

PREGUNTAS Y RESPUESTAS PROVENIENTES DE TUTORÍAS ELECTRÓNICAS

BIOMECÁNICA DEL MOVIMIENTO

CURSO: 2003-04

PRESENTACIÓN

Este curso hemos seguido con el uso del correo electrónico en la **docencia de Biomecánica del Movimiento** con los siguientes objetivos:

1- Realizar tutorías electrónicas. Obteniendo las contestaciones personalizadas y el documento final de preguntas y respuestas interesantes que se hayan dado en las tutorías. Se pueden preguntar cuestiones relativas tanto a los contenidos como a la metodología de la asignatura.

2- Recibir las notas de los exámenes parciales y finales.

3- Recibir el texto de las preguntas test de los exámenes parciales y finales.

4- Recibir el documento de valoración que hago tras corregir los cuadernos Muy útil para quien haya dejado su presentación para la siguiente convocatoria.

5- Recibir diferentes noticias sobre la asignatura a lo largo del curso. Que se han divulgado en clase pero se usa el correo electrónico como recordatorio.

El presente documento, que refleja las principales preguntas y respuestas en estas tutorías llegará por correo electrónico a la lista de clase, por otro lado estará colocado en la página web de la asignatura y finalmente se podrá obtener también en fotocopias si colaboráis para que pueda llegar a toda la clase.

A partir de ahora, en las 2 últimas semanas de clase, como ya os anuncié, no usaremos este recurso para no favorecer a quienes tienen correo electrónico frente a quienes no tienen. Por ello para cualquier duda que queráis solventar en este período de tiempo deberéis usar las **tutorías presenciales**, cuyos horarios os recuerdo una vez más:

- lunes de 9:30 a 10:30
- martes de 15 a 17
- miércoles de 08:30 a 10:30
- jueves de 09:30 a 10:30

lugar: despacho 1.68 del edificio Sabatini

No será imprescindible en estas dos últimas semanas de clase haber quedado previamente con el profesor. Por eso mismo os pido que las preguntas que hacéis al acabar o antes de empezar las clases preferiblemente me la hagáis en tutorías. El motivo es que algunos de los horarios de las tutorías los tengo tras las clases y así evitamos que llegue tarde al despacho y no pueda atender a alumnos que estén esperando y por otro lado no retrasamos las siguientes clases.

VALORACIÓN:

Este curso **han estado suscritos** a la lista de correo de la asignatura 62 alumnos (representa el 62% de la clase), lo que significa un uso aunque mayoritario, menor al que se produjo el año pasado en esta misma asignatura (87%).

En el trimestre durante el que se han realizado las tutorías electrónicas se han recibido en Biomecánica del Movimiento 37 consultas y en Biomecánica de las Técnicas Deportivas 69 consultas. Por otro lado entre respuestas y otros envíos he mandado 67 correos diferentes a miembros de la lista de Biomecánica del Movimiento y 131 correos a miembros de la lista de Biomecánica de las Técnicas Deportivas .

En los envíos que os he hecho, además del texto de los mensajes he adjuntado documentos (“añadidos”) de: **notas, resultados de prácticas y exámenes parciales**. Los documentos añadidos los he enviado comprimidos (*con extensión .zip*). Cuando tenía que enviar varios documentos lo hacía en reenvíos sucesivos para no sobrepasar los límites de vuestros correos. No obstante la capacidad de recibir documentos de muchas de vuestras cuentas es muy limitada (algunas no aceptan envíos de “añadidos” superiores a 80 kb). Las fotos de las prácticas no las he enviado debido al tamaño de estos archivos, pero quien quiera tenerlas puede descargarlas de Internet (como sabéis están agrupadas por práctica y grupo).

Aunque la valoración es positiva, algunos no usan adecuadamente este medio, lo que puede redundar en una pérdida de eficacia de esta potente herramienta al servicio de la docencia. Básicamente me refiero a la forma y a los contenidos de los correos que me enviabais.

Respecto a **la forma**, tal como os dije, había que poner en el “*motivo, subject o tema*” el nombre de la asignatura (BIOMECÁNICA DEL MOVIMIENTO), en todo caso seguido del motivo de la duda. Por otro lado debía aparecer claramente quien me enviaba el correo, ya fuera con su dirección de correo o con su nombre, y además la persona que me enviaba el correo debía estar matriculada en la asignatura. Los que no han respetado estos aspectos de forma se han arriesgado a no recibir respuesta además de hacerme perder tiempo en verificaciones. En principio no abro correos de procedencia desconocida y los elimino directamente.

Respecto **al fondo**, tal como os dije, había que **reservar este medio para dudas de contenidos o de la metodología de la asignatura**. No obstante muchos de los correos recibidos atañen a problemas personales de temática amplísima. En principio he contestado prácticamente a todos estos correos, dependiendo del tiempo que tuviera, pero en cualquier caso usar el correo electrónico para buscar soluciones a problemas personales ya sean con la propia asignatura o externos a ella significa entorpecer el normal desarrollo de estas tutorías pues me resta tiempo para contestar adecuadamente al resto de correos.

Dentro de las preguntas que en “*un uso correcto de este medio*” se han hecho predominan las referentes al cuaderno de la asignatura y por otro lado a aclaraciones y dudas respecto a preguntas concretas de exámenes parciales de otros años. Estas últimas no están reflejadas en este documento pues se han ido explicando en clase, por lo que en este documento se comentarán simplemente las principales dudas referentes al

cuaderno, pensando sobre todo en que todos los alumnos puedan tener estas contestaciones y comentarios unas semanas antes de la fecha de entrega del cuaderno.

En este documento se han refundido respuestas a correos de las tutorías electrónicas de años anteriores (que se encuentran en el CD y también en internet, en el punto 6 de la página web de la asignatura) ya que hay preguntas y respuestas interesantes que aun no habiéndose generado de nuevo este curso sí afectan a la realización del cuaderno al abordar cuestiones que no han cambiado respecto a cursos anteriores.

PREGUNTAS Y RESPUESTAS:

1- Rellenar el cuaderno y las hojas excel de cálculo

A la hora de meter los datos en las hojas de cálculo del Cd o soy demasiado torpe o tengo un problema que no se solucionar, me sale la mano del acrobat y no me deja meter ningún dato, me he metido en todas las carpetas y aunque el otro día si pude hacer la práctica 1 a medias ,hoy no soy capaz, que puedo hacer o que estoy haciendo mal?

- 1- En la carpeta 6: la de Herramientas de cálculo, encontrarás un archivo de excel que se llama Programa de calculo2º-2003-04.xls
- 2- Lo copias y lo llevas a tu ordenador.
- 3- Abres en la carpeta 07- Planilla del cuaderno copias el fichero de word: Cuaderno2º-2003-04.doc en tu ordenador.
- 4- Una vez en tu ordenador pinchas 2 veces seguidas en cálculo2º-2003-04.xls y cuando se abra te saldrá un mensaje diciendo que si quieres habilitar las macros aunque pudieran éstas confundirse con virus. Contestas que sí, que habilitas las macros.
- 5- Rellenas en la hoja de cálculo correspondiente la tabla con tus resultados. Y das a C de cálculo.
- 6- Seleccionas con el cursor la tabla.
- 7- Das a copiar.
- 8- Abres Cuaderno2º-2003-04.doc.
- 9- Quitas la tabla vacía que trae el fichero y que no se deja rellenar y allí donde estaba enganchas la que has rellenado en excel. Lo haces dando a "edición" "pegado especial" "pegar objeto como tabla de microsoft excel". Una vez hecho esto le das a colocar detrás del texto y después mueves la tabla hasta darle el tamaño y posición en la que se encontraba en la planilla del cuaderno.

Quería preguntar una duda sobre la tabla de "Diferencias en los pies" de la página 10 del cuaderno de biomecánica. Mi consulta es que si después de calcular todo en esta tabla en algunas casillas no sale nada, quiere decir que la diferencia entre antes y después del ejercicio en ese pie es 0??

Si. Las hojas de cálculo excel para el cuaderno están programadas de manera que cuando la diferencia es 0 aparece la casilla en blanco. De todas forma si en alguna hoja no fuera así (parece que ocurre en 2 o 3 casillas de la hoja que hace los cálculos para la pregunta 3; la de los errores) puedes poner tu el resultado a mano y lo comentas en la discusión.

2- Las discusiones

Las discusiones del cuaderno de prácticas, sobre que tengo que discutir? Pongo mi fotopodograma y que tengo que explicar de él? Algo de las zonas claras y oscuras? Partes del pie que apoyo mas? Por favor dame alguna pista..

Discusión es interpretar los resultados. No volverlos a poner, sino decir qué significado tienen el que hayan salido así y no de otra manera. Decir si el resultado era el esperado o ha salido mayor o menor y a qué se cree que es debido. Comparar los resultados con los de datos que se han encontrado en publicaciones y sino al menos basándose en la propia experiencia del deporte del que se hace el cuaderno ahondar sobre el "significado" de los resultados que han salido.

Hay que ser por otro lado escueto e ir al grano y no repetir cosas ni poner cosas diferentes a lo que es la discusión. Hay que basarse en la propia experiencia, en el análisis de los resultados y en lo que se pueda haber encontrado en la bibliografía.

3- Las fotos

En el cuaderno de practicas...¿qué fotos tengo que poner en aquellos espacios que pone que coloquemos fotos? Las que coja de internet que unos chicos nos hacen mientras hacemos las practicas?

No.

Fotos que haces tu de aquello que te pido en cada caso.

Tienes que leerle también al final del tocho, donde pone normas, aquellas que afectan a las fotos.

Léete el punto 10 de la página 2 de estas normas. Si no entiendes algo me lo preguntas.

Las fotografías de la localización de los pliegues, ¿donde pongo el cartel con mi nombre y fecha de realización?, si quiero que se vea bien el lugar donde pellizcar no entra el cartel.

Puede ser cartel o pestaña u hoja o algo parecido, pero que aparezca al menos una vez en la foto y si lo que has hecho es un montaje de fotos (posibilidad que está indicada en el enunciado de la pregunta del cuaderno, que aparezca en una de las fotos del montaje. En cualquier caso el tamaño que tienes para ello es de 10 x 15.

En las otras fotos grandes los carteles no son muy legibles, ya que pasa lo contrario la letra es muy pequeña si la fotografía se realiza a la distancia adecuada.

Esto no es problema este año siempre y cuando aparezca en la foto el cartel o pizarra o lo que sea con tu nombre y fecha. Incluso la esquina o lugar donde aparezca no sería problema que lo ajustaras a donde mejor te vaya.

Hay fotografías que al colocarlas en los espacios de 10x15 no encajan perfectamente o si las pongo bien se distorsionan (caso de los fotopogramas).

Distorsionar no se debe hacer nunca. Esto lo tienes explicado en el CD y en la página web en los documentos de las tutorías electrónicas de otros años. Puedes ir aumentando el tamaño de una foto de forma proporcional (pinchando en el esquina o en propiedades de gráfico en tamaño y bloqueando el aspecto del cambio de tamaño a que conserve la proporcionalidad). Aumentas hasta que una de las dimensiones (ancho o largo) llegue a su tope. Entonces dejas el tamaño que te ha salido (pero siempre un aumento proporcional en ancho y largo ya que sobre muchas fotos se hacen mediciones y necesito verlas en un tamaño, que aunque lo hayas modificado o recortado, pero que conserve la proporcionalidad.

En una foto no tengo puesto el cartel con mi nombre y la fecha.

Si quieres déjalo para el final, a ver si te da tiempo. Si finalmente no te da, no pasa en principio nada porque en una sola foto no aparezca el cartel. Si son varias o muchas la cosa cambia.

En cualquier caso el objetivo debería ser que pudieras entregar el cuaderno en esta convocatoria y no en la de Junio. Lo del cartel obedece a que nadie vaya a aprovechar fotos de compañeros de años anteriores para el cuaderno de este año en espacios donde debería hacer fotos originales tuyas. Si fueran varias o muchas las fotos en las que no estuviera el cartel, en el apartado de las formas del cuaderno te bajaría algo la nota. Eso suponiendo, por supuesto, que no usas fotos de cuadernos de otros años en lugares donde deberían ser fotos tuyas (lo doy por hecho, aunque por supuesto es algo que compruebo en los cuadernos que se presentan).

Cuando escaneamos una foto y la voy a pegar al cuaderno no soy capaz de darle el tamaño de 10x15, podría ser otro formato aunque sea mas pequeño, ya que si le doy a ese formato me pierde proporcionalidad, será que no lo hago bien o valen algo mas pequeñas que es como las he puesto.

Tienes que pinchar sobre la foto y macar con el botón derecho del ratón. Seleccionas "formato del gráfico" y dentro escoges la pestaña de tamaño y marcas con el ratón en "bloquear relación de aspecto". A continuación dentro de esta misma pestaña de tamaño puedes ir agrandando o empequeñeciendo unos de los ejes y el otro lo hará proporcionalmente. Cuando llegues a 15 o a 10 en uno de lo ejes has de parar y de esta manera tendrás la foto lo mejor ajustada posible al tamaño de 10 x 15 y no te perderá proporcionalidad.

4- Elección del deporte

Respecto a la elección de un deporte para hacer el cuaderno aplicándolo a ese deporte tenéis vosotros la última palabra y la libertad de elegir aquel que queráis. No obstante mi consejo es que escojas aquel deporte que más hayas practicado o que más conozcas y no te dejes llevar en la elección por el que puedas encontrar más fácilmente o no bibliografía.

Dices que has hecho patinaje artístico. No conozco mucho el tema, pero me imagino que al nombrarlo así te refieres a patinaje con patines de ruedas y no sobre hielo. No obstante el cuaderno no tendrías porqué limitarlo a uno de los dos patinajes y podrías comentar y poner ejemplos tanto de uno como del otro, si finalmente lo eliges.

¿Puedo a principios de Diciembre cambiar el deporte del que haré el cuaderno respecto del que había empezado a realizar a principio de curso?

Si, pero muy tarde para ponerte con el cuaderno ya que deberías estar dando los últimos retoques y mejorándolo y no empezándolo. El cuaderno es muy difícil hacerlo en sólo 4 semanas.

Y por supuesto no caigas en la tentación de elegir el deporte en función de que otro(os) compañero(os) elijan el mismo, para así realizarlo en equipo y reproducir los mismos textos (aunque en orden diferente o recortados de diferente manera) , la misma bibliografía y las mismas fotos de otros cuadernos del mismo deporte. En este caso hipotético todos los que hubierais usado el mismo material, aunque fuera sólo en 1 pregunta, tal como os he repetido ya varias veces, estaréis suspendidos. El cuaderno es individual. Eso sí se pueden usar otros cuadernos de cursos anteriores referenciando adecuadamente lo que de ellos se obtiene y esto siempre puntuará a favor.

5- Bibliografía

En las reseñas bibliográficas, ¿el año de publicación aparecerá en negrita al igual que el nombre del autor?

No es imprescindible el uso de negrita. La puedes usar en lo que me comentas para destacarlo, aunque también podrías hacerlo de otras formas. En cualquier caso lo que me comentas tiene que ver con que el cuaderno quede más bonito (lo cual tiene que ver con que quede más presentable y eso también puntúa como sabes).

No encuentro bibliografía de mi deporte.

Para realizar el cuaderno ya os he dicho que podéis usar cuadernos de biomecánica de alumnos de cursos anteriores. Estos cuadernos tendrás que poner en la bibliografía de qué alumno son, de qué curso, si son de la biomecánica de 3º o de 2º y de qué deporte, pero no tienen porqué ser exactamente de tu deporte ya que los has podido usar para cosas que no tengan que ver con tu deporte, como por ejemplo para ver la descripción de un nuevo método que no hemos explicado en clase de cómo obtener el fotopodograma.

También puedes usar para el cuaderno bibliografía de ingeniería, de física (mecánica), de entrenamiento deportivo, de divulgación de temas científicos. Toda esta bibliografía, ya sea en forma de artículos, libros, programas de televisión, recursos electrónicos, etc. Toda esta bibliografía que te comento no es de patinaje sino que es de otras materias, pero que podrás en determinadas preguntas del cuaderno relacionar con lo que estés explicando de tu deporte.

Puedes usar bibliografía de técnica o de entrenamiento de tu deporte. Puedes usar bibliografía de biomecánica de tu deporte en el caso de que haya publicada, pero si no la hay tampoco pasa nada.

El hecho de que puedas usar en las discusiones del cuaderno toda tu experiencia en un deporte que conoces bien yo lo tendría más en cuenta que no el hecho de que puedas conseguir más fácilmente bibliografía. No obstante ya te digo, que incluso cogiendo el patinaje artístico no tienes porqué estar limitada en cuanto a la bibliografía. Eso sí tendrás más bibliografía genérica de temas relacionados con áreas afines y menos bibliografía específica de biomecánica de tu deporte, que si comparamos por ejemplo con un deporte como los concursos de carreras en atletismo, donde se han hecho más estudios biomecánicos. Pero esto no va en absoluto en menoscabo de la valoración que obtengas del cuaderno. Más bien todo lo contrario, porque valoro que te lo has tenido que currar más en el apartado de bibliografía.

Básicamente las fuentes documentales en las que puedes buscar cosas para usar en el cuaderno son:

- Cuadernos de alumnos de otros años
- Artículos científicos
- Artículos divulgativos
- Libros
- Enciclopedias

- Programas de televisión
- Vídeos
- Listas de correo electrónicas
- Correos electrónicos
- Bases de datos (incluidas las electrónicas)
- Apuntes (publicados y no publicados)
- Páginas web

6- Pregunta 1 del cuaderno

En los resultados del fotopodograma, el pie izquierdo tras el ejercicio, pasa de ser plano y griego a ser normal y egipcio. Me ha extrañado este resultado, ¿puede ser correcto? Si lo es, ¿a qué puede deberse?

Prácticamente nada ha de sorprenderte. A qué puede deberse me lo has de contestar tu: tienes 2 posibilidades:

- 1- fallo en la metodología; pero tendrías que explicar dónde ha surgido el fallo y porqué.
- 2- por alguna razón que me des en relación con el tipo de actividad física que realizaste (a bote pronto se me ocurren varias). En cualquier caso la explicación ha de ser coherente, posible y convincente.

Estoy haciendo la pregunta 1 y he rellenado todos los datos del fotopodograma pre-ejercicio (derecho e izquierdo) y todos los datos del fotopodograma post-ejercicio (derecho e izquierdo) y le he dado a calcular y todo se ha calculado bien menos una casilla de la ventana diferencias en pies derechos, me aparece en blanco la casilla longitudes pies (cm). Está todo rellenado y se ha calculado todo menos esa casilla, lo he hecho 3 veces y nada, siempre igual ¿Qué puede pasar?

Cuando aparecen en blanco suele ser porque el resultado es "0".

En la 2ª práctica se plantea la posibilidad de hacer un fotopodograma a alguna persona mayor y yo no puedo conseguir esa muestra, pero lo que si que puedo hacer es realizarlo a 3 personas de 21 años. ¿Los puedo incluir a ellos también en el cuaderno de prácticas en la zona que dejas para personas mayores?. Se que no se contempla esa posibilidad, pero te lo pregunto porque si cojo a más gente de mi edad como muestra el estudio comparativo que haga tendrá mayor "validez", si es así como se le dice.

Cuando pone ensayos a mayores no se refiere a personas mayores sino que puedes hacer más cosas de lo mínimo exigido. Hacer estos ensayos "a mayores" no es imprescindible para obtener un aprobado del cuaderno, pero sí para sacar notas superiores a aprobado. Aunque por otro lado el solo hecho de realizar los ensayos a mayores no garantiza el obtener un notable o sobresaliente.

Estamos en la residencia varios alumnos y nos hemos dispuesto a hacer las medidas de los fotopodogramas (tanto pre- como post-ejercicio), pero estamos discutiendo si hay que tomar las medidas sobre el propio fotopodograma o si hay que utilizar fotocopias para medirlas, así que nos gustaría que nos resolvieras esa duda.

Me da igual de una forma que de otra. Si lo haces en fotocopias te puede ser más cómodo para trazar las líneas. En ese caso la fotocopia tiene que ser al mismo tamaño del fotopodograma original. Una vez marcados los puntos y trazadas las líneas reducirías la fotocopia o la escanearías para enganchar o colocar en los espacios de 10 x 15 donde has de poner los fotopodogramas con todos los trazos hechos (paginas 4 y 5). Y en las páginas 6, 7, 8 y 9 colocas los originales.

Te quería preguntar, la valoración del fotopodograma a la hora de pintar las medidas, las líneas las dibujamos sobre el fotopodograma original (antes y después del ejercicio) o fotocopiamos este y luego las dibujamos?

Lo puedes hacer de cualquiera de las dos formas.

Si hago ensayos a mayores en la pregunta del fotopodograma. ¿He de hacer lo de las líneas en las huellas? O ¿puedo simplemente presentar otros fotopodogramas que he hecho, sin valorarlos?

Sí, porque es la forma que tienes de parametrizar la huella para después valorarla. Siempre existiría la posibilidad de que aplicaras un método diferente de parametrización, pero no es que hayan muchos diferentes. La verdad es que es el único que conozco que es totalmente objetivo ya que otras formas de valoración se basan en criterios cualitativos.

Por eso en ensayos a mayores una vez adquieras nuevas huellas (que pueden ser tuyas en una actividad diferente, o de otros sujetos) con la misma metodología (fotopodograma) o metodologías diferentes (por ejemplo con tiza o con tinta o con fotocopia,... ..) al final la forma que tienes de comparar para saber si te sale lo mismo o diferente es aplicar el método que os enseñamos de parametrización de la huella y así tener resultados con los que comparar con el ensayo obligatorio del cuaderno.

En cualquier caso el ensayo a mayores no debiera ser algo hecho porque sí, sino algo que tenga sentido hacer y por lo tanto el objetivo que te marques sea lógico y claro e interesante de llevar a cabo

¿Puedo ver los cambios en las huellas después de nadar 25 metros?

Mejor después de una sesión de entrenamiento intenso. Siempre es de esperar que encuentres mayores cambios cuanto mayor sea la duración e intensidad de la actividad, aunque la actividad sea natación en la que aparentemente no haya una sollicitación muy intensa de la planta del pie. La temperatura del agua y la duración del entrenamiento pueden ayudar a explicar mayores o menores cambios en las huellas. También el tipo de entrenamiento, usando o no batido de pies.

7- Pregunta 2 del cuaderno

Tengo problemas con los ensayos a mayores, no sé que plantear, por ejemplo en la practica 2 podría introducir datos de otros deportes o tiene que ser todo el cuaderno exclusivamente de mi deporte?

No, en la pregunta 2 los ensayos a mayores serían las mediciones que tu harías experimentalmente para rellenar la tabla.

La tabla la puedes rellenar de la siguiente manera:

- 1- Inventándote los datos (esto es lo que menos puntúa)
- 2- Referenciando los datos de manuales, libros, reglamentos etc.
- 3- Mediante experimentos, que describes, mides tú algunas de las magnitudes que os pido. En este caso es cuando rellenas los espacios dejados para ensayos a mayores. Pero siempre, siempre será en la pregunta 2, igual que en el resto del cuaderno, respecto al deporte que has elegido.

En la práctica 2 (pag. 15) hay dos cuadros. En el 2º (conversión de distancias a dimensiones corporales) estoy hecha un lío. Tengo apuntado que solo tengo que rellenar la primera fila (no puede ser).

Si, sólo has de rellenar la primera fila, en la que pone "Distancias", rellenando las 6 celdas vacías que tienes al lado. Al dar a cálculo el programa lo que hace es convertir estas 6 distancias a "manos", "antebrazos", "pies", de los datos de cineantropometría que tengas rellenos en la hoja correspondiente de Excel.

En esa misma práctica, en el ensayo a mayores no se que puedo hacer. ¿Alguna idea?

Es para alguna medida que hayas tomado tu experimentalmente (distancia, velocidad, fuerza,.. ..).

Las medidas que puedas referenciar de la bibliografía, colocas estas referencias en la página 59 (añadiendo en el índice la indicación) ya que por error no os dejé espacio para referenciar las medidas.

Como os dije lo que podáis hallar experimentalmente lo hacéis, sino referencias de dónde sacas la medida y como última opción a elegir os podéis inventar la medida.

En la pregunta 2 del cuaderno que es una tabla que hay que rellenar con diferentes medidas y luego transformarlas en los diferente sistemas de medidas, ¿los datos hay que inventárselos teniendo en cuenta el deporte seleccionado para rellenar el cuaderno o hay que cogerlas de algún lado? Luego las posteriores tablas no las entiendo y no se hacerlas bien. Te pediría que me lo explicara por aquí y si no me entero pues ya iría a alguna tutoría o lo pregunto en clase, ya que lo pregunte en un laboratorio y u a chica dijo que lo explicarías en clase.

Los datos que pido en la primera tabla han de ser de las magnitudes que aparecen en la primera columna, en el Sistema Internacional. Los datos han de ser de tu deporte. Pueden ser inventados, aunque lo mejor es que provengan de medidas que has hecho tu (y en ese caso rellenas los espacios que hay en las páginas 17,18,19 y 20) o de la bibliografía que usas para el cuaderno y en ese caso los referencias en la tabla de la página 16.

Las 2 tablas de la página 15 se rellenan en el programa de cálculo de la asignatura (en la hoja de cálculo Excel). En la primera tabla obtendrás al pinchar en la "C" de cálculo las conversiones a los sistemas cegesimal, técnico e inglés. En la segunda tabla lo que tienes que rellenar es la primera fila (6 distancias diferentes de dimensiones del terreno de juego, material, deportistas de élite, etc) de tu deporte. El programa lo que hace es convertírtelas a número de veces que están incluidas en estas distancias diferentes segmentos que hayas medido en la práctica de cineantropometría. Por eso tienes que tener rellena ya la hoja de cálculo de la práctica de cineantropometría.

En el caso de la pregunta 2 del cuaderno, para calcular la velocidad o aceleración, aunque lo haya hecho del Judo el cuaderno, podría coger la imagen del vídeo que he grabado de un saque de voleibol para calcular dichos datos, y para hacer la práctica de la parábola?

Es mejor que sea todo del mismo deporte. No tienes porqué hallarlos experimentalmente. Pueden ser referenciados y si no encuentras pueden ser inventados. Eso sí, rellena la planilla en la que me podrías a que corresponderían.

En la planilla de la pregunta 2 (conversiones) del cuaderno en la cual debo nombrar a que corresponde y a que autor, no tengo espacio para explicar a que corresponde y el autor. ¿No hay solución? Y simplemente, ¿debo adaptarme al espacio asignado? ¿O existe alguna posibilidad o solución?

Simplifica. Tienes el espacio adecuado para contestar tal como me he propuesto que contestéis, sin rollo, pero diciendo a que corresponde y Autor, año (que deberán estar en el apartado correspondiente de bibliografía).

8- Pregunta 3 del cuaderno

En la pregunta 3 del cuaderno. hay que meter los datos de la practica sobre el pliegue de gemelo que tomamos en clase. a continuación se propone un ensayo a mayores si estas haciendo un cuaderno sobre un deporte en el que el cuadriceps y el gemelo es importante y quieres estudiar un sector de la población, por ejemplo niños de 16 años...para medir los pliegues como se aira si no dispones de plicómetro??? ¿Se puede prestar en del laboratorio?(el que es de plástico, el "malo").

Tal como se explicó en prácticas y también os comenté en clase, el ensayo a mayores no tiene por que ser en absoluto tomando pliegues y menos aun con plicómetro.

La pregunta 3 trata sobre origen de los errores en las mediciones. Y los ensayos a mayores, tal como os he comentado varias veces en clase han de ser sobre lo mismo. Te vuelvo a repetir lo que ya os he explicado varias veces. Los errores pueden proceder de:

- el instrumento de medida
- la persona que realiza la medición
- los protocolos, metodología etc que se aplica

Se pueden dar en las siguientes situaciones:

- investigación
- tests que realiza el profesor de educación física a sus alumnos o entrenador a sus atletas
- también os expliqué la posibilidad de que lo podáis aplicar al juicio arbitral y os puse algún ejemplo

Como ves tienes muchas opciones, eso sí, tal como os dije, tiene que ser respecto a tu deporte.

En la práctica del Somatocarta, a la hora de pegar el cuadro de los resultados de cada uno de los pliegues, no me aparece la parte de abajo del cuadro, es decir, no me aparece el cuadro del somatotipo y parte del cuadro de la composición corporal. Lo he hecho varias veces asegurándome que lo seleccionaba todo para copiar y pegar, pero cuando lo pego en mi cuaderno como pegado especial / imagen / detrás del texto, no me aparecen los 2 cuadros que te he dicho antes porque se me quedan fuera de la hoja.

Una vez enganchado, con pegado especial, como bien dices, y tras seleccionar detrás del texto, puedes modificar el tamaño (de forma proporcional) para que te quepa y no se te despagine. Otra posibilidad que tendrías es cortar en dos veces el copiar y pegar, pero siempre sin despagnar el cuaderno y que lo que ha de ir en cada página, aunque pudiera cambiar un poco su posición, aparezca aproximadamente donde está en la plantilla del cuaderno.

9- Pregunta 5 del cuaderno

He estado navegando por Internet y he visto esta foto de Zidane lanzando una falta y he pensado si la podría utilizar para la pregunta 5 como bien ejecutada, y hacerme una foto yo realizando la misma técnica pero mal ejecutada. Le digo esto porque he visto algún cuaderno de otros años y he visto que han colocado a algún jugador de élite ejecutando la técnica bien y luego se han colocado ellos realizándola mal.

No. Lo que pretendo es que vosotros mismos hagáis la técnica correcta y la incorrecta. Esto respecto al trabajo mínimo que pido a todos.

La foto de Zidane, que me ha llegado y está muy bien, la puedes usar para trabajo a mayores y lo que haces es comparar su ejecución con las tuyas (la buena y la mala).

10- Pregunta 7 del cuaderno

Quería preguntar si en la práctica 7, la velocidad de liberación en la carrera sería la fase impulso y si la altura de liberación sería la fase aérea.

El movimiento parabólico, en la carrera, es el que realiza el CG en la fase aérea. Lo que llamamos altura de liberación (diferencia de alturas desde el final de la impulsión hasta la llegada de nuevo al suelo) puedes considerarlo para simplificar como 0 a no ser que encuentres datos de estudios al respecto y los referencias). La velocidad es la que tiene el CG tras acabar la impulsión (o lo que es lo mismo, al iniciar el vuelo). El ángulo es el ángulo de salida del CG

Lo puedo realizar de un estudio de biomecánica realizado a atletas ciegos.

Si, claro.

La discusión, ¿hay que rellenarla si lo hemos hecho referencial?

Si, claro. Explicando si con otros valores el lanzamiento o chute o salto o zancada mejoraría. Si es correcto el ángulo, velocidad y altura y porqué.

Cuando dice "la situación en lo que ha dado", ¿a qué se refiere?

Si, explicas en que situación se produjo. Por ejemplo, en un saque de banda de tal jugador en el partido del Real Madri contra el Barça en tal fecha, en tal minuto de juego etc. Si es referenciado, estos datos vendrán en el artículo.

Si es inventado también tienes que situarlo en algo que pueda darse (que no sea descomunal o imposible), pero has de especificar en qué situación sería.

11- Pregunta 8 del cuaderno

Ante cualquier duda consultad el documento que os hice (Uso de Dinascan2°.pdf) que lo tenéis en la página web y también en fotocopias.

Es importante que la gráfica de excel que vais a exportar a word para colocar encima del fotopodograma escaneado la hagáis vosotros mismos a partir de los datos de las proyecciones X e Y del CG, así podréis configurarla convenientemente para que os salga todo bien. En Excel, antes de exportarla tenéis que pinchar dentro de los ejes 2 veces con el ratón y se abrirá el cuadro de diálogo de "formato del área del trazado" una vez hecho esto marcáis en "área" "ninguna". Hacéis después lo mismo pinchando fuera de los ejes y se abrirá el cuadro de diálogo de "formato del área del gráfico" y marcáis en "área" "ninguna". Una vez hechas estas operaciones podéis exportar el gráfico a word.

Si el ordenador os da muchos problemas en esta práctica y ya vais retrasados pedid ayuda a compañeros vuestros o usad procedimientos no informáticos para rellenar la pregunta.

En la gráfica del test 2 (equilibrio con hiperextensión de cuello), el trazo sale más grueso que en la del test 1 pero si vas a grosor de la línea, está marcado igual, así que de ahí esta diferencia; ¿por qué puede ser?

Seguramente es porque tienen activado "marcador" está al lado derecho de donde te muestra las opciones de las "líneas". Habría que quitar lo de marcador. Puedes graficar tu por tu cuenta las gráficas (desactiva los marcadores y así se verán más delgadas.

Tengo unas dudas sobre el cuaderno: en la pregunta 8 una vez que he escaneado el fotopodograma, lo llevo a microsoft word donde igualmente llevo las graficas del centro de presiones, ahora pues; ¿que tengo que hacer para poner la grafica encima del podograma?

- Pinchar con el ratón encima del podograma. Pulsar el botón derecho y seleccionar "formato de imagen". Dale a la pestaña "diseño" y selecciona "detrás del texto".
- A continuación selecciona la gráfica del recorrido de la protección del CG pinchando con el ratón. Pincha en "dibujo" (suele estar en la línea de herramientas de abajo). Selecciona "ajuste de texto". Marca "transparente".
- Pincha la gráfica y colócala en el lugar adecuado sobre el podograma.

¿A que porcentaje ha de estar el podograma para que coincida con la grafica del centro de presiones y así poderlo colocar en el cuaderno?

El porcentaje da igual. Lo único es que los 2 tiene que estar a la misma escala. Para esto lo mejor es que sobre el podograma original marques a lo largo 2 rayitas separadas por ejemplo 10 cm y a lo ancho 2 rayitas más separadas por ejemplo 5 cm. A continuación

cuando hagas la gráfica del recorrido del CG haz que en el eje vertical aparezcan marcas cada 10 cm y en el horizontal cada 5.

Ya en word lo único que tienes que hacer es:

- 1- colocar la gráfica sobre el podograma y ajustar la anchura de ambos con la referencia de las rayitas que habías marcado.
- 2- Hacer lo mismo para ajustar la altura de ambos
- 3- Colocar la gráfica sobre las referencias (raya transversal para abcisas y lado interno de la hoja para ordenadas).

Yo he intentado darle a transparente como me dijiste pero esque no me sale.

Pero tienes que dar en el podograma a "detrás del texto"

DIRECCIONES DE LA LISTA DE CLASE:

manuelalcazar@hotmail.com
labarevalo@hotmail.com
djkarimi@hotmail.com
pabloburillo@yahoo.es
gaseosadecafe@hotmail.com
karlitox@hotmail.com
treintaytresyuntercio@hotmail.com
vctxente@terra.es
fatty_nipon@hotmail.com
julagarcer@hotmail.com
javierdiafer@msn.com
jose_carlos_6@hotmail.com
jesus_baecus@hotmail.com
hugodolz@hotmail.com
bootlegshd@hotmail.com
luiscuadro@hotmail.com
vastusolo@hotmail.com
evarnedo@hotmail.com
bee_mo@hotmail.com
pitotodj@hotmail.com
fatimagallego@latinmail.com
onlystrongers@hotmail.com
soniadora84@hotmail.com
pinete19@hotmail.com
mariaglo69@hotmail.com
emiliogonz@terra.es
marujysud@hotmail.com
carlankis@hotmail.com
jherraiz84@hotmail.com
emilvir@hotmail.com
xplatax@msn.com
yokit212@hotmail.com
agustinmaroto@hotmail.com
magdaxu@hotmail.com
ja_monty@hotmail.com
alesander1z@hotmail.com
mariopelon@hotmail.com
tatiandk@hotmail.com
rodrigoperal@eresmas.com
javineftoledo@hotmail.com
javinef@eresmas.com
jorgevoruko@hotmail.com
ivanpincho@hotmail.com
rrquinquer@hotmail.com
tere10laudrup@yahoo.es
sinobascuba@hotmail.com
soliss2000@hotmail.com
edhea17@hotmail.com
siravc@hotmail.com

serpadelestpa@ono.com
myckeideportes@yahoo.es
Luis.Alegre@uclm.es
jmarmar2@hotmail.com
barcina_patricia10@hotmail.com
bolose@hotmail.com
serpadelestpa@ono.com
alesanderlz@hotmail.com
mariopelon@hotmail.com
antoniolendinez@yahoo.es
emilogmora@hotmail.es