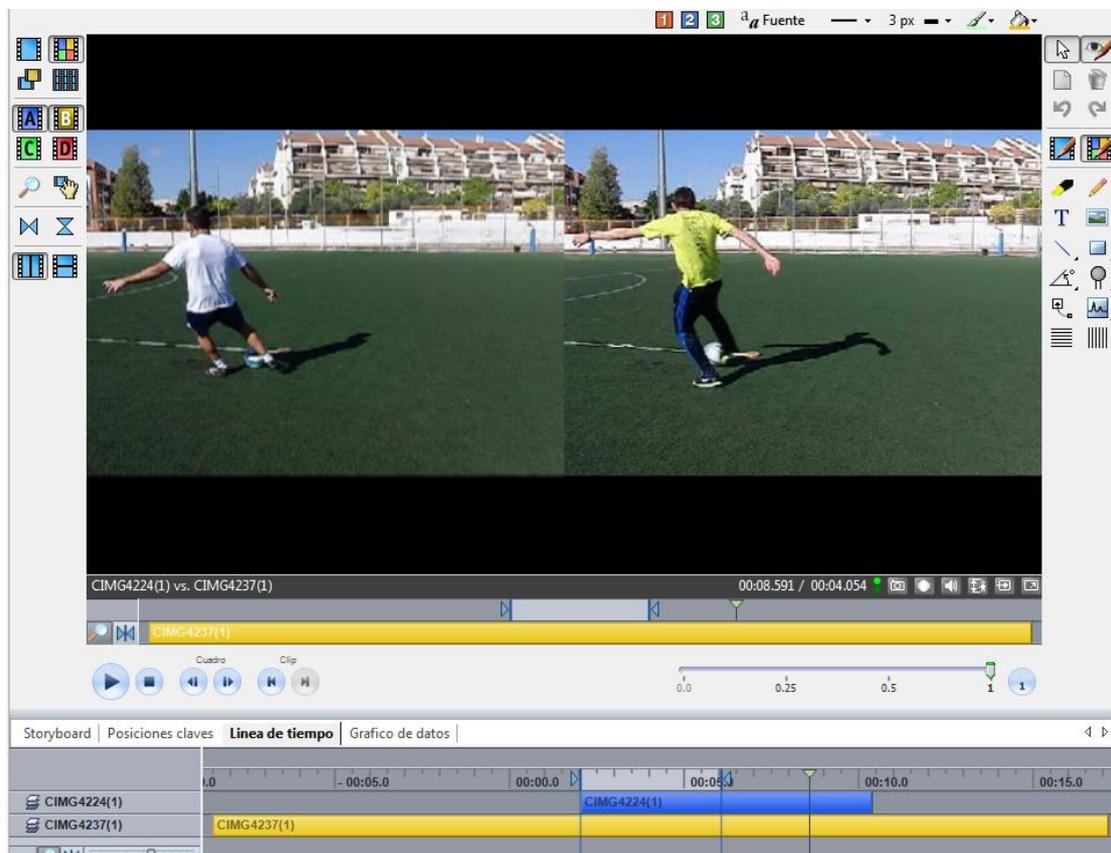


Análisis de los ángulos que forman los brazos en un lanzamiento de libre directo









Informe sobre el análisis de la angulación de los brazos en el golpeo del balón

A través de la práctica realizada con el programa Dartfish, hemos tenido la oportunidad de trabajar con un programa de análisis de movimientos.

En nuestro caso utilizamos un video grabado por nosotros mismos en el que nuestro compañero Pedro Rebollo realiza un lanzamiento de libre directo en el campo de fútbol. Concretamente en el media-book que hemos creado a través de este programa intentamos realizar un pequeño análisis sobre la posición de los brazos durante el golpeo, observando sobre todo las angulaciones de los mismos con respecto al tronco.

Observemos a continuación las diferentes fases analizadas:



1. Fase Aproximación

Brazos bastante pegados al cuerpo. El brazo contrario de la pierna dominante forma un ángulo de 60° respecto al cuerpo y está más adelantado que su contrario, estando éste situado detrás a un ángulo inferior a 20° sobre el tronco.

2. Fase preparación golpeo

El brazo contrario al brazo dominante (izquierdo) asciende hasta un ángulo superior a 90° . El ángulo del otro brazo desciende significativamente.

3. Fase Golpeo

Los brazos se igualan. El izquierdo baja a 70%, mientras que el otro aumenta a unos 40%, sirviendo así como estabilizador en el momento del golpeo. De esta manera permite que el jugador no pierda el equilibrio en la fase de máxima potencia.

4. Fase Postgolpeo

El brazo de la pierna dominante queda más retrasado que anteriormente en contraposición de la pierna que acaba de golpear el esférico. Los ángulos se invierten, llegando en este momento a su máxima amplitud. De esta manera, se aprecia el movimiento circular de los brazos según la fase.

Para finalizar a modo de conclusión simplemente comentar que nos ha parecido un programa de mucha utilidad, sobre todo a la hora de analizar diferentes gestos técnicos y de esta manera poder prevenir posibles lesiones, aunque puede que en un principio sea un tanto complicado de manejar.