

RESUMEN

El presente proyecto de investigación denominado “Incidencia del control biomecánico de la cargada olímpica en la halterofilia en el mejoramiento del nivel técnico de los deportistas de la Concentración Deportiva de Pichincha”, presenta un estudio cuasi experimental, realizado con la selección pre-juvenil de la disciplina deportiva del levantamiento de pesas de la Concentración Deportiva de Pichincha, cuyo objetivo principal fue determinar la incidencia del control biomecánico de la cargada olímpica en el mejoramiento del nivel técnico de los deportistas. La muestra de estudio estuvo conformada de 6 deportistas con una media de edad de 16. Los instrumentos utilizados durante la investigación fueron un protocolo de análisis del nivel técnico y el análisis biomecánico por medio del software denominado kinovea 8.15, para el análisis de los parámetros biomecánicos en evaluación, la trayectoria de la barra durante la ejecución del movimiento. En el periodo de intervención se ejecutó una planificación para la corrección de errores, la cual tuvo una incidencia positiva en la corrección de errores en el gesto técnico determinados por la trayectoria expresada, este periodo duro 16 semanas. Los resultados de la investigación determinaron que después de la ejecución de dicha planificación el nivel técnico de los deportistas, tuvo una variación en sus medias en 1 a nivel de intentos realizados, un 0,8 a nivel de puntaje y un incremento de 3,5 kg en los totales. De igual manera se observó variaciones en los tipos de trayectoria presentados inclinándose a la trayectoria tipo “A” en el periodo post intervención, lo que evidencia la eficiencia y eficacia de la propuesta planteada.

PALABRAS CLAVE:

- **CARGADA OLÍMPICA.**
- **BIOMECÁNICA.**
- **NIVEL TÉCNICO.**
- **TIPOS DE SALIDA.**

ABSTRAC

The present research project called "Incidence of the biomechanical control of the Olympic load in weightlifting in the improvement of the technical level of athletes of the sports concentration of Pichincha", presents a quasi-experimental study, carried out with the pre-juvenile selection of the sports discipline of the weightlifting of the Sports Concentration of Pichincha, whose main objective was to determine the incidence of the biomechanical control of the Olympic load in the improvement of the technical level of the athletes. The study sample consisted of 6 athletes with an average age of 16. The instruments used during the investigation were a protocol of analysis of technical level and biomechanical analysis by means of software called kinovea 8.15, for the analysis of biomechanical parameters in evaluation, the trajectory of the bar during the execution of the movement. In the intervention period, a planning for the correction of errors was executed, which had a positive impact on the correction of errors in the technical gesture determined by the trajectory expressed, this period lasted 16 weeks. The results of the investigation determined that after the execution of such planning the technical level of the athletes had a variation in their means in 1 level of attempts made, a 0.8 level of score and an increase of 3, 5 kg in totals. Likewise, variations were observed in the types of trajectories presented, inclining to the "A" trajectory in the post-intervention period, which demonstrates the efficiency and effectiveness of the proposed proposal.

KEYWORDS:

- **OLYMPIC CHARGED.**
- **BIOMECHANICS.**
- **TECHNICAL LEVEL.**
- **TYPES OF OUTPU.**