



# LEPES

Facultad de Educación • Año 2016 • Número 20



UP  
SA

S

## Salmantinos

de EDUCACIÓN

### ARTÍCULOS Y EXPERIENCIAS

*El calentamiento en deportes de equipo:  
revisión y nuevas perspectivas*  
Javier Sánchez Sánchez,  
Manuel Carretero González y  
Cristina Petisco Rodríguez

*¿Qué factores influyen en la carga  
física de un partido de fútbol?*  
Jaime Gutiérrez Macías,  
Javier Sánchez Sánchez y  
David Casamichana Gómez

*Influencia del ciclo menstrual en la capacidad  
anaeróbica en el futbol femenino*  
María Villa del Bosque

*Valoración de las jugadoras comunitarias  
frente a las jugadoras extracomunitarias en  
la liga femenina de baloncesto española*  
José Manuel de Mena Ramos y  
Carlos Ortiz Sanz

*Análisis de las estrategias de entrenamiento  
para la mejora del rendimiento en la capacidad  
de repetir sprints en los deportes colectivos*  
Alejandro Rodríguez Fernández,  
Javier Sánchez Sánchez y  
José Gerardo Villa Vicente

*Deporte, valores y escuela de paz*  
Fernando González Alonso y  
Alexia Cachazo Vasallo

*La actividad físico-deportiva, sus beneficios  
en centros penitenciarios. Una aplicación  
en el centro penitenciario de Burgos*  
Miguel Martínez Antón y  
Álvaro Fernández Ciruelos





# Papeles Salmantinos de Educación

Núm. 20, 2016



REVISTA EDITADA POR LA FACULTAD DE EDUCACIÓN  
UNIVERSIDAD PONTIFICIA DE SALAMANCA

## CONSEJO DE REDACCIÓN

### DIRECTORA

Purificación Cifuentes Vicente (Universidad Pontificia de Salamanca)

### SUBDIRECTORA Y SECRETARIA

Begoña Díaz Rincón (Universidad Pontificia de Salamanca)

### EQUIPO DE REDACCIÓN

Amparo Jiménez Vivas (Universidad Pontificia de Salamanca)  
José Manuel Alfonso Sánchez (Universidad Pontificia de Salamanca)  
Eulalia Torrubia Balagué (Universidad Pontificia de Salamanca)  
Javier Sánchez Sánchez (Universidad Pontificia de Salamanca)

### CONSEJO ASESOR

Renata Viganò (Università Cattolica del Sacro Cuore, Italia)  
Jean-Marie De Ketele (Université catholique de Louvain, Bélgica)  
Mariane Frenay (Université catholique de Louvain, Bélgica)  
Jacques Grégoire (Université catholique de Louvain, Bélgica)  
Michel Bonami (Université catholique de Louvain, Bélgica)  
Isabel Soto Cornejo (I.S.P. Haute Ecole Galilée, Bélgica)  
Gloria Soto Moratinos (Universidad del Estado de San Francisco, EE.UU.)  
Valter Kuchenbecker (Universidad Luterana de Brasil)  
Arno Bayer (Universidad Luterana de Brasil)  
Alfredo Jiménez Eguizabal (Universidad de Burgos)  
Carmen Labrador Herráiz (Universidad Complutense de Madrid)  
María Teresa Anguera Argilaga (Universidad de Barcelona)  
Manuel Delgado Ruiz (Universidad de Barcelona)  
Alfonso Barca Lozano (Universidad de La Coruña)  
José Luís Marcos Malmierca (Universidad de La Coruña)  
María Dolores Pérez Grande (Universidad de Salamanca)  
José María Hernández Díaz (Universidad de Salamanca)  
Dionisio de Castro Cardoso (Universidad de Salamanca)  
Marceliano Arranz Rodrigo (Universidad Pontificia de Salamanca)  
María Francisca Martín Tabernero (Universidad Pontificia de Salamanca)  
Federico Aznar Gil (Universidad Pontificia de Salamanca)  
Teresa Sánchez Sánchez (Universidad Pontificia de Salamanca)  
Adoración Holgado Sánchez (Universidad Pontificia de Salamanca)  
M<sup>º</sup> Jesús García Arroyo (Universidad Pontificia de Salamanca)  
Carmen Serdio Sánchez (Universidad Pontificia de Salamanca)

Revista número 20

Anuario 2016

Edita: Facultad de Educación de la Universidad Pontificia de Salamanca  
Subscripciones: «Papeles Salmantinos de Educación», Universidad Pontificia  
de Salamanca, Servicio de Publicaciones, C/ Compañía 5, 37002 Salamanca

I.S.S.N.: 2340-1508

Depósito Legal: S. 173-2013

Realiza: Kadmos, Compañía 5, 37002 Salamanca

El editor no se hace responsable de las opiniones expresadas por los autores en esta revista, ni comparte necesariamente las ideas manifestadas.

No está permitida la reproducción total o parcial de esta revista, ni su tratamiento informático, ni la transmisión de ninguna forma o por cualquier medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopia, por registro u otros medios, sin el permiso por escrito y previo del editor.

# ÍNDICE

## ARTÍCULOS Y EXPERIENCIAS

<b>El calentamiento en deportes de equipo: revisión y nuevas perspectivas</b> <i>por Javier Sánchez Sánchez, Manuel Carretero González y Cristina Petisco Rodríguez.....</i>	13
<b>¿Qué factores influyen en la carga física de un partido de fútbol?</b> <i>por Jaime Gutiérrez Macías, Javier Sánchez Sánchez y David Casamichana Gómez.....</i>	35
<b>Influencia del ciclo menstrual en la capacidad anaeróbica en el futbol femenino</b> <i>por María Villa del Bosque .....</i>	49
<b>Valoración de las jugadoras comunitarias frente a las jugadoras extracomunitarias en la liga femenina de baloncesto española</b> <i>por José Manuel de Mena Ramos y Carlos Ortiz Sanz .....</i>	69
<b>Análisis de las estrategias de entrenamiento para la mejora del rendimiento en la capacidad de repetir sprints en los deportes colectivos</b> <i>por Alejandro Rodríguez Fernández, Javier Sánchez Sánchez y José Gerardo Villa Vicente .....</i>	89
<b>Deporte, valores y escuela de paz</b> <i>por Fernando González Alonso y Alexia Cachazo Vasallo ..</i>	111
<b>La actividad físico-deportiva, sus beneficios en centros penitenciarios. Una aplicación en el centro penitenciario de Burgos</b> <i>por Miguel Martínez Antón y Álvaro Fernández Ciruelos...</i>	133
<b>LIBROS .....</b>	159
<b>COLABORAN EN ESTE NÚMERO.....</b>	171
<b>NORMAS DE PRESENTACIÓN DE ORIGINALES.....</b>	179

# CONTENTS

## ARTICLES AND EXPERIENCES

<b>Warm-up team sports: review and new perspectives</b> <i>by Javier Sánchez Sánchez, Manuel Carretero González &amp; Cristina Petisco Rodríguez</i> .....	13
<b>What factors influence the physical load of a football match?</b> <i>by Jaime Gutiérrez Macías, Javier Sánchez Sánchez &amp; David Casamichana Gómez</i> .....	35
<b>Influence of the menstrual cycle in the anaerobic capacity in female soccer players</b> <i>by María Villa del Bosque</i> .....	49
<b>Assessment of the community players against non-eu players in the spanish women's basketball league</b> <i>by José Manuel de Mena Ramos &amp; Carlos Ortiz Sanz</i> .....	69
<b>Analysis of training strategies for performance improvement in repeat sprint ability in team sports</b> <i>by Alejandro Rodríguez Fernández, Javier Sánchez Sánchez &amp; José Gerardo Villa Vicente</i> .....	89
<b>Sport, values and school of peace</b> <i>by Fernando González Alonso &amp; Alexia Cachazo Vasallo</i> ..	111
<b>The benefits of sport and physical activity in prisons. An implementation in the prison of Burgos (Spain)</b> <i>by Miguel Martínez Antón &amp; Álvaro Fernández Ciruelos</i> ...	133
<b>BOOKS</b> .....	159
<b>THEY COLLABORATE IN THIS NUMBER</b> .....	171
<b>PROCEDURE OF PRESENTATION OF ORIGINAL</b> .....	179

# **Monográfico: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte**

---





## PRESENTACIÓN

El ejercicio físico y la práctica deportiva son un fenómeno social sin discusión. Ambas estrategias son consideradas como una fuente de salud, que colabora en la mejora de la calidad de vida de los individuos. Las numerosas bondades de esta práctica no deberían ser establecidas *per sé*, sino que usuarios y profesionales deberían tener presente que sólo emergen desde una praxis realizada con fundamento. Esto implica que pueda ser canalizada por profesionales capacitados para el diseño y puesta en práctica de intervenciones ajustadas a un objetivo.

La dimensión del fenómeno físico-deportivo trasciende el plano social y se inserta directamente dentro del espectro económico. El interés que rodea al deporte popular y al deporte espectáculo ha provocado que la ciencia del entrenamiento evolucione de manera vertiginosa intentando dar contenido a muchas de las prácticas que se realizan en estos contextos. El afán por aportar conocimiento empírico debe ser convenientemente transferido al contexto real de aplicación, de manera que entrenadores y preparadores físicos deberían tener la habilidad por convertir la evidencia científica en evidencia práctica con la que nutrir sus programas de intervención. En este proceso, la intervención de los profesionales del entrenamiento debe ser tramitada desde una orientación multidisciplinar, con la que poder nutrir de manera integrada todas las demandas que adquiere la práctica físico-deportiva.

La revista Papeles Salmantinos de Educación dedica su número 20 al campo de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Para ello cuenta con la colaboración de Profesores y Alumnos vinculados al Grado de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte que se imparte en la Facultad de Educación de la Universidad Pontificia de Salamanca (UPSA). También recoge algunas de las líneas de investigación que desde el Grupo de Investigación Planificación y Evaluación del Entrenamiento y Rendimiento Deportivo se están

Javier Sánchez Sánchez

desarrollando en la actualidad. El objetivo fundamental será aportar conocimiento, resaltar nuevas perspectivas de trabajo y subrayar algunos de los contextos de estudio que cobran una dimensión especial en el marco de las Ciencias de la Actividad Física y el Entrenamiento.

*Javier Sánchez Sánchez*

## **Artículos y experiencias**

---