitate probak (T-testa eta Pick-up<sup>1</sup>), baloi medizinalaren jaurtiketa, pase maximoaren testa, Yo-yo Intermittent recovery test-a 10 m-ra moldatua (egindako distantzia m-tan), esku-dinamometria eta laktatoa (biak Yo-yo testaren aurretik eta ondoren).

UPV/EHUko Etika Batzordeak ikerlan hau onartu zuen eta jokalariek guztiek baimendutako sinadura eman zuten.

SPSS v21 erabiliz estatistiko deskriptiboak (batezbestekoa eta desbiderazio estandarrek), Wilcoxon-en testa, aldaketen portzentajea (%) eta efektuaren tamaina kalkulatzeko Cohen'en d erabili ziren.



## ONDORIOAK

Test hauetan izan ziren hobekuntzak izan daitezke jokariaren aulkien erabilera hobetu zelako, testak ezagunak izan zirelako edo gaitasunak hobekuntza zirelako.

Entrenamenduak bereziki baloiz medizinalarekin egindako abiadurako probetako emaitza hobetu zuen, teknika hau bereziki entrenatzen baita. Gainera, gainontzeko probetan ere hobekuntza nabariak gertatu ziren (%2-%15). Denboraldi batetako entrenamenduak kondizio fisikoa GAS aritzen direnetan ere hobe dezakeela bermatuz.

## ERREFERENTZIAK

<sup>1</sup>Sonja De Groot et al. Validity and reliability of test determining performance-related components of wheelchair basketball. *J sports sci* 2012; 30(9): 879–887.