**TERCER TALLER VIDEOGRAFÍA**

**BIOMECÁNICA - FUNDACIÓN UNIVERSITARIA DEL ÁREA ANDINA**

**PROGRAMA FISIOTERAPIA**

1. Indagar gestos y diferencias entre: (No deben ser relatados en el trabajo final)
2. Squat Jump (SJ)
3. Countermovement Jump (CJ)
4. Drop Jump (DJ)
5. Indagar definición de fuerza explosiva, fuerza elástico explosiva y fuerza elástico explosiva reactiva y su relación con cada uno de los tres saltos de la primera pregunta
6. Elaborar video en 2D en vista lateral y frontal para cada uno de los tres saltos con las mismas especificaciones técnicas de los videos elaborados en taller anterior
7. Elaborar fotogramas que indiquen el valor de la flexión de rodilla en profundidad máxima del salto (Fulcro en epicóndilo lateral femoral, proyecciones a trocánter mayor y maléolo lateral)
8. Elaborar trayectoria de salto en vista frontal, tomando como referencia el punto medio entre las espinas ilíacas antero – superiores e identificar:
   1. Altura máxima de salto en cm, para cada uno de los saltos
   2. Velocidad de salto en el momento del despegue, máxima velocidad de la trayectoria de salto y velocidad de salto en el momento de altura máxima, para cada uno de los saltos
9. Elaborar tiempo de vuelo para cada uno de los saltos (tiempo entre el primer fotograma que indica pérdida de contacto con el piso en el momento de despegue y el fotograma de primer contacto con el piso en el momento del aterrizaje)
10. Discutir los resultados de acuerdo al comportamiento muscular deducido de cada uno de los saltos (relacionar tipos de contracciones de los principales músculos involucrados en las fases de despegue y aterrizaje de los saltos), su normalidad o anormalidad de acuerdo al análisis en la fuerza explosiva (SJ), fuerza elástico explosiva (CMJ) y fuerza elástico explosiva – reactiva (DJ)