

Centro Regional de Alto Rendimiento (CReAR) Estadísticas 2020 - 2023

Índice

Introducción	3
Evaluaciones	4
Capacitaciones	7
Campus	8

Introducción

El Centro Regional de Alto Rendimiento (CReAR) trasciende lo estrictamente deportivo y se involucra en el plano social y educativo, avanzando en principios comunes que tengan como pilares generar la igualdad de oportunidades a través de la práctica, el entrenamiento, la competencia y la educación, en el marco de procesos pedagógicos sistemáticos, destinado tanto a deportistas convencionales como con discapacidad, siempre bajo la guía de equipos técnicos profesionales, para colaborar no solo con la educación del atleta sino también con la de su entorno y contención familiar.

Desde el año 2020 y hasta la actualidad, el CReAR llevó a cabo **evaluaciones** de deportistas federados de la ciudad, con el objetivo de obtener un conocimiento del grado de aptitud física individual del deportista. Las evaluaciones realizadas fueron:

- ✓ El test de flexibilidad de Wells y Dillon.
- ✓ El test YO YO de consumo de oxígeno.
- ✓ El test de Coordinación en 10 metros.
- ✓ El test de potencia de piernas Saltar y Alcanzar.
- ✓ El test de Sprint en 30 metros sobre potencia anaeróbica y velocidad máxima.

En el período que concierne este trabajo, fueron llevados a cabo también **capacitaciones** y **campus**. Las capacitaciones son un espacio destinado a la gestión, el perfeccionamiento y la coordinación de los proyectos que apuntan a mejorar, capacitar y desarrollar el conocimiento a nivel formativo y deportivo de los docentes, instructores y entrenadores de nuestra región. Por su parte, los campus son jornadas formativas destinadas a niños y jóvenes que practican una determinada actividad. Es habitual que los campus sean organizados por clubes o asociaciones que cuentan con equipos profesionales, o por deportistas destacados en su disciplina que desean transmitir sus enseñanzas a las nuevas generaciones.

En este trabajo se lleva a cabo un análisis de datos exhaustivo mediante el uso de gráficos, tablas y estadísticas para observar la información recopilada por el CReAR durante los años 2020 y 2023. En las secciones que se presentan a continuación se muestran los resultados obtenidos sobre las evaluaciones, las capacitaciones y los campus realizados en el período mencionado.

Evaluaciones

En esta sección se analiza el trabajo realizado durante los años 2020 y 2023 en el Proyecto Evaluaciones del CReAR, por el cual a través de test específicos, se obtiene un conocimiento del grado de aptitud física individual del deportista, que sirve a los entrenadores en los distintos procesos y en la planificación del entrenamiento. La evaluación en el deporte tiene como principal aporte el control biológico del proceso de entrenamiento, logrando respetar el principio de individualidad del entrenamiento deportivo, hacia el logro de la máxima performance del individuo. Desde su creación y hasta el año 2023, fueron realizadas 14.842 evaluaciones en 4.146 deportistas distintos y participaron 82 clubes de la ciudad.

Deportistas
4.146

Evaluaciones
14.712

Clubes
82

Gráfico 1. Distribución del sexo de los deportistas, año 2020 a 2023

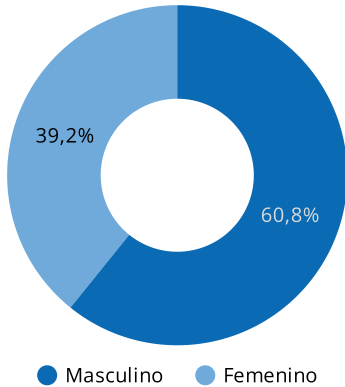


Gráfico 2. Distribución de los deportistas según su grupo etario, año 2020 a 2023

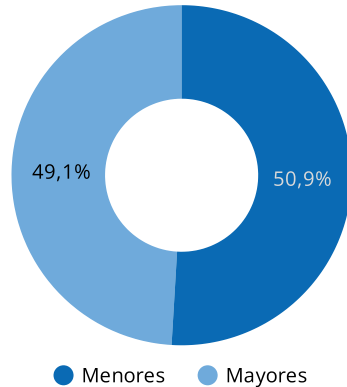
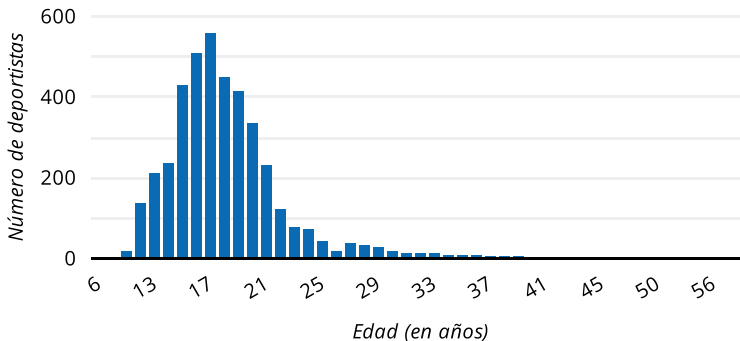


Gráfico 3. Distribución de la edad de los deportistas, año 2020 a 2023



Rango etario
6 a 65 años

Edad mediana
18 años

Gráfico 4. Número de deportistas según cada evaluación, año 2020 a 2023

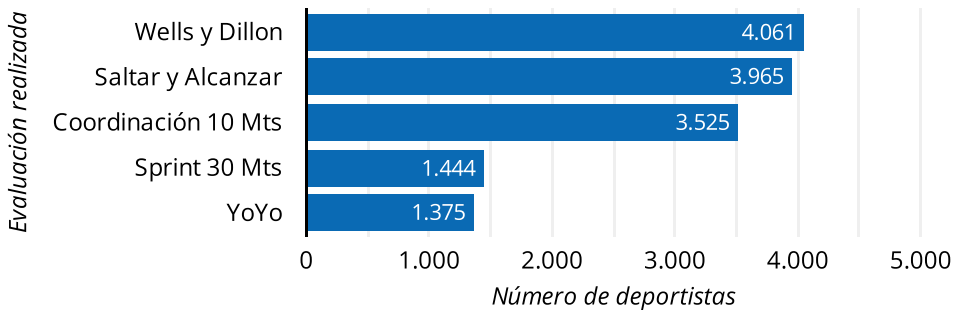
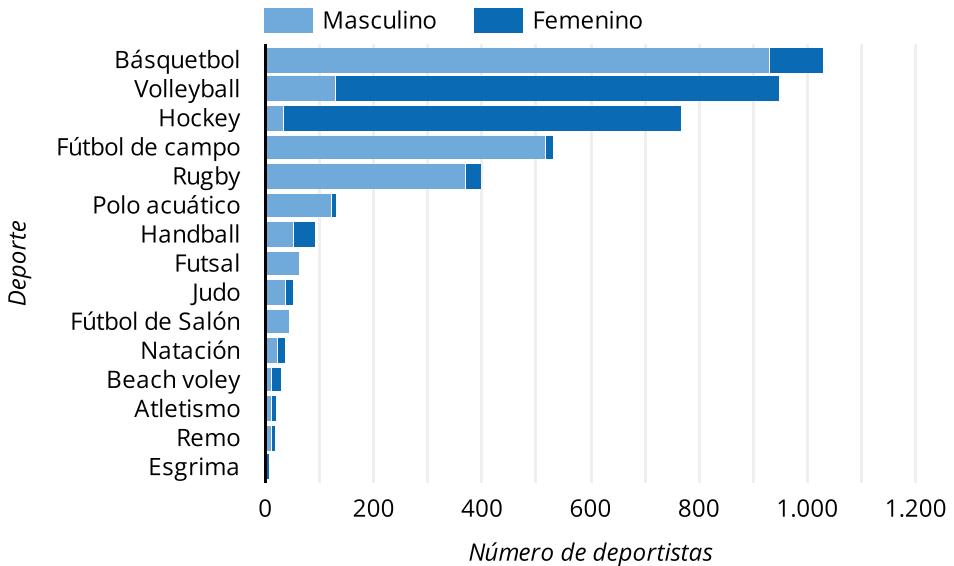


Gráfico 5. Número de deportistas según el deporte que practican, año 2020 a 2023



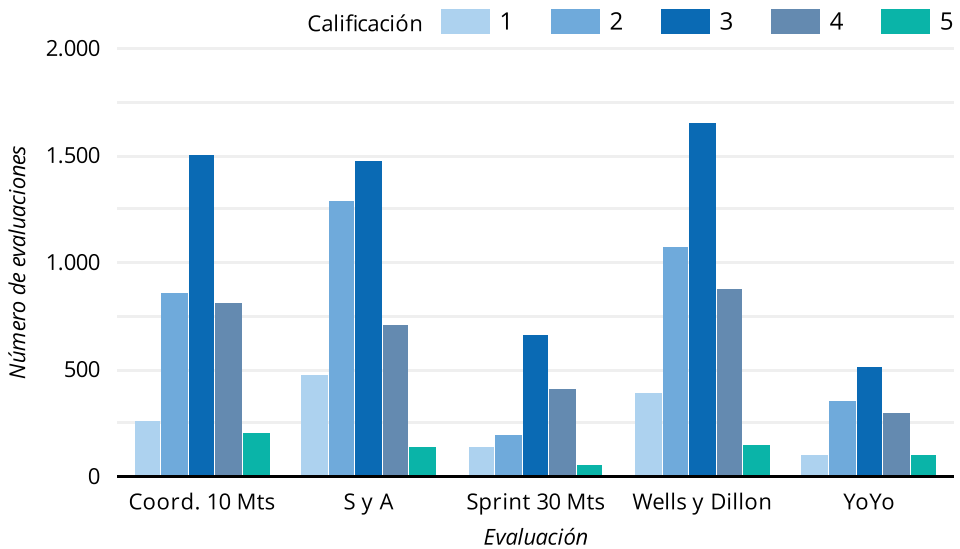
Del total de deportistas analizados entre 2020 y 2023:

- ✓ El 60,8% son de sexo masculino.
- ✓ La edad varía entre 6 y 65 años, la edad mediana es de 18 años y la mayor densidad de deportistas se observa entre los 12 y los 30 años.
- ✓ Las evaluaciones más realizadas fueron la de Wells y Dillon, la de Saltar y Alcanzar y la de Coordinación en 10 metros.
- ✓ El deportes más frecuentes entre los deportistas masculinos evaluados fueron el básquetbol, el fútbol de campo y el rugby, mientras que para las deportistas mujeres fueron el hockey y el volleyball.

Tabla 1. Resumen de los resultados de cada evaluación, año 2020 a 2023

Evaluación	Unidad	n	Media	Desvío
Wells y Dillon	Centímetros	4.147	7,23	8,27
Saltar y Alcanzar	Centímetros	4.083	37,23	11,31
Coordinación 10 Mts	Segundos	3.646	15,36	1,59
Sprint 30 Mts	Segundos	1.460	5,25	1,31
YoYo	Metros	1.376	1.187,69	555,21

Gráfico 6. Distribución de las calificaciones de las evaluaciones realizadas, año 2020 a 2023



La evaluación de Wells y Dillon (flexibilidad) tuvo un resultado promedio de 7,23 centímetros. Por su parte, las evaluaciones Saltar y Alcanzar (potencia de piernas) y YoYo (consumo de oxígeno) proporcionaron un resultado promedio de 37,23 centímetros y 1187,69 metros, respectivamente. Por último, las evaluaciones Coordinación en 10 metros y Sprint en 30 metros (potencia anaeróbica, velocidad máxima) tuvieron un resultado promedio de 15,36 y 5,25 segundos, respectivamente. Además se observa que la distribución de las distintas calificaciones es semejante en todas las evaluaciones realizadas y la calificación 3 es la predominante.

Capacitaciones

Este proyecto busca promover y gestionar espacios de formación y capacitación, poniendo a disposición de las Asociaciones y Federaciones la logística con la que cuenta la Secretaría de Deporte y Turismo de acuerdo a los objetivos propuestos. Este espacio está destinado a la gestión, el perfeccionamiento y la coordinación de los proyectos que apuntan a mejorar, capacitar y desarrollar el conocimiento a nivel formativo y deportivo de los docentes, instructores, entrenadores y dirigentes de la región.

Gráfico 7. Distribución de la modalidad de las capacitaciones, año 2020 a 2023

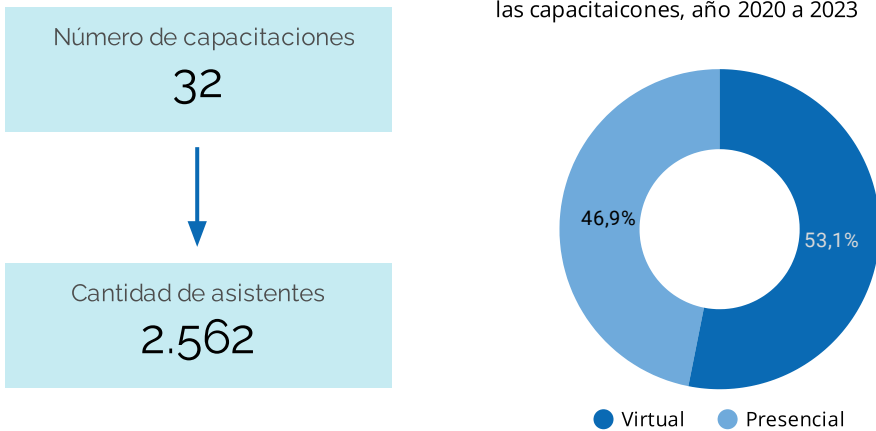


Gráfico 8. Distribución de las temáticas de las capacitaciones, año 2020 a 2023



Entre los años 2020 y 2023 fueron llevadas a cabo 32 capacitaciones que incluyeron a más de 2500 asistentes en temáticas variadas. Entre las más frecuentes, se encuentran capacitaciones sobre actividad física, deporte y salud y sobre psicología y nutrición. Además, de las 32 capacitaciones realizadas, un 46,9% fueron realizadas con modalidad virtual y el 53,1% restante, presencial.

Campus

Este proyecto busca promover la realización de campus deportivos por parte de las Asociaciones y Federaciones, generando espacios convivencia y aprendizaje específico de distintas disciplinas deportivas. Se entiende por campus a los espacios donde deportistas, técnicos, padres e interesados pueden compartir las vivencias y el conocimiento de personalidades del deporte, siendo un ámbito donde se combinan actividades teóricas y prácticas.



Gráfico 9. Número de campus realizados según deporte, año 2020 a 2023

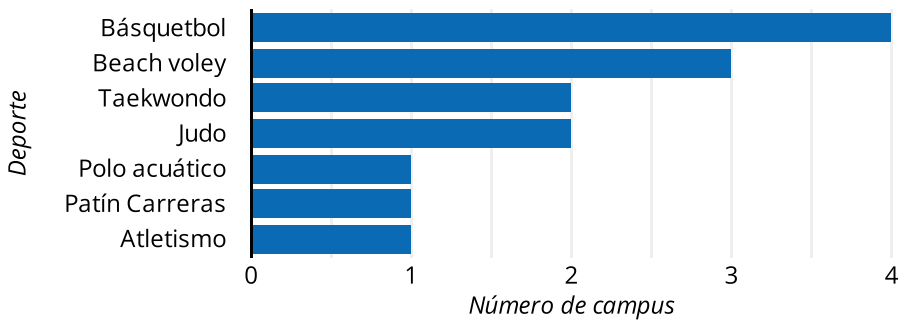
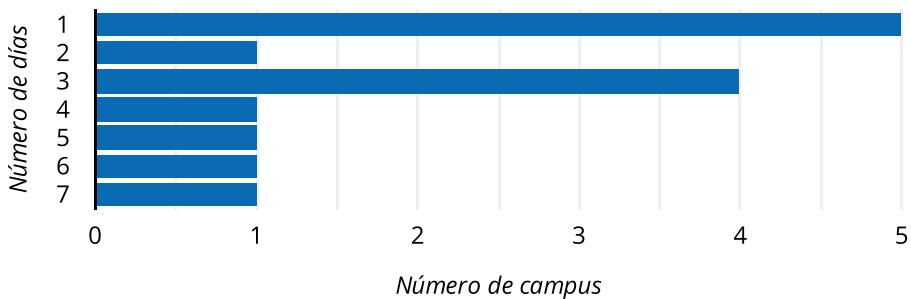


Gráfico 10. Distribución del número de días que duró el campus, año 2020 a 2023



Entre los años 2020 y 2023 se realizaron un total de 14 campus de diferentes deportes: básquetbol, Beach voley, Taekwondo, entre otros. La mayoría de ellos duraron uno y tres días, y asistieron un total de aproximadamente 1.200 personas.