

**Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua
UNAN-LEÓN
Facultad de Ciencias de la Educación y Humanidades
Departamento de Educación Física y Deportes**



Tema:

Propuesta de Guía Metodológica para la Enseñanza de las Técnicas del Voleo de Voleibol Sala Masculino para Estudiantes del Séptimo Grado del Instituto Nacional de Occidente (INO) del Municipio de León, Departamento de León, en el segundo semestre del año 2013.

Monografía para Optar al Título de Licenciado en Educación Física y Deportes.

Autores:

Br. Jesús Alexander Pineda Úbeda

Br. Wilber José Chávez

Bra. Esther Josoell Estrada Guillen

Tutor: Msc. Julio Rivas

León, noviembre 2013

“A la Libertad por la Universidad”



Agradecimiento A:

- Nuestro padre celestial por brindarnos la oportunidad de haber culminado con éxito nuestro trabajo monográfico, esperando siempre nos siga Bendiciendo a cada momento y así mismo poder lograr todas las metas propuestas en el futuro.
- Mis padres por darme el apoyo económico y moral, los profesores del Departamento de Educación Física y Deportes que nos apoyaron en diferentes circunstancias y nos brindaron muchos conocimientos para nuestro desarrollo.
- Todas las personas que nos apoyaron y aconsejaron a lo largo de nuestros estudios universitarios.

Autores:



Dedicatoria A:

- Dios todopoderoso, por darme la fuerza, la sabiduría, inteligencia, valentía, dedicación, pero sobre todo paciencia por haber culminado con gran éxito nuestro trabajo monográfico.
- Mis padres por haberme brindado todo su apoyo incondicional en lo próspero y en lo adverso ya que mientras en los momentos de tristeza, desfallecimiento, pérdida de fuerzas y ánimos ellos siempre estuvieron con nosotros impulsándonos a seguir adelante y así mismo poder lograr nuestros objetivos y alcanzar nuestra victoria.
- Nosotros por lograr descubrir el verdadero valor de esta carrera universitaria para un mejoramiento del proceso en nuestra vida.

Br. Jesús Alexander Pineda Úbeda



Dedicatoria A:

- Nuestro padre celestial por iluminar nuestra mente y darnos sabiduría con su santo espíritu y por haberme permitido alcanzar mi meta como profesional.
- Mi madre Esneyda Guillen Joya, por el apoyo incondicional que me brindo durante estos años de estudio, por la motivación constante que me ha permitido ser una persona de bien, pero más que nada, por su amor, por los ejemplos de perseverancia y constancia que la caracterizan y que me ha infundido siempre, por el valor que me ha mostrado para salir adelante y llegar a ser una profesional.
- Los profesores del Departamento de Educación Física y Deportes que nos demostraron sus conocimientos cariño y respeto.

Bra. Esther Josoell Estrada Guillen



Dedicatoria A:

- Nuestro señor Jesucristo por haberme bendecido en regalarme la vida, por darme la sabiduría en llevar a cabo este estudio universitario que si no es bajo su voluntad y su amparo no hubiese sido posible culminar este trabajo investigativo.
- Mi Esposa Marlen Ulloa y mi hija Stacy Pamela Chávez Ulloa, por ser los seres que me inspiraron a realizar estos estudios universitarios para el cambio de nuestras vidas y como ejemplo de superación para los demás, También por haberles robado el tiempo que merecíamos compartirlos juntos en familia.
- Los profesores que nos brindaron su tiempo y dedicación orientándonos en este proceso investigativo, quienes con paciencia y profesionalismo, supieron labrar en nosotros el saber a través de las enseñanzas, a quienes entregamos lo que hoy pudimos lograr gracias a sus sabios conocimientos y consejos que nos facilitaron para poder concluir nuestro trabajo de Investigación.

Br. Wilber José Chávez



Carta Aval

En mi calidad de tutor del trabajo monográfico titulado: Propuesta de Guía Metodológica para la Enseñanza de las Técnicas del Voleo de Voleibol Sala Masculino para Estudiantes del Séptimo Grado del Instituto Nacional de Occidente (INO) del Municipio de León, Departamento de León, en el segundo semestre del año 2013. Hago constar, que he seguido el proceso de la investigación y he llevado a cabo la revisión del informe final, por lo que considero que este cumple con los requisitos científicos y metodológicos para ser presentado con trabajo monográfico y optar al grado de licenciado en Educación Física y Deporte.

Dado en la ciudad de León, República de Nicaragua

Msc. Julio Antonio Rivas
Tutor



Tema

Propuesta de Guía Metodológica para la Enseñanza de las Técnicas del Voleo de Voleibol Sala Masculino para Estudiantes del Séptimo Grado del Instituto Nacional de Occidente (INO) del Municipio de León, Departamento de León, en el segundo semestre del año 2013.



Problema

¿La falta de una Guía Metodológica para la Enseñanza de las Técnicas del Voleo de Voleibol Sala Masculino dificulta el rendimiento deportivo en los Estudiantes del Séptimo Grado del Instituto Nacional de Occidente **(INO)**?



Índice	Págs.
Dedicatoria	
Agradecimiento	
Carta Aval	
Tema	
Problema	
Introducción.....	10
Justificación.....	12
Objetivos.....	14
Marco Teórico.....	15
Hipótesis.....	39
Operacionalización de variables.....	40
Diseño Metodológico.....	41
Resultados.....	43
Análisis de los resultados.....	50
Conclusiones.....	52
Recomendaciones.....	53
Bibliografía.....	54
Anexos.....	55



Introducción

El **voleibol** o **balonvolea**, del inglés: Volley Ball, es un deporte de conjunto donde dos equipos se enfrentan sobre un terreno de juego liso separados por una red central, tratando de pasar el balón por encima de la red hacia el suelo del campo contrario.

El balón puede ser tocado o impulsado con golpes limpios, pero no puede ser parado, sujetado, retenido o acompañado. Cada equipo dispone de un número limitado de toques para devolver el balón hacia el campo contrario. Habitualmente el balón se golpea con manos y brazos, pero también con cualquier otra parte del cuerpo. Una de las características más peculiares del voleibol es que los jugadores tienen que ir rotando de sus posiciones a medida que van consiguiendo puntos.

En general, existen diversas modalidades con el nombre de “voleibol”, pero se identifica porque se juega en pista de interior, pero también es muy popular el vóleibol de playa que se juega sobre arena. El voleibol sentado, es una variante con creciente popularidad entre los deportes para discapacitados y la práctica del cachibol está extendida en las comunidades de mayores.

Con este trabajo cualquiera que sea el país, lenguaje, tradiciones, cultura o filosofía, el nivel del deporte depende directamente del valor de esos hombres y mujeres facilitadores que se encargan de la educación, preparación, entrenamiento y dirección de los atletas.

El voleibol, es un deporte que a través de los años, ha tenido una gran evolución dada por la aplicación más avanzada de la ciencia y la técnica, hasta convertirlo en un deporte de competición atlética y de gran vistosidad, por la elaboración de los eventos en sus propagandas, así como las exigencias técnico-tácticas de este deporte.

En su mayoría, la importancia radica en ser un deporte para todos, se puede jugar: en el ámbito escolar, universitario, recreativo de tiempo libre, vacacional y de alto rendimiento, donde se busca el espectáculo y la animación del espectador, el desarrollo de sus métodos de trabajo tanto en la clase de educación física, entrenamiento como en la competición.



Por la gran importancia que tiene el voleibol de salón, realizamos nuestro trabajo investigativo, una Propuesta de Guía Metodológica para la Enseñanza de las Técnicas del Voleo de Voleibol Sala Masculino para Estudiantes del Séptimo Grado del Instituto Nacional de Occidente (INO) del Municipio de León, Departamento de León, en el segundo semestre del año 2013.

Nuestro trabajo de investigación presenta los siguientes capítulos:

Introducción, se presenta una breve descripción del trabajo de investigación. La justificación de la realización de este trabajo, en la cual se plantea el porque del mismo y cuál fue la causa motivadora para realizarlo. También el planteamiento del problema que incluye tanto la formulación como la sistematización del problema, el objetivo general como los específicos.

Marco Teórico, en él se hace referencia a los Antecedentes del problema, Fundamentación Teórica y los Conceptos, y la situación actual de la disciplina de Educación Física, Recreación y Deportes.

Diseño Metodológico, refleja el tipo de estudio que se realizó siendo este cualitativo y cuantitativo o mixto así como el área de estudio, la población y muestra, los instrumentos que se utilizaron para recoger la información necesaria que nos permitiría conocer la situación que enfrenta esta disciplina, específicamente en el Instituto objeto de estudio.

Resultados, expresan los resultados de las encuestas realizadas a los Estudiantes, docentes y Director, donde manifiestan la problemática existente en cuanto a la necesidad existente en el centro.

Conclusiones, específica en que se basó el trabajo realizado, que se descubrió, a que se debe la problemática que enfrentan docentes y estudiantes que nos da la pauta para proponer posibles soluciones.

Recomendaciones, en ella se formula una propuesta de guía metodológica, con la que de aprobarse vendría a dar solución a la problemática que enfrentan los docentes y estudiantes del séptimo grado del Instituto **(INO)** en cuanto a la preparación de los mismos en la clase de voleibol.



Justificación

El actual trabajo investigativo que elegimos surge por la escasez de informaciones bibliográficas relacionadas a las metodologías de las técnicas del voleo de voleibol para la recepción por parte del docente y luego la transmisión a los estudiantes, con la finalidad de lograr el dominio y ejecución correcta de la técnica del voleo de Voleibol.

Otra razón por lo que se está concretizando dicho estudio, es para indagar la importancia que tiene la instrucción del Voleo de Voleibol en los Estudiantes del Séptimo Grado del Instituto Nacional de Occidente **(INO)**. Donde nos permita elaborar de forma detallada una Propuesta de Guía Metodológica para la instrucción del Voleo de Voleibol en este y otros centros educativos de nuestro país, con la sana intención de aumentar los conocimientos técnicos, tácticos y metodológicos que esta disciplina deportiva requiere.

Dando continuidad a la búsqueda de alternativas para la trasmisión de los conocimientos técnicos-metodológicos en el Voleo de Voleibol como deporte, presentamos una iniciativa de solución para desarrollar estas ilustraciones a docentes que imparten la clase de Educación Física Recreación y Deportes en la facilitación e interpretación clara de este deporte a los Estudiantes del Séptimo Grado del Instituto Nacional de Occidente **(INO)**.

Esta labor investigativa, se utilizara para aclaración futura en la recopilación de datos que van a contribuir a la formulación de la inclusión de la enseñanza del Voleo de Voleibol en la clase de Educación Física Recreación y Deportes, como deporte en el nuevo currículo educativo.

Entre otras razones de beneficio en este proceso investigativo con relación a esta disciplina deportiva. Es el aprovechamiento para preparar a los alumnos en jugadores o jugadoras desde su etapa de iniciación, por lo que formularemos una Propuesta de Guía Metodológica, que permita orientar a los profesores de Educación Física Recreación y Deportes, iniciar a obtener resultados en edades escolares y para ello es necesario brindar orientaciones metodológicas en función de incrementar la participación y el desarrollo de jóvenes en esta etapa educativa que se vinculen con el Voleibol, con la sencilla razón de motivar a los profesores de Educación Física Recreación y Deportes



a crear una base de talentos para futuras pretensiones a nivel Municipal, Departamental y Nacional.

Nuestro trabajo investigativo, está basado en una Propuesta de Guía Metodológica, como elemento fundamental para adquirir a corto plazo la creación de un proyecto orientado Metodológicamente a la formación de atletas de ambos sexos en este juego de voleibol como deportista, no específicamente en esa rama, pero con los conocimientos acerca de la necesidad existente en esta disciplina, es de suma necesidad la creación de una Guía Metodológica orientada al fortalecimiento del conocimiento de esta pericia deportiva, que beneficien a los estudiantes y formación de los docentes como base fundamental en la aplicación científica y pedagógica en el desarrollo de este deporte.

Por tanto nos dimos a la tarea de investigar y analizar la importancia que tiene una Propuesta de Guía Metodológica para la enseñanza del Voleo de Voleibol Sala en la Clase de Educación Física y Deportes del Instituto Nacional de Occidente (**INO**), permitiéndonos desarrollar, enriquecer, facilitar, y sobre todo fortalecer los conocimientos elevando de esta manera el nivel técnico metodológico de la enseñanza correcta y recomendada del voleo del voleibol.



Objetivos

Objetivo General

Facilitar Guía Metodológica para la Enseñanza de las Técnicas del Voleo de Voleibol Sala Masculino para Estudiantes del Séptimo Grado del Instituto Nacional de Occidente (INO) del Municipio de León, Departamento de León, en el segundo semestre del año 2013.

Objetivos Específicos

1. Caracterizar a los estudiantes del séptimo Grado del Instituto Nacional de Occidente INO.
2. Identificar habilidades adecuadas para la enseñanza-aprendizaje del Voleo de Voleibol.
3. Describir las técnicas-metodológicas, para la instrucción de los mecanismos del Voleo de Voleibol.



Marco Teórico

Antecedentes

Ante el presente trabajo seleccionado para realizar nuestra investigación fue consultada en diferentes fuentes bibliográficas, programas de educación, monografías, información por internet, no encontrando evidencia de información que conlleve al voleo del voleibol en los centros escolares.

El voleibol inicialmente bajo el nombre de **mintonette**, nació el 9 de febrero de 1895 en Estados Unidos, en Holyoke, Massachusetts. Su inventor fue William George Morgan, un profesor de educación física de la YMCA. Se trataba de un juego de interior por equipos con semejanzas al tenis o al balonmano. Aunque próximo en su alumbramiento al baloncesto por tiempo y espacio, se distancia claramente de éste en la rudeza, al no existir contacto entre los jugadores.

El primer balón fue diseñado especialmente a petición de Morgan por la firma A.G. Spalding y Bros. de Chicopee, Massachusetts. En 1912 se revisaron las reglas iniciales en lo que refiere a las dimensiones de la cancha y del balón no estaban aseguradas, se limita a seis el número de jugadores por equipo, y se incorpora la rotación en el saque. En 1922 se regula el número de toques, se limita el ataque de los zagueros y se establecen los dos puntos de ventaja para la consecución del set.

La Federación Internacional de Voleibol (FIVB) se fundó en 1947 y los primeros campeonatos mundiales tuvieron lugar en 1949 (masculino) y 1952 (femenino). Desde 1964 ha sido deporte olímpico. El vóley playa se incorpora a la FIVB en 1986 y a los Juegos Olímpicos de verano desde 1996.

Recientemente se han introducido cambios sustanciales en el voleibol buscando un juego más vistoso. En 1998 se introduce la figura del jugador líbero. En 2000 se reduce de forma importante la duración de los encuentros al eliminar la exigencia de estar en posesión del saque para puntuar; se puede ganar punto y saque en la misma jugada mientras que antes se podía estar robando saques de forma alternativa sin que el marcador avanzara. Se ha permitido el toque con cualquier parte del cuerpo o se permite que el saque toque la red siempre que acabe pasando a campo contrario.



En 2006 se plantean dos posibles nuevos cambios y se prueban en algunas competiciones: permitir un segundo saque en caso de fallar el primero (como ocurre en tenis) y disponer en el banquillo de un segundo jugador líbero con el que poder alternar a lo largo del partido. Finalmente sólo se acepta, en la revisión aprobada en el congreso de junio de 2008 celebrado en Dubái, la incorporación de un segundo líbero reserva y la posibilidad de intercambiar los líberos una única vez en el transcurso del partido.

En 2010 se revisa la regla del toque de red, y se cambia: solo será falta de toque de red si toca la cinta superior de la red misma e incide en la jugada. También se flexibiliza el juego con dos líberos permitiendo sucesivos cambios del líbero actuante por el segundo líbero a lo largo del partido.

El voleibol entró a Nicaragua por la Costa Atlántica y fue introducido al Pacífico en la época de Anastasio Somoza, la Guardia Nacional jugaba voleibol en la Loma de Tiscapa promovido por un militar de rango superior de nombre Alex Narváez a nivel recreativo. Cuando este funcionario pasa a retiro lo nombran administrador del Estadio Nacional y se interesa por promoverlo a nivel competitivo. Se jugaba en el espacio ubicado entre la barda del home-run y el muro del Estadio, la cancha era de grama y las líneas pintadas con cal, los tubos empotrados y una tarima para el árbitro, las dimensiones de la cancha eran 12 por 12 y jugaban 9 jugadores a cada lado.

Alex Narváez organizó los primeros equipos para jugar, él mismo les enseñaba, para promover el deporte regalaba balones, rodilleras, tobilleras. Entre los primeros equipos formados por él, estaban: El Colonial (formado por habitantes de las colonias aledañas al Estadio Nacional), Los Piratas (eran jugadores de beisbol), La Salle (ex – alumnos del colegio, entre los más destacados Chocorrón Buitrago, Alfredo Artilles y Humberto Quintana, futbolistas), Masse Harlison (compañía de maquinaria pesada que quedaba ubicada del cine Bóer 1 una cuadra arriba) que patrocinó gracias a su gestión equipos de mujeres. Eugenio Leytón reportero del Diario La Prensa fue otro gran promotor de este deporte, a través de la propaganda que le dio logró que vinieran 100 equipos colegiales entre hombres y mujeres. Se jugó en la calle central frente al Estadio, se hicieron Dos canchas allí y una más al lado norte del plantel de carretera frente al palacio de justicia. Luego se nombró al Coronel Edmundo Rocha administrador del Estadio Nacional. El voleibol se introduce en



Nicaragua en los años 40 por la zona de puerto cabeza y Bluefields por las tropas americanas acantonadas en esa zona.

El señor Alex Narváez es quien lo trae a Managua después de verlo jugar en puerto cabeza y fue en el año 45. En ese tiempo se jugaba con nueve jugadores, se comenzó a practicar en una cancha improvisada detrás de la barda del estadio nacional. (Estadio Julio Martínez). La cancha era de tierra y grama este señor Alex Narváez siguió promoviendo el voleibol desde un puesto de administrador del estadio nacional incentivando a los jóvenes que vivían alrededor del estadio entre los que sobre salen el profesor Rolando Mendoza. Y el profesor Oscar Abaunza.

Y en los años 60 y 70 Eugenio Leyton reportero del diario la prensa y trabajador de la dirección de educación física y deportes fue uno de los grandes impulsores del deporte especialmente el voleibol y de manera específica en los colegios destacándose el instituto Ramírez Goyena, Primero de Febrero (Hoy Rigoberto López Pérez) Colegio Bautista Managua, Instituto Miguel De Cervantes, Colegio Asunción, Pureza de María, Colegio inmaculada, Colegio Madre del divino Pastor, de la ciudad de granada I.N.D.O y escuela nacional de comercio, en la ciudad de león I.N.D.O. Colegio San Ramón, la Salle, Asunción, En Chontales el instituto Nacionales. De Camoapa entre otros.

Los equipos libre o de categoría de primera división se destacaron el batallón blindado de la guardia nacional. El colonial, los piratas. Jugadores destacados de la época son Owen TOM (Costa caribe). Rolando Mendoza, Osar Abaunza José Oliveira, Cesar Gómez, Francisco Gabuardi, Rodolfo Hodgson estos integrantes del equipo Gómez campeón nacional. De los años 60 y 70.

En los años 70: se destacan Arturo Martínez (El perro), Juan Cruz Pérez (chupa caña), Henry Sequeira (el gurù), Ramón Cabrales (popo), Cesar Cabrales (el loco cabrales), Reynaldo Cerda (el glúteo), Denis Largaespada, Adrián Orozco, Adrián Gómez, Álvaro Rocha. Todo lo que usted necesita es una cuerda pequeña, encontrar un lugar para amarrarla y una bola liviana. La entrenadora de voleibol estadounidense Sue Gozansky visitó Nicaragua entre



el 4 y 11 de junio del 2012, propagando su amor por este deporte entre jóvenes y adultos nicaragüenses.

Unas 150 niñas y niños de Corn Island y little Corn Island, Laguna de Perlas, Kukra Hill, El Bluff, Haulover, y Managua, recibieron entrenamiento de parte de la entrenadora Sue Gozansky, precedida por una capacitación a los entrenadores locales y profesores de educación física sobre los fundamentos del voleibol. Los jóvenes entre 10 y 18 años de edad son integrantes del programa de Educación y Entrenamiento para Resistir las Pandillas, GREAT por sus siglas en inglés, y del programa de Educación y Resistencia en contra del Abuso de las Drogas, DARE por sus siglas en inglés, y para algunos de ellos esta fue la primera vez que practicaban el voleibol. Cada uno sin embargo, tuvo una participación intensa y durante todo un día realizaron prácticas de voleo, el servicio, el saque y el remate en las canchas hechas para tal propósito.

La clínica con jóvenes fue parte del programa de Diplomacia Deportiva auspiciado por la Embajada de los Estados Unidos en Managua, como un apoyo para la continuidad de los esfuerzos para empoderar a las niñas y mujeres, incrementar la seguridad ciudadana al disminuir los índices de criminalidad y violencia, así como promover el entendimiento cultural entre la juventud nicaragüense.

Adicionalmente de las clínicas para jóvenes, la entrenadora Gozansky realizó cuatro días de entrenamiento en conjunto con la Federación Nicaragüense de Voleibol y la Confederación del Norte, Centro América y del Caribe, NORCECA, como parte de un programa de intercambio auspiciado por la Oficina de Sports United del comité de Educación y Cultura del Departamento de Estado. Durante estas clínicas intensivas, la entrenadora Gozansky y la Federación de Voleibol Nicaragüense capacitaron a 50 profesores de educación física, así como entrenadores de voleibol sobre metodología positiva de entrenamiento y las maneras de maximizar al límite los recursos para incrementar la participación en el deporte, especialmente el voleibol.

Es un deporte que se basa en el juego en conjunto y en la comunicación, la visita de la entrenadora Gozansky fue un éxito total al combinar las enseñanzas sobre los conocimientos de la vida y el deporte.



Factores que dieron origen a la fundación del I.N.O

-En 1879. Llega a la Presidencia El General Don, JOAQUIN ZAVALA, en cuyo gobierno se presenta la instrucción pública, siendo su ministro el Dr. Adán Cárdenas.

-Los esfuerzos fueron visibles, Don Joaquín Zavala (presidente) y el Dr. Vicente Navas (ministro de gobernación) pusieron su empeño por alimentar y enriquecer la educación universitaria.

a) Algunos inconvenientes en el recorrido de la meta fijada por el gobierno.

- 1.-El gobierno y el país estaban en una situación económica no muy agradable.
- 2.- Falta de Profesores necesarios para el servicio educacional.
- 3.- Esto origino la necesidad de buscar profesores en el extranjero, lo cual elevara los gastos del gobierno.

El gobierno se vio obligado ante esta situación, al no poder llevar a cabo la meta propuesta; sin embargo, en la ciudad de león se vivía otra situación: Una comisión de padres de familia gestionaba la fundación de un colegio en la mencionada ciudad. Esto origino una reunión entre Don Vicente Navas y los padres de familia, el cual surge un contrato que contó con la aprobación del gobierno. Dicho contrato garantizaba la instrucción secundaria como paso preliminar a la universidad.

Este colegio seria administrado y mantenido después por los padres de familia.

b) Resultados obtenidos

- 1.- El gobierno puso a la disposición a los padres de familia el Edificio del Convento de San Francisco de la ciudad de león.
- 2.- El gobierno proporciono dinero para hacer venir a los profesores extranjeros y material científico para las diferentes asignaturas.
- 3.- El gobierno también introdujo profesores y elementos de los cuales carecían de una completa instrucción.
- 4.- El gobierno y los padres de familia llegaron a un acuerdo: Los padres de familia y los ciudadanos signatarios se comprometieron a sostener y administrar el centro de estudio en un lapso de cinco años, garantizando el



pago de 500 córdobas mensuales. Si los ingresos no abastecen, el colegio sería administrado por los padres de familia y ciudadanos mencionados, quedando solamente sujeto a la inspección que la ley acuerda sobre los establecimientos de enseñanza costeados por los padres de familia. Estos se comprometen a dar una mensualidad adelantada de lo dicho anteriormente, con el objetivo de preparar la inauguración del centro. Este se abrirá el 30 de enero de 1881. Surgen de súbito dificultades al inaugurar este centro y por motivos mayores la apertura de dicho centro pasa a la fecha de marzo del corriente año.

El acto de inauguración fue muy concurrido, celebre e inolvidable; se encontraban grandes personalidades entre ellas del ámbito académico, eclesiástico en su mayoría católicos y padres de familia.

No pasa desapercibida la presencia por los corredores de este centro, de ahora ilustres como son: Rubén Darío, Azarías H. Pallais, Máximo Jerez, Benito Mauricio Lacayo y otros.

En 1972, se traslada definitivamente de su antiguo establecimiento al moderno edificio donde se encuentra actualmente. En 1976, es derrumbado el viejo edificio.

Las supuestas causas por las que el “Instituto Nacional de Occidente” se traslada a su nuevo local fueron:

- 1.- La existencia de un sumidero donde estaban ubicadas dichas instalaciones.
- 2.- Para descentralizar la ciudad. Esta es la más conveniente de dichas causas.

El primero de mayo de 1884, se dicta el acuerdo firmado por el presidente de ese entonces Dr. Adán Cárdenas, donde se declaran oficialmente Nacionales los colegios de León y Granada. Después de esa fecha el colegio sería “Instituto Nacional de Occidente”.

En 1979 a raíz de la revolución Sandinista, el Instituto experimenta cambios radicales. En ese año la Federación de Estudiantes de Secundaria (F.E.S) con la aceptación de los alumnos cambian el nombre al Instituto, desde entonces se llama Instituto Nacional de Occidente Benito Mauricio Lacayo.



Se le propuso que probaran un año, que después se llevaría a cabo una reunión para decidir la mencionada autonomía.

En 1993, a raíz de la firma del acuerdo de autonomía se cambia el término de “Nacional” por “Publico”. Los años 94 y 95 fueron eminentemente grandiosos. En el lapso de los años (92 – 96) la dirección del centro la ejerce la Lic. Xiomara Pérez C. cabe destacar que la Lic. Pérez directora del centro fue la clave para que el instituto se destaque y destacándose en todos los aspectos.

Por esta razón nos vimos motivados a realizar esta Enseñanzas Metodológicas de las Técnicas del voleo de Vóleibol Masculino para estudiantes del séptimo grado del Instituto Nacional de Occidente (INO) del municipio de León, departamento de León, en el segundo semestre del año 2013. Investigación sobre la importancia que puede tener esta enseñanza de la educación física para en el desarrollo del dominio y la correcta ejecución de voleo de los jugadores de volibol, con el objetivo de brindar aporte para que la educación de los jóvenes sean en base a su completo desarrollo brindando conocimientos que suplan con el pleno conocimiento de esta actividad deportiva.

Basado en eso nuestro trabajo se plantea objetivos encaminados al estudio que durante el proceso de investigación se han encontrado información que desfavorece a los jugadores de nuestro departamento en la educación juvenil inicial, por lo que consideramos que dicho estudio llenara un vacío de conocimientos en la práctica de esta actividad deportiva educativa de la educación física, la cual será valioso si lo vemos con una visión amplia con respecto al desarrollo de las capacidades de los estudiantes en la práctica del voleibol y el dominio del voleo.

Nuestro trabajo de investigación se encuentra orientado a entrenadores, directores, profesores y alumnos de la educación secundaria que sería la etapa juvenil inicial sobre la importancia que tiene la ejecución correcta de las fases que comprenden el voleo del voleibol juvenil.

En vista de la problemática existente en nuestro Departamento, Con este propósito se buscó información sobre la necesidad urgente que existe de realizar esta investigación partiendo desde la forma de realizar el primer movimiento corporal hasta lograr el dominio exacto de la ejecución.



Iniciando esta investigación, se realizaron visitas oculares en los distintos Centros Educativos donde hay equipos juveniles de este deporte, luego se realizaron encuestas a entrenadores y jugadoras a profesoras de las escuelas comunitarias, estatales y privadas teniendo como resultado el interés que tienen tanto los profesores como las jugadoras para recopilar una información adecuada para desarrollar la técnica correcta en los jugadores.

Nuestro tema servirá para consulta futura en la recopilación de datos que va a contribuir a la formulación de la inclusión de la guía clase educación física en la educación secundaria y sirva al nuevo instrumento inicial en el nuevo currículo educativo.

Canchas: Cuenta con un total de (4) descritas de la siguiente manera: 1 (Multi-uso) Voleibol, Baloncesto, Fut-sala y 1 campo (Multi-uso), que se utiliza para Fútbol campo, y todas las actividades relacionadas con el Atletismo, además (2) canchas improvisadas para voleibol.

Disciplinas Recreativas y Competitivas:

Banda de Guerra: Cuenta con una Banda de Guerra con una participación de 180 integrantes, siendo distribuidos de la siguiente manera 150 en la Banda, utilizando los medios entre estos se destacan: Bombos, Bajos, Tenores, Redobles, Liras, Wirros, Clarinete, Trombón, y Trompetas.

Los integrantes de la Gimnasia Rítmica son un total de 60, en un 95 por ciento de sus integrantes son jóvenes mujeres que se destacan en las actuaciones en el ámbito femenino por sus bailes.

Dicha Banda ha participado en los eventos nacionales obteniendo éxitos y ha logrado trofeos de primer lugar en este tipo de eventos, no se diga en León como departamento es la banda que más sobresale.

Deportivamente: Cuenta con equipos de distintas disciplinas deportivas, obteniendo una cantidad de trofeos en cada una de ellas, siendo estas las más destacadas: Softbol Femenino, Béisbol Masculino, Baloncesto Masculino, Atletismo en ambas categorías femenino y masculino.



Fundamentación Teórica

1. Posiciones fundamentales: Hay tres posiciones fundamentales, que vendrían determinadas por la acción posterior a realizar.

- 1) Posición alta
- 2) Posición media
- 3) Posición baja

❖ Posición alta:

Cabeza alta y mirada al frente

Tronco ligeramente inclinado hacia adelante y los brazos separados a la altura de los hombros

Piernas ligeramente flexionadas

Pies algo separados y adelantados uno respecto al otro, apoyados en los metatarsos y repartido el peso corporal en ambas piernas.

• Técnica:

-Pases de dedos

-El saque

-El remate

-Bloqueo

• Táctica:

-Ubicaciones de los jugadores con o sin balón en las diferentes zonas del área de juego.

❖ Posición media:

Las principales características no varían respecto de la posición alta. Se diferencian en:

- Piernas más flexionadas



-Brazos más bajos quedando uno a mano a la altura de las rodillas y la otra a la altura de los hombros.

- **Técnica:**

-Toque de antebrazos

- **Táctica:**

-Recepción

-Defensa de campo

- ❖ **Posición baja:**

✓ Las diferencias respecto a las anteriores posiciones son:

-Piernas más separadas y muy flexionadas

-Brazos al frente a la altura de la cintura

-Peso del cuerpo en la punta de los pies

- **Técnica:**

-Toque de antebrazos

- **Táctica:**

-Recepciones bajas

-Defensa de campo

-Remates

-Ahogos

-Apoyos

-Caídas

2-Desplazamientos

✓ Existen desplazamientos que ayudan a mejorar la técnica de recepción y de ataque, podemos decir que:

-son movimientos rápidos y explosivos



- cortos en las distancias a recorrer
- rápidos en los cambios de dirección
- poseen el sentido de la anticipación
- se inician y terminan en cualquiera de las posiciones fundamentales.

Estos desplazamientos son:

1. Pasos añadidos y cruzados.
2. Pasos girados
3. Pasos laterales
4. Carreras
5. Saltos

- **Pasos añadidos y cruzados**

Son cortos y rápidos; se pueden realizar en las tres direcciones adelante, atrás o lateral.

Se inician con la pierna correspondiente a la dirección del desplazamiento y a continuación la siguiente que nunca supera a la anterior, sino que la acompaña quedándose ligeramente atrás. También se denomina "doble paso"

- **Pasos girados:**

-Se utilizan para desplazamientos laterales a la red.

-El pie más alejado gira 90 grados y se corre frontalmente.

-Para la detención se gira también 90 grados con el pie más cercano

- **Pasos laterales:**

-Se inicia el desplazamiento con el pie que corresponde a la dirección que se va a tomar; el otro pie se aproxima.

-Evitar que las piernas se crucen



- **Carreras:**

Frontales: Las carreras frontales se inician con la pierna atrasada para desplazamientos rápidos y lejanos

- **Salto:**

-Pueden realizarse desde una posición fundamental estática o como parte final de un desplazamiento.

-Se utilizan para balones altos y alejados.

3-El toque de dedos

El toque de dedos, se utilizan nada más las falanges de los dedos, con dedos separados y las manos a la altura de la frente y haciendo un triángulo, a continuación:

1. Características generales
2. Posición de manos
3. Ejecución

- **Características generales**

- Posición fundamental media

- Piernas flexionadas

- Pies separados al ancho de los hombros, uno más adelantado que el otro.

- También se puede utilizar en posiciones altas y bajas

- **Posición de manos**

- Dedos extendidos y separados, procurando el contacto del balón con las yemas de los dedos.

- Formar un triángulo con los pulgares e índices de ambas manos.

- Abarcar la mayor zona posible del balón.

- Mano a la altura de la frente.



- **Ejecución**

-Extensión de todo el cuerpo

-Hacer contacto con el balón por encima de la frente.

4-Toque de antebrazos

Este elemento técnico es el más utilizado, esencial e indispensable para la continuidad del juego.

1) Características generales:

Posición fundamental media-baja

Brazos extendidos, juntos y algo inclinados hacia delante

2) Tipos de agarre de mano:

Dedos entrelazados (pulgares unidos y extendidos en prolongación del brazo).

Una mano encima de la otra (pulgares unidos y extendidos en prolongación del brazo).

Manos formando un puño semi-cerrado, unidos entre sí (pulgares unidos y extendidos en prolongación del brazo, la línea de hombros en la dirección a la que se va a enviar el balón).

Si nuestra posición es frontal hacia la dirección de la que queremos enviar el balón, los pies estarán paralelos, aunque generalmente uno está más adelantado que el otro.

Si nuestra posición no es frontal, debemos adelantar el pie más alejado de la dirección a la que enviaremos el balón, orientando las puntas de ambos pies hacia ella.

3) Ejecución:

-El balón hace contacto con la parte interior de los antebrazos.

-Movimiento de flexión-extensión de todo el cuerpo, con inclinación de tronco hacia delante.

-Los brazos se fijan y solo se elevan por la extensión de las piernas.



- Flexionar las muñecas en el toque.
- No realizar extensión de todo el cuerpo.
- Establecer contacto con el balón a la altura del pecho.

5-El saque:

- **Características generales:**

- Lanzamiento correcto del balón.
- Posición inicial adecuada.
- Seguridad.
- Precisión.

- ❖ **Tipos de saque:**

- Saque de abajo.
- Saque lateral.
- Saque de Tenis: potente-flotante.
- Saque de gancho. Potente-flotante.
- Saque en suspensión (con acción de salto).
- Saque de floting.

a) Saque de abajo:

- **Características:**

- Antes del golpe, cuerpo orientado hacia el campo.
- La pierna contraria al brazo ejecutor esta adelantada.
- Sostenimiento del balón con la mano contraria a la ejecutora, a la altura de la cadera contraria y en frente del hombro ejecutor.
- El brazo ejecutor, extendido en todo el recorrido, la mano de golpeo en forma de cuchara.
- Ligera flexión de piernas.



- **Ejecución.**

-Movimiento de atrás hacia adelante del brazo ejecutor.

-En el momento del golpe del balón por debajo se retira la mano que lo sujeta o se lanza este hacia arriba.

-Continuación del movimiento dando impulso adelante.

-Coordinación del golpeo con la extensión de piernas.

b) Saque lateral.

- **Características:**

-Hombros perpendiculares a la red y pies paralelos a ella.

-La mano que golpea en forma de cuchara.

-El brazo que sujeta el balón semi-flexionado.

- **Ejecución.**

-Se realiza un fondo lateral con la pierna correspondiente al brazo del golpeo.

-A este movimiento le acompaña el del brazo ejecutante que se dirige atrás extendido.

-Movimiento delante de todo el cuerpo.

-Se deshace el fondo lateral.

-Se lleva el brazo ejecutor adelante.

-Golpe al balón por su parte posterior delante del cuerpo, en el momento en el que el balón se encuentre sobre el pie contrario al brazo que golpea, a la altura de la cintura.

-Continuación del movimiento con un giro del cuerpo que lo coloca de frente a la red.

c) Saque de tenis: potente y flotante.

-Este es el saque más utilizado en el voleibol debido a su gran efectividad, pero también es el de mayor dificultad de aprendizaje.



-Dentro de este saque alto, podemos considerar dos variantes que se diferencian en la forma de golpear y van a originar distintas trayectorias del balón durante la fase de vuelo. Estas variantes son:

-La flotabilidad.

-La potencia.

- **Características.**

-Línea de hombros paralelas a la red.

-El pie contrario al brazo ejecutor se encuentra algo adelantado.

-El balón a la altura del pecho sobre la mano que sostiene el balón.

- **Ejecución.**

-Lanzamiento del balón con unas o dos manos verticalmente y delante del pie atrasado.

-Al mismo tiempo se lleva atrás y arriba el brazo ejecutor, semi-flexionado y con el codo alto.

-La mano cercana a la cabeza.

-Rápida extensión de brazos.

-Movimiento del brazo de atrás hacia adelante, por arriba.

-Golpeo en la máxima altura por su parte posterior e inferior con toda la mano, principalmente con el carpo la parte más dura de esta.

-Debido al cambio de peso de una pierna a otra, el cuerpo se traslada hacia adelante, dando un paso hacia adentro del terreno.

d) Saque de gancho: potente y flotante.

- **Características.**

-Hombros perpendiculares a la red; pies paralelos a ella.

-El balón se sostiene con el brazo libre que esta semi-flexionado.

- **Ejecución:**

-Se realiza una flexión de piernas y una torsión del tronco hacia el lado del brazo ejecutor que estará extendido.

-Lanzamiento hacia arriba del balón.



- Extensión de piernas y movimiento del brazo de abajo hacia arriba, en forma de arco.
- Golpe al balón en su parte posterior, encima de la cabeza y algo adelantando.
- Se continúa el movimiento girando sobre el pie más cercano al campo, para finalizar de frente a la red.

e) Saque en suspensión (con acción de salto)

Dentro de este saque alto, al igual que en el saque de tenis, con la diferencia que se realiza un salto, podemos considerar dos variantes que se diferencian en la forma de golpeo y van a originar distintas trayectorias del balón durante la fase de vuelo. Estas variantes son:

- La flotabilidad.
- La potencia.

• Características.

- Línea de hombros paralela a la red.
- Balón sostenido a la mano contraria que ejecutara el golpe.
- Lanzamiento del balón hacia arriba y delante.

• Ejecución.

- Presentación del balón.
- Lanzar el balón hacia arriba y adelante con la mano contraria a la ejecución.
- Carrera de impulso.
- Despegue y contacto en la parte trasera y superior del balón.
- Caída en dos pies flexionados y balanceados.

f) Saque de floting:

- Este es uno de los más utilizados en el voleibol debido a su gran efectividad.
- La flotabilidad.

• Características.

- Línea de hombros paralela a la red.
- Balón sostenido a la mano contraria que ejecutara el golpe.

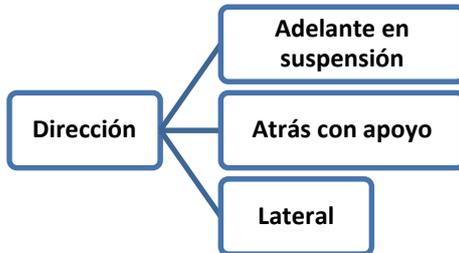
• Ejecución.

- Presentación del balón.
- Lanzamiento del balón hacia arriba levemente.

- Golpeo con los dedos flexionados sobre la palma de la mano, buscando el centro de la válvula del balón.
- Ubicación en forma de paso, con el pie adelantado a la mano de ejecución.

6-El pase

Los diferentes tipos de pases se agrupan según:



Pase adelante en suspensión:

Las características de este pase coinciden con las ya señaladas anteriormente del toque de dedos. La posición fundamental, la colocación de las manos y la ejecución en la misma, no varía. Si existe, sin embargo un elemento que si no nuevo, tiene mayor influencia en este tipo de pase que en el toque sencillo de dedos; este es la inclinación adelante del tronco, determinada por la distancia a la que se quiere mandar el balón.

Pase	Mayor altura del balón	-Poca inclinación del tronco.
		-Máxima extensión
	Mayor distancia adelante	-Mayor inclinación del tronco.
		-Menor extensión.

a) Pase de espaldas:

- Posición fundamental media.
- Contacto con el balón por encima de la cabeza.
- Impulso de la pierna atrasada.
- Arqueo del tronco hacia atrás.
- Extensión de brazos hacia arriba con continuación del arqueo del tronco.
- Contacto del balón con las yemas de los dedos.



b) Pase lateral

- El brazo más alejado de la dirección que brazo de la dirección lateral al balón.
- El otro brazo se encuentra más flexionado, y es el que proporciona la mayor o menor altura al pase.
- En el momento del toque se produce una ligera inclinación lateral del tronco.
- Los brazos se extienden hacia arriba y lateralmente, siguiendo la inclinación del tronco.
- Contacto del balón con las yemas de los dedos.

Este grupo se le considera básico en el comienzo del aprendizaje del Voleibol de sala, en el concepto de sus características, sus diferencias y sus aplicaciones.

Los pases agrupados según su trayectoria, no se considera dentro de la iniciación, para la enseñanza del Voleibol, porque son para otra etapa más avanzada. Además, son elementos bastante complejos de la táctica de colocación. Y los pases con caídas, también de elevada dificultad, requieren, junto con una destreza física básica, una ejecución perfecta del toque para poder coordinar la realización de este elemento técnico durante una pérdida de equilibrio.

7-El remate:

El principal objetivo del juego del Voleibol sala, es conseguir que el balón caiga en el campo del equipo contrario, y la mejor manera para conseguirlo es el remate.

El remate es el elemento técnico más agresivo del voleibol. Consiste claramente en golpear el balón con fuerza, provocando una trayectoria en dirección al campo contrario.

Este elemento técnico es la culminación de una serie de jugadas continuas entre los dos equipos.

Para su ejecución es necesario realizarlo, con anterioridad, el toque de antebrazos. Según esto, el remate ocuparía el cuarto puesto en orden de



ubicación, después de realizar el saque y los dos toques ya mencionados (recepción y colocación). No es siempre así; hay numerosos factores que varían el orden de sanción de los diferentes elementos técnicos. Sin embargo, sí se debe hacer siempre a los principiantes para que lo ejecuten de esa forma, que es más sencilla, ya que los elementos que lo componen son los más complejos.

❖ **El remate comprende las siguientes fases:**

1) Carrera. 2) Salto. 3) Golpe. 4) Caída.

1) Carrera

- Progresión en velocidad y longitud en los pasos de la carrera.
- Apoyo alternativo de los pies, finalizando con el pie puesto al brazo ejecutor.
- Centro de gravedad retrasado con respecto a los apoyos de la batida.
- Llevar brazos atrás para tomar el impulso
- La batida se hará un poco retrasada con respecto al balón.
- El salto debe ser lo más vertical posible, es normal ir ligeramente hacia adelante.
- Elevación de los dos brazos simultáneamente.
- Armado correcto del brazo ejecutor. (Codo alto, brazo y mano atrás).
- Acción del brazo/hombro libre hacia abajo antes del golpe.

2) Salto

- Despegue
- Impulso
- Suspensión (Fase de Vuelo)

a) Despegue:

- Violenta extensión de piernas.
- Los brazos extendidos, realizan un movimiento de atrás hacia adelante y arriba para ayudar en el salto.



b) Impulso: En la mayoría de los casos, el impulso es con ambas piernas para:

- Aprovechar la fuerza de impulso de ambas piernas.
- Lograr una posición en el aire más equilibrada.
- Transformar la velocidad horizontal en vertical.

Pero también se realiza el impulso con una sola pierna. Aunque provoca más cansancio sobre la pierna de impulso, se consigue más altura.

c) Suspensión:

- Salto vertical.
- Arqueo del tronco hacia atrás.
- Se arma el brazo, llevando la mano que golpea el balón por detrás de la cabeza.

3) Golpe

- Se deshace el arqueo del tronco, flexionándolo hacia adelante.
- Al mismo tiempo se extiende el brazo ejecutor.
- Se golpea al balón por su parte superior, delante de la cabeza y máxima altura.
- La mano, en forma de cuchara, y flexión de muñeca en el golpe.
- El brazo continúa el movimiento tras el golpe.

4) Caída

- Equilibrada y elástica.
- Flexión de piernas para amortiguar.

8- El bloqueo

La creación del bloqueo, surge como una necesidad de detener el remate, es una técnica eficaz, para la defensa, existen dos clases de bloqueo, el individual y el colectivo, estos pueden ser de dos o tres jugadores, pero en el voleibol



sala es colectiva.

El bloqueo representa la célula de la defensa en general y el punto de orientación para la defensa del campo.

Las implicaciones tácticas de este elemento técnico nos llevan a decir que es más importante donde y cuando se salta, que decir cuánto se salta.

Características generales:

- Posición fundamentalmente alta.
- De frente y cerca de la red.
- Hombros paralelos a la red.
- Brazos flexionados, con manos a la altura del pecho.
- Palmas de las manos hacia fuera.
- Pies paralelos, algo separados.
- Es individual

Ejecución:

- Buscar la colocación del balón.
- Flexión de piernas.
- Impulso y fuerte extensión de piernas.
- Extensión de brazos por delante del cuerpo.
- Los dedos, abiertos, y las manos, formando entre ellas un triángulo.
- En el momento del contacto, las muñecas firmes, con una ligera flexión adelante.
- Retirada rápida y hacia atrás de los brazos de la red.
- Caída equilibrada sobre ambos pies.



Conceptos:

- **Voleibol:**

El voleibol, vóleibol, es un deporte donde dos equipos se enfrentan sobre un terreno de juego liso separados por una red central, tratando de pasar el balón por encima de la red hacia el suelo del campo contrario.

- **Voleo Frontal:**

El Voleo es el fundamento técnico más básico y elemental del voleibol y tomando en cuenta la importancia que reviste, sobre todo en las acciones ofensivas del juego colectivo

- **Voleo Alto:**

Es la acción de tocar la pelota en el aire con los cinco dedos de las manos, utilizando las técnicas correctas; es decir las manos en forma de copa y los dedos pulgares e índice formando un triángulo equilátero.

- **Antebrazos (o toque de antebrazos):** Es el gesto que se realiza en la recepción y el que se intenta hacer en la defensa.

- **Balón:** Elemento imprescindible en el juego, ya que la finalidad del voleibol es que toque el suelo contrario. Es naturalmente, esférico con cubierta de cuero flexible y color uniforme y claro

- **Bloqueo:** Acción defensiva y hasta algunas veces ofensiva(y que no se contabiliza como toque que se desarrolla en la red, y cuya finalidad es impedir que los contrarios rematen cómodamente

- **Dedos (o toque de dedos):**Es el gesto típico del colocador (en el segundo toque), aunque se usa también en el tercer toque y desde hace unos 3 o 4 años que se hizo legal también se usa mucho en el primer toque

- **Red: Elemento** de juego imprescindible, que se coloca sobre la línea que divide los dos campos. Sus dimensiones son de unos 9.5m de ancho, por 1m de alto.



- **Remate:** Acción ofensiva del juego que consiste en intentar hacer que el balón caiga en el suelo contrario mediante un fuerte golpe con la mano sobre él.
- **Saque:** Es la puesta en juego del balón, y es la única manera de iniciar un punto. La realiza el jugador que en la rotación este en la zona 1, realizándolo desde la zona de saque y golpeando el balón con la mano o con un brazo.
- **Toque:** Es cualquier contacto con el balón, aunque se refiere principalmente al toque de dedos y al toque de antebrazos. En juego solo son permitidos 3 toques llamados el cual el bloqueo no cuenta como toque.



Hipótesis:

La propuesta de Guía Metodológica para los Estudiantes del Séptimo Grado del Instituto Nacional de Occidente (**INO**), facilitara el proceso de Enseñanza-aprendizaje de las Técnicas de Voleo de Voleibol como aspecto Técnico del mismo.

Operacionalización de variables

Variables	Definiciones	Dimensiones	Indicadores	Índices
Variable Independiente: Guía Metodológica la Enseñanza de las Técnicas del Voleo de Voleibol Sala	Enseñanza completa del voleo de voleibol de sala para todos los jóvenes practicantes de este deporte.	Metodología	Base Metodológica	a) Alta b) Media c) Baja
			Días programados	a) Un día b) Dos días c) Tres días a más
			Tiempo que le asigna a la enseñanza.	a) 30 minutos b) 60 minutos a más
			Incluyera en el currículo de la educación física	a) Sí b) No
Variable	Definiciones	Dimensiones	Indicadores	Índices
Variable Dependiente: Dominio de la Técnicas del Voleo de Voleibol Sala de los estudiantes del Séptimo Grado	Desarrollo de la enseñanza-aprendizaje del Voleo de Voleibol.	Educativo	Domina las mecánicas	a) Muy bueno b) Bueno c) Regular
			Información brindada por el docente	a) Siempre b) Algunas veces c) Nunca
			Utilidad para desarrollarse en este deporte	a) Sí b) No c) Quizás
			Profesores de Educación Física especializados	a) Sí b) No
			Instalaciones deportivas	a) Sala b) Campo
			Materiales deportivos	a) Buenos b) Regulares c) Malo



Diseño Metodológico

Tipo de Estudio:

Esta investigación Monográfica por su naturaleza, consideramos que pertenece al paradigma **cualicuantitativo** o estudio mixto.

Es cualitativo: porque nos centramos en la descripción, planteamiento y explicación de una Propuesta de Guía Metodológica para la Enseñanza de las Técnicas del Voleo de Voleibol.

Es cuantitativa: porque utilizamos métodos estadísticos así como la encuesta y entrevista la que nos permitió la recopilación de datos cuantificables y medibles.

Según el tiempo de la ocurrencia de los hechos y registro de la información es:

Retrospectiva: Porque investigamos datos estadísticos de la importancia de la disciplina de Voleo de Voleibol en los Estudiantes del Séptimo Grado del Instituto Nacional de Occidente (**INO**)

Área de Estudio: El área de estudio donde se realizó el presente trabajo es el Instituto Nacional de Occidente (INO), del Municipio de León, Departamento León.

Límites geográficos.

Al Norte: Reparto Emir Cabezas Lacayo.

Al Sur: Colegio Azarías H. Pallais.

Al Este: Reparto Ernesto Che Guevara.

Al Oeste: Barrio de Guadalupe.

Universo: Nuestro universo está constituido por un total de 55 estudiantes de los séptimos grados, 3 docentes de Educación Física y 1 Autoridad.

Muestra: Nuestra muestra está definida por un total de 30 estudiantes, 3 docentes y un director, que constituyen el 20% del universo



30 Estudiantes de los séptimos grados

3 Docentes

1 Director

Tipo de muestreo:

Es Probabilístico aleatorio simple, ya que todos los miembros de nuestro universo podrían ser parte de la muestra.

Unidades de análisis:

Nuestras unidades de análisis las constituyen:

Los estudiantes de los séptimos grados

Los docentes del Instituto

Autoridades del Instituto

Métodos e Instrumentos a utilizar para la obtención de la Información:

Para la obtención de la información necesaria para el estudio, se utilizó:

La Encuesta: Estudiantes de los séptimos grados

La entrevista a profundidad: Docentes

La Entrevista estructuradas a informantes claves: Director

Plan de Tabulación, procesamiento y análisis:

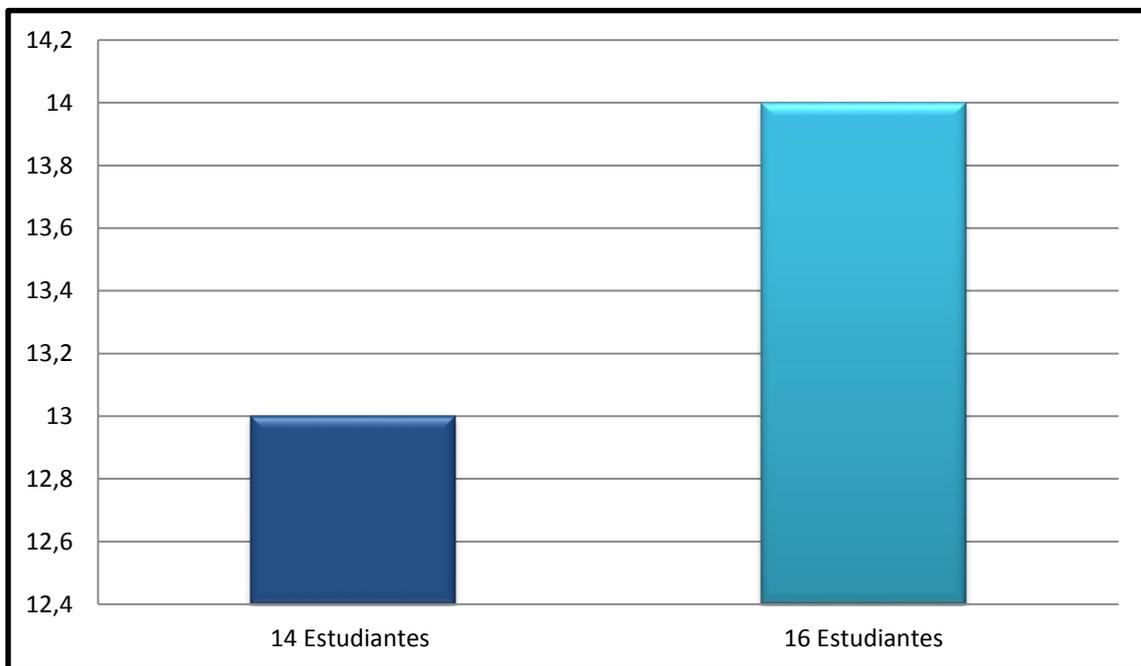
Concluida la recolección de la información obtenida de las encuesta aplicadas, a los estudiantes, las entrevistas aplicadas a los docentes y la entrevista estructurada a informantes claves director, procederemos a la introducción de datos con el propósito de que nos permita realizar una serie de operaciones digitales con los resultados obtenidos dentro de los que podemos señalar: Cruce de variables, porcentajes, Gráficos de diversos tipos y otras valoraciones relacionadas.

Resultados

Aplicados los instrumentos de información descritos en nuestro diseño metodológico y procesado los resultados mediante el empleo de programas informáticos, presentamos los mismos de conformidad con el orden de los objetivos específicos

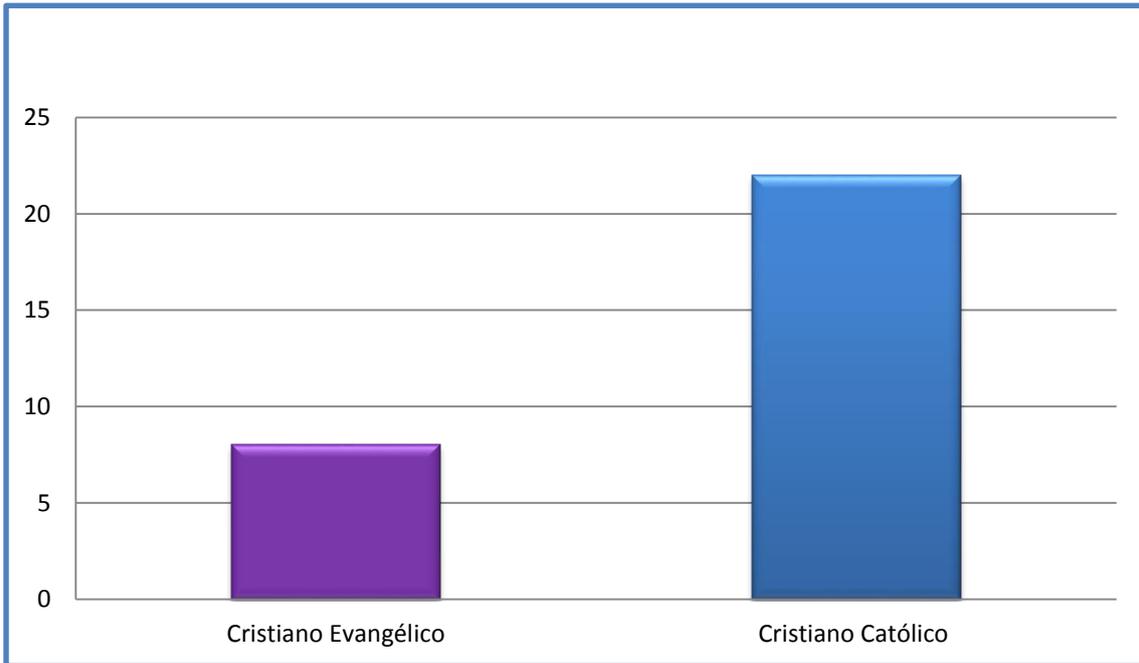
Objetivo específico N° 1: **Caracterizar a los estudiantes del séptimo Grado del Instituto Nacional de Occidente (INO)**

1. Edades de los estudiantes



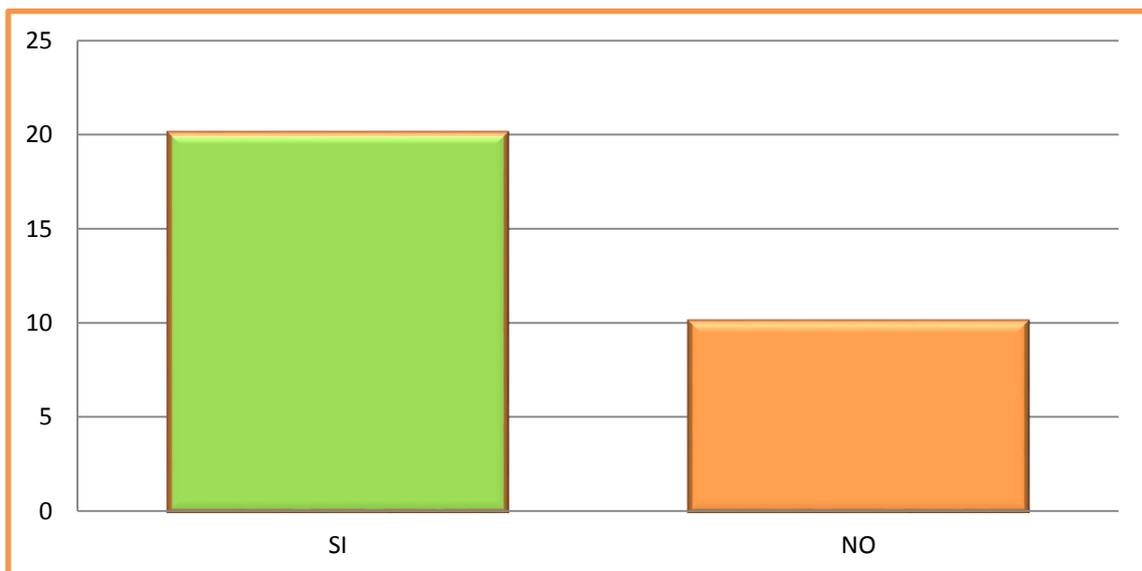
Edades de los estudiantes	Frecuencia	Porcentaje
Trece	14	47%
Catorce	16	53%
Total		100%

2. Religión



Religión	Frecuencia	Porcentaje
C.E	8	27%
C.C	22	73%
Total		100%

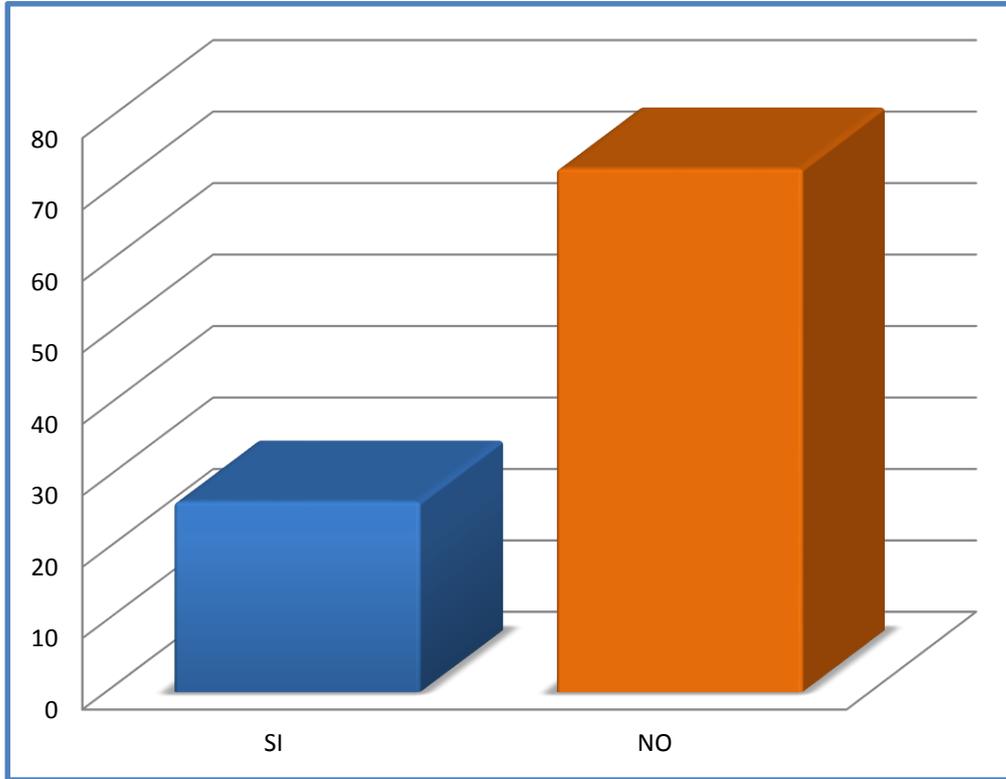
3. Recibe documentación antes de recibir la clase.



Documentación	Frecuencia	Porcentaje
Sí	20	66.7%
No	10	33.3%
Total		100%

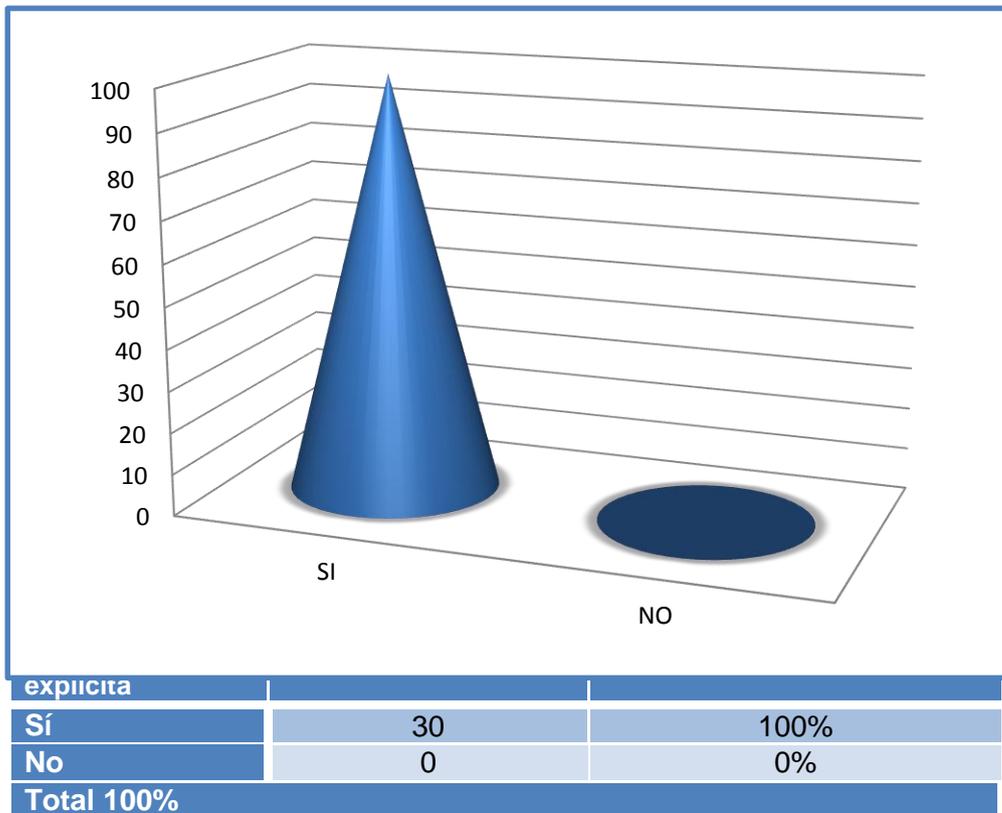
Objetivo específico N° 2: **Identificar habilidades adecuadas para la enseñanza-aprendizaje del Voleo de Voleibol.**

¿Conoce y domina las mecánicas del voleo?

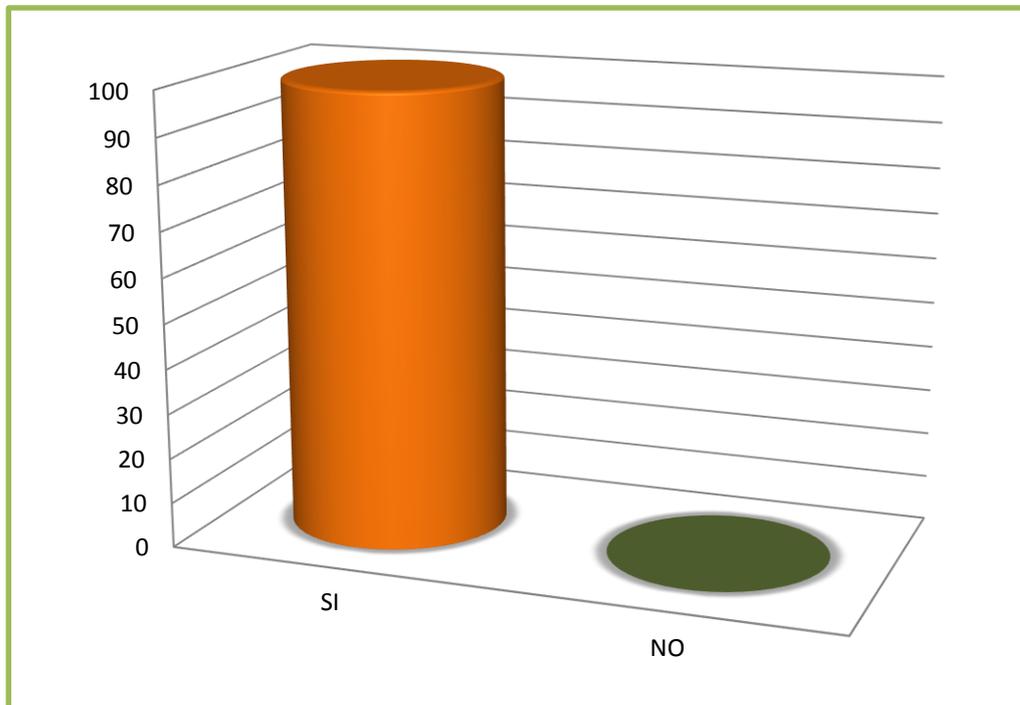


Conoce y Domina	Frecuencia	Porcentaje
Sí	8	26.7%
No	22	73.3%
Total 100%		

1. ¿La información brindada es explícita?

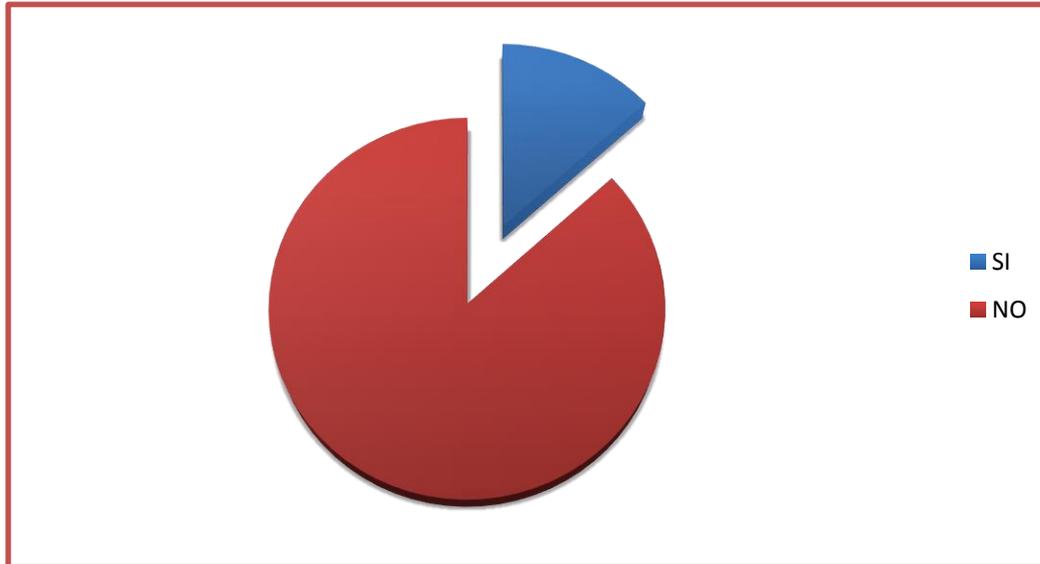


2. ¿Considera que la enseñanza del voleo es de utilidad?



Considera de utilidad	Frecuencia	Porcentaje
Sí	30	100%
No	0	0%
Total 100%		

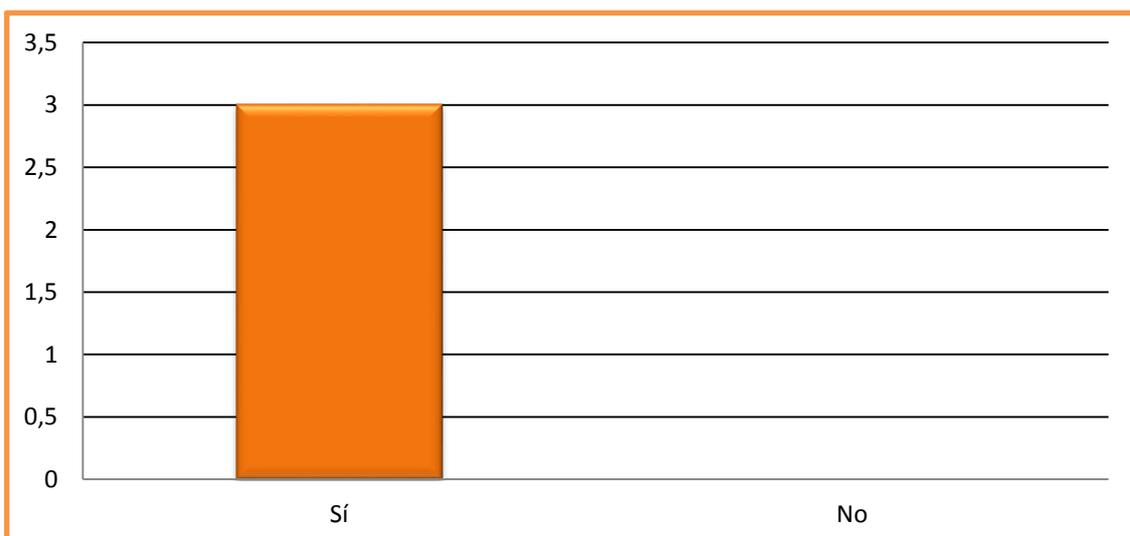
3. ¿Ha Buscado Información Acerca De Las Técnicas De Voleo?



Búsqueda inf	Frecuencia	Porcentaje
Sí	4	13%
No	26	87%
Total 100%		

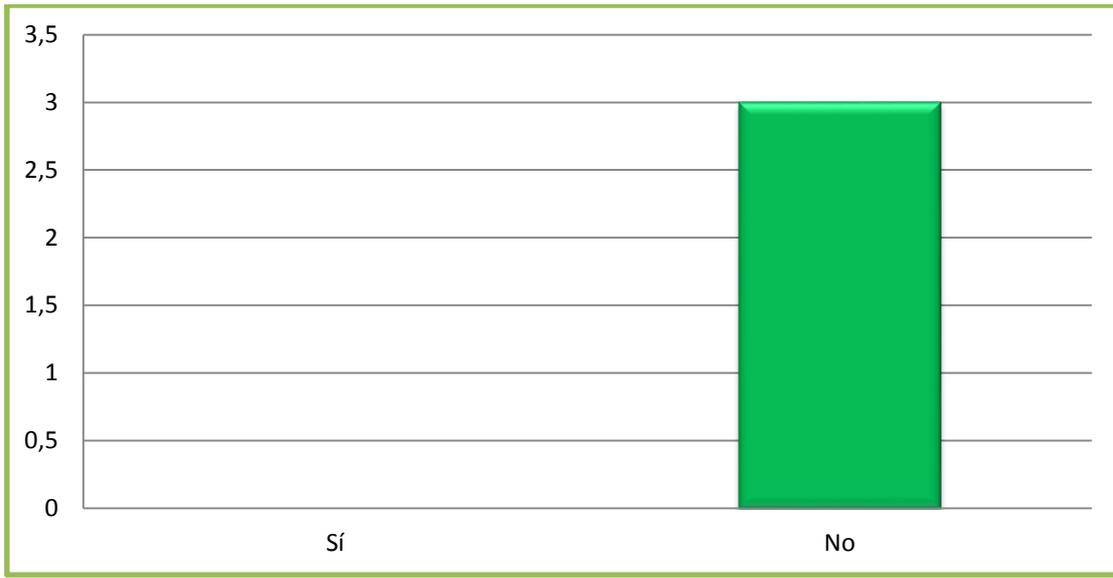
Objetivo específico N° 3: **Describir las técnicas-metodológicas, para la instrucción de los mecanismos del Voleo de Voleibol.**

1. ¿Tiene usted una base Metodológica para desarrollar las técnicas?



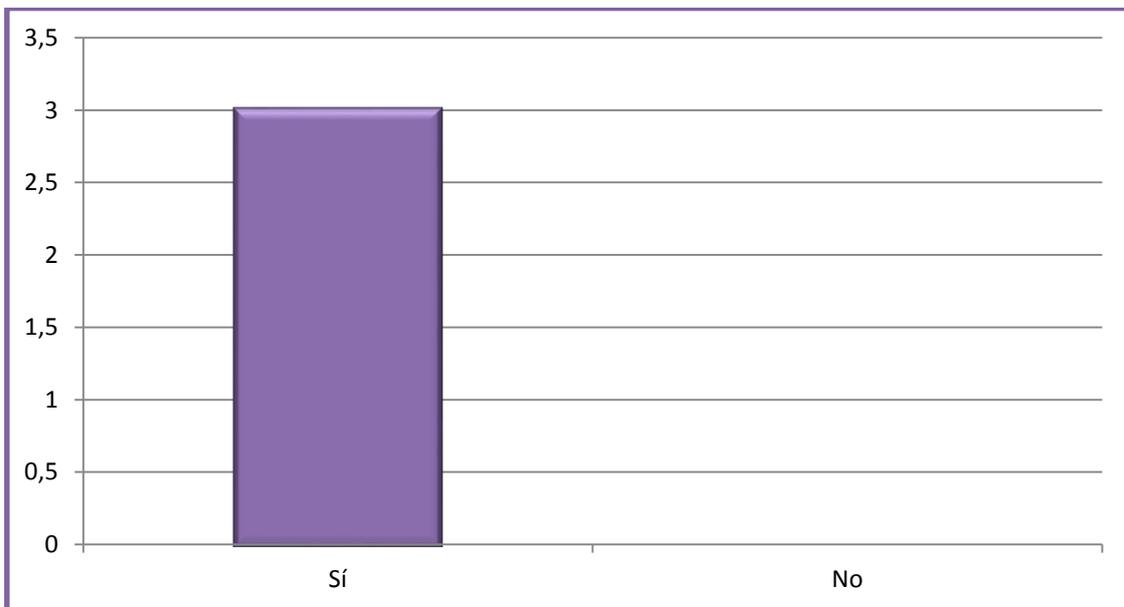
Base Metodológica	Frecuencia	Porcentaje
Sí	3	100%
No	0	0%
Total		100%

2. ¿Tiene usted días programados para ejecutar la actividad de voleo de voleibol y el tiempo que le asigna a la enseñanza son suficiente?



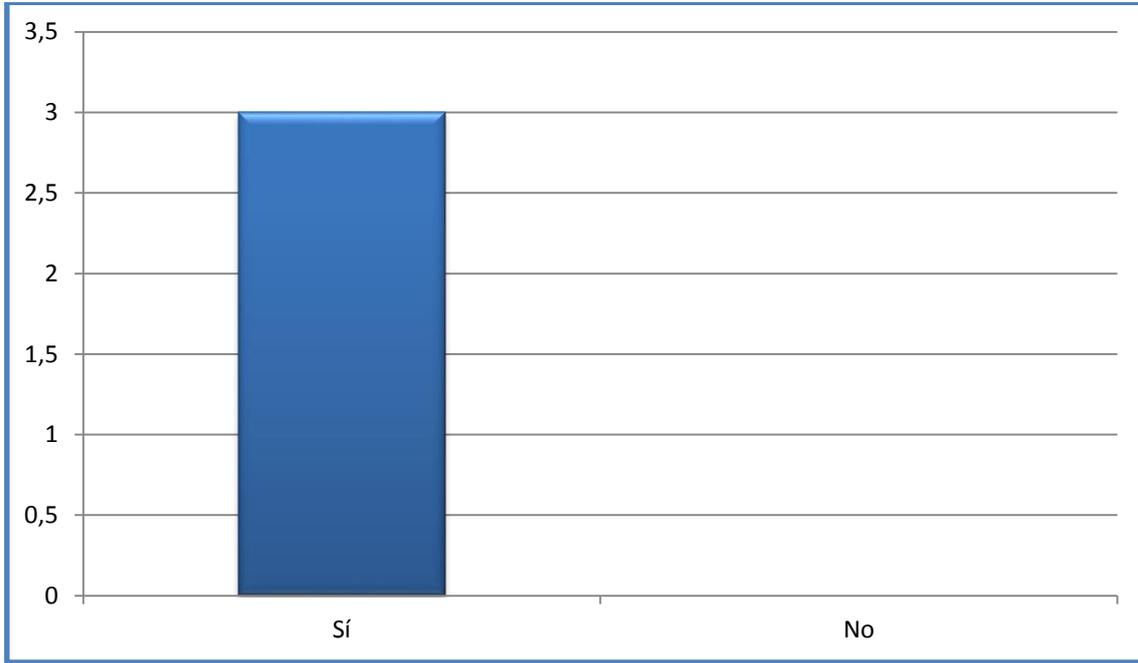
Información	Frecuencia	Porcentaje
Sí	0	0%
No	3	100%
Total		100%

3. ¿Considera importante la práctica y el aprendizaje del voleo de Voleibol en el centro de estudio?



Información	Frecuencia	Porcentaje
Sí	3	100%
No	0	0%
Total		100%

4. ¿Le gustaría que se incluyera en el currículo de la educación física, la propuesta de la guía metodológica del aprendizaje del voleo de voleibol?



Información	Frecuencia	Porcentaje
Sí	3	100%
No	0	0%
Total 100%		



Análisis de los Resultados de los instrumentos aplicados.

En base al objetivo general propuesto en este estudio: **Facilitar Guía Metodológica para la Enseñanza de las Técnicas del Voleo de Voleibol Sala Masculino para Estudiantes del Séptimo Grado del Instituto Nacional de Occidente (INO) del Municipio de León, Departamento de León, en el segundo semestre del año 2013**, con los subsiguientes objetivos específicos y una vez aplicados los tres instrumentos de recolección de datos, de conformidad con lo establecido en el diseño metodológico y a fin de conocer la importancia de dicha propuesta de guía metodológica. De acuerdo a los resultados obtenidos en la aplicación de estos instrumentos podemos analizar los siguientes aspectos.

Caracterizar a los estudiantes del séptimo Grado del Instituto Nacional de Occidente (INO)

Las edades de los estudiantes está distribuida en un 47%, 53% en las edades de trece y catorce años respectivamente, al igual que la religiosidad en 27% y 73% en ocho Cristiano Evangélico y 22 Cristiano Católico.

Por consiguiente los 30 estudiantes encuestados que equivalen al 100% de la muestra, caben destacar que la información brindada por el profesor de educación física es explícita lo cual hace indicar que la deficiencia esta al momento que se lleva a cabo la demostración y práctica de la disciplina, esta misma muestra equivalentes al 100% también considera que la enseñanza del voleo le será de gran utilidad para desarrollarse en este deporte.

La gran mayoría de los estudiantes opina que no ha buscado información acerca de cada una de las técnicas del voleo de voleibol, lo cual de esto mismo se deduce que la mayoría no ha encontrado información por los distintos medios para poderlo aplicar a su necesidad y llegar a desempeñar de gran calidad la disciplina del voleibol.

Por otra parte, cabe destacar que los docentes del Instituto Nacional de occidente **(INO)**, que equivale al 100% de los entrevistados manifiestan tener una base Metodológica para desarrollar las técnicas del voleo de voleibol de una manera generalizada lo cual se le dificulta la ejecución y práctica de la misma, detectando claramente la necesidad que se tiene para llevar a cabo el



dominio de la técnica, por otra parte no tienen un horario específico para poder llevar a cabo esta fase del Voleibol, por contar con el tiempo hora clase, continúan revelando que la práctica continua de estas mecánicas son indispensables e importantes para la realización y dominio de las formas correctas del voleo, lo que contribuiría honores al centro en estudio.

Los docentes entrevistados muestran interés de que una propuesta de Guía Metodológica vendría a satisfacer la urgente necesidad a los diferentes ministerios de instrucción escolar e instituciones que tengan un involucramiento directo con esta disciplina deportiva.

La Entrevista estructurada al informante clave llamado director, manifiesta tener el personal con la capacidad intelectual adecuada por los conocimientos en el área física y deportiva distribuidos por grados, no habiendo definición docente por deporte, estos están regidos bajo el programa que brinda el Ministerio de Educación anualmente.

Con respecto al material deportivo, se cuenta con el mínimo de materiales ya que el Ministerio de Educación no dota con la cantidad suficiente en relación a los estudiantes existentes en el centro, además del uso excesivo de los pocos medios con que se cuenta. Al igual con las instalaciones deportivas, que producto del presupuesto se han desatendido, contando así solo con una cancha multi-uso, dos de ella son improvisadas para voleibol y un campo en malas condiciones destinado a las actividades deportivas de campo, atletismo, futbol entre otro, de las cuatro existentes.

En la actualidad el centro cuenta con un equipo de voleibol, que lo conforman los estudiantes del séptimo grado para representar al centro, en los juegos escolares municipales, pero no se tiene un alineamiento de entrenamiento específico por el factor tiempo clase.



Conclusiones

Habiendo estudiado y analizado los resultados de esta investigación, concluimos que la implementación de una propuesta de guía metodológica es de suma importancia para el desarrollo de las habilidades que este juego requiere, lo que vendría a facilitar y dar solución a la problemática existente no solo al centro en estudio, sino a todos los involucrados en este deporte desde el punto de vista técnico-táctico, en cada una de los mecanismos que el ejercicio requiere.

El total de la muestra encuestada presenta interés por la ejecución de una guía metodológica instructiva y detallada para que se cumpla el binomio enseñanza-aprendizaje, ya que el factor tiempo no permite una mayor concentración en la práctica del deporte en estudio.

La eficacia de la implementación de esta guía metodológica, es la capacidad intelectual del personal docente, por los conocimientos en el área física y deportiva distribuidos por grados

En el estudio realizado logramos determinar que los miembros activos del equipo no han encontrado información por los distintos medios para aplicarlo a su necesidad, pero si demuestran un gran interés obtener información adecuada, como es la guía metodológica propuesta.

La hipótesis ha sido confirmada en la medida que todos los encuestados afirman positivamente que con la implementación de la propuesta de guía metodológica, facilitara el proceso de Enseñanza – aprendizaje de las Técnicas de Voleo de Voleibol.



Recomendaciones

Basados en el estudio realizado acerca de la permanente problemática que poseen tanto estudiantes y docentes en el centro de estudio en mención, con respecto a la práctica del voleo del voleibol. Los integrantes del grupo investigativo, vemos la necesidad que existe en la elaboración de una Guía Metodológica que venga a beneficiar, facilitar la aplicación y ejecución de la práctica de este deporte. Para ello efectuamos una serie de recomendaciones lo que consideramos venga a corregir la realidad existente.

1. Instar a los docentes de Educación Física Recreación y Deportes del Instituto, conozcan de cerca esta guía metodológica para que conlleve a los educandos a una enseñanza apropiada.
2. Dedicar el tiempo necesario en la práctica y enseñanza para la búsqueda de talentos en el centro e integrarlos en los juegos escolares o libres.
3. Que la dirección del centro ayude a mantener en condiciones óptimas las instalaciones deportivas para el desarrollo del mismo.
4. Que esta Guía metodológica se instituya en el programa del Ministerio de Educación(MINED), las Universidades Públicas y Privadas, Instituto Nicaragüense de Deportes(IND),Federaciones Municipales y Departamentales, para la enseñanza del voleo de volibol.
5. Como equipo investigador nos comprometemos ante el Ministerio de Educación Municipales, Departamentales, Universidades, Federaciones y el departamento de Educación Física a impartir capacitaciones, seminarios en los centros que presentan esta problemática.
6. A la facultad Ciencias de la Educación y Humanidades por medio de la Carrera de Educación Física Recreación y Deportes, apoyen las capacitaciones al equipo investigador con sus estudiantes de la carrera de Educación Física y Deportes.



Bibliografía

- Conjunto de ejercicios para mejorar la técnica del voleo pase en los alumnos de la categoría 11-12 años del sexo masculino, perteneciente al Combinado Deportivo 'Pepito. (Vladimir Pécora Arias MSc. Frenkel Guisado Bourzac.)
- Propuesta de ejercicios para la enseñanza del pase de dedos (Voleibol), Msc. Jorge Vargas.
- Técnicas de voleibol.(Red escolar Nacional, Ministerio del poder popular para ciencia y tecnología e innovación).
- Fundamentos básicos del Voleibol. (Msc CARVAJAL, Néstor, PORTILLO R., Mazerosky H.).
- Voleibol, (RUIZ RAMIREZ, Pedro.) José Manuel Oropeza 7mo "B".
- Fundamentos Básicos, (Federación Internacional de Voleibol).
- Programa de enseñanza de los elementos técnicos en el voleibol categoría sub – 10, (Msc. Conrado Reyes Savon).
- La cancha de voleibol (Francisco Moya).
- Libros reglamentarios de voleibol, (Biblioteca Facultad Ciencias de la Educación y Humanidades 2013).
- Monografías de Educación Física y Deportes (Biblioteca Facultad Ciencias de la Educación y Humanidades 2013).



ALEXOS

Propuesta de Guía Metodológica para la Enseñanza de las técnicas del voleo de Voleibol sala.



Autores:

- Br. Jesús Alexander Pineda Úbeda.
- Bra. Esther Josoell Estrada Guillen,
- Br. Wilber José Chávez.



ÍNDICE

- 1- Introducción
- 2- Objetivos
- 3- Logros a alcanzar.
- 4- Características
- 5- Propuesta de Guía Metodológica para la Enseñanza de las Técnicas del Voleo de Voleibol Sala.
- 6- Pasos a seguir en la elaboración de una Guía Metodológica para la enseñanza aprendizaje del Voleo del Voleibol Sala.
- 7- Metodología en la etapa de iniciación
- 8- Ejercicios Metodológicos Técnico-tácticos para la enseñanza del Voleo.
 - a) Los pases del balón en la red
 - b) El pase de dedos hacia atrás
 - c) El pase de dedos de balón en salto
- 9- Normas del juego



1- Introducción

La enseñanza completa del voleo de voleibol de sala para todos los jóvenes practicantes de este deporte, propone tres diferentes aspectos esenciales: La metodología, la técnica y la táctica, al fallar una de estas no se podrá lograr una total efectividad para el desarrollo de la enseñanza- aprendizaje del Voleo de Voleibol.

Para que el ser humano logre el éxito, de querer saber y poder enseñar y a la vez aprender, corresponde exactamente con los aspectos de la metodología, técnica y táctica del juego de Voleibol Sala. Debido a la actualización y actividad del juego y que cada día es más táctico, más los inmutables cambios de la reglamentación del Voleibol Sala, esto obedece a que todo jugador debe pasar por un entrenamiento Físico, Técnico, Táctico, Psicológico y Teórico ya sea tanto individual como colectivo.

Esta guía metodológica para la enseñanza-aprendizaje del Voleo de Voleibol Sala realizada para utilizarla en todas las categorías y en todos los niveles teniendo como características lo siguiente:

2- Objetivos

- Desarrollar actitudes positivas hacia la práctica de este deporte.
- Mejorar las relaciones sociales y de aceptación propia y de los otros.
- Aprender las principales normas reglamentarias para iniciarse en el juego competitivo.
- Desarrollar los diferentes aspectos Técnicos-tácticos, básicos, individuales y colectivos.

3- Logros a alcanzar:

- ✓ Desarrollo y aceptación de las reglas o normas y el material utilizado.
- ✓ Aplicación de dichas normas y respeto por las decisiones consecuentes.
- ✓ Uso de la cooperación como elemento fundamental y socializador.



4- Características

- a) Son aspectos teóricos, que proporcionan al docente el conocimiento y manejo de los contenidos, organizados en Ejes Temáticos, mismos que deben ser atendidos, adecuados y perfeccionados para desarrollar al máximo las potencialidades de los alumnos de acuerdo a su edad, características, necesidades e intereses.
- b) La metodología, que orienta al docente hacia la organización y adecuación de actividades que promuevan la participación e interés de los educandos; fortalezcan su autoestima y respeto; fomenten actitudes y valores positivos a través de la creación de espacios didácticos dentro y fuera del aula.
- c) Buscar siempre el objetivo Físico, Técnico- Táctico, mediante motivación y utilización de variedad metodológica en un ambiente de disciplina pero sin llegar a la rigidez.

5- Propuesta de Guía Metodológica para la Enseñanza de las Técnicas del Voleo de Voleibol Sala.

Es la manera más adecuada de realizar esta actividad Física de carácter específico por estar dirigida a un grupo de estudiantes. Para lograr conseguir buenos resultados con la aplicación de esta, lo más importante es y será la acción del profesor de Educación Física para desarrollar y llevar a cabo las actividades y entrenamientos.

La Guía se propone reforzar los conocimientos de los maestros y favorecer las condiciones para la correlación de asignaturas como contenidos comunes a todos los grados, en función del enfoque “**Motriz de Integración Dinámica**”.

La intención de esta Guía es hacer que el docente la descubra como apoyo Pedagógico, que le facilite la realización de su quehacer en forma activa y dinámica, simplifique y vitalice el proceso de aprendizaje y propicie el desarrollo integral de los educandos a través del movimiento corporal.

Es un documento escrito que permite orientar, organizar y estructurar la preparación de los jóvenes deportistas.

- Brindar la información pedagógica, metodológica y los procedimientos necesarios para el desarrollo de las actividades técnicas–tácticas.



- Enseñar de forma adecuada mediante la mecánica y ejecución de los diferentes ejercicios que se realizan en la técnica y táctica del Voleo.
- Cohesionar los métodos y procedimientos en los diferentes ejercicios sistematizados y ordenados que garanticen elevar las capacidades físicas, técnicas, tácticas y psíquicas necesarias.

6- Pasos a seguir en la elaboración de una Guía Metodológica para la enseñanza aprendizaje del Voleo del Voleibol Sala.

La organización y ejecución del entrenamiento se basa en cinco premisas fundamentales que las describiremos según el orden de exposición:

1. Establecimiento de los objetivos a alcanzar con el entrenamiento técnico táctico.
2. Confección de un programa con el que se organicen y articulen las estructuras y contenidos del aprendizaje a fin de alcanzar los objetivos de la enseñanza.
3. Tratamiento metodológico del trabajo a realizar, es decir métodos de enseñanza y ejecución de los contenidos previstos para el aprendizaje.
4. Los medios que hay en los colegios son susceptibles de ser mejorados y a los cuales habrá que adaptarse en cada momento.
5. Evaluación del trabajo y del proceso para conocer si se alcanzan los objetivos establecidos.

7- Metodología en la etapa de iniciación.

La metodología que se seguirá debe reunir los siguientes principios:

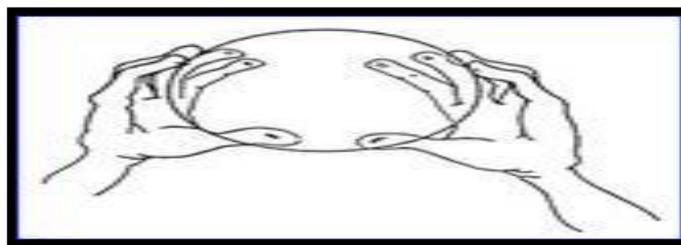
- **Ser flexible:** debe permitir ajustar las propuestas al ritmo de cada alumno/a. Las actividades sugeridas deben desarrollarse en función de las posibilidades del alumnado, por ello, se debe conocer la realidad de partida de los niños/as.
- **Ser afectiva:** se deben elaborar los objetivos partiendo de la necesidad de los alumnos/as. Se debe conseguir que el alumnado se sienta protagonista de su conducta motriz.
- **Ser participativa:** Favoreciendo la cooperación y el compañerismo. Ha de evitarse la competitividad, entendiendo la competición como

superación. Ésta se debe utilizar como un medio pero nunca como un fin.

- **Ser inductiva:** favoreciendo el auto-aprendizaje de manera que el alumno/a sea capaz de resolver problemas motrices que luego posiblemente aplicará en las diferentes situaciones motrices a las que se someta.
- **Ser integradora:** no existe una respuesta motriz única y correcta, sino que es variada dependiendo del nivel o necesidad de cada alumno/a. Las necesidades especiales deben tratarse con una metodología adecuada a cada caso.
- **Ser lúdica:** las diferentes actividades deben plantearse en forma de juegos en los que puedan participar de forma espontánea.
- **Ser creativa:** eliminar los modelos fijos o repetitivos con el objetivo de estimular la creatividad en el niño/a para resolver los problemas planteados.

8- Ejercicios Metodológicos Técnico-tácticos para la enseñanza del Voleo.

Posición de las manos y contacto con el balón arrodillados al piso. Familiarizándose con el balón. (Explicación del gesto técnico). Desde arrodillado, la ubicación de las manos continua siendo la misma, desde esta posición los codos no se separan demasiado del tronco, por ello se desarrolla este ejercicio, este posibilita desarrollar una postura adecuada de las manos y de parte de su movimiento durante el voleo.



- La posición de sentado frente al muro da un movimiento donde se puede controlar la colocación de los codos en frente, vigilar que los codos apunten hacia adelante y se golpee con los dedos hacia arriba, con este movimiento se va fundamentando el golpe de voleo hacia adelante.



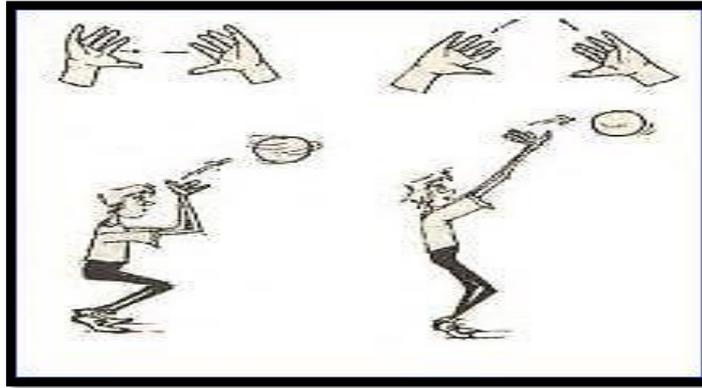
- Botar el balón en el suelo con una y dos manos posición del voleo con/sin desplazamiento. Tratando de separar los dedos.



- Recoger el balón desde el suelo y colocarlo sobre la frente (gesto técnico). Realizar transferencia de lo asimilado realizando voleo vertical, este es el ejercicio básico si se va a enseñar con niños de 12 años y menores, para ellos se debe buscar una buena demostración del gesto, ya que a estas edades es cuando se aprende por imagen motriz de un gesto, si se carece de un buen modelo, utilizar videos del gesto realizado por los jugadores de élite. la mejor manera de realizar este gesto es corto a fin de permanecer con la postura adecuada de las manos, que es una de las grandes dificultades en esta fase de iniciación.



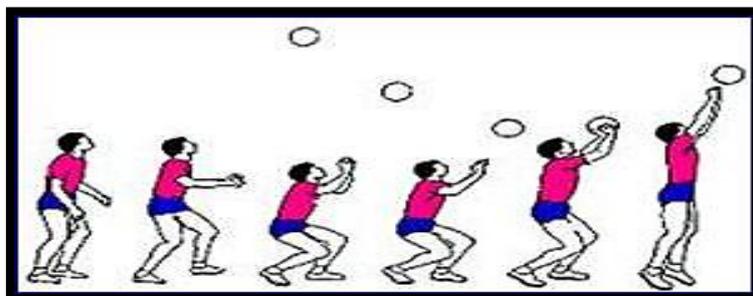
- Atrapar el balón con una mano y lanzarlo de izquierda – derecha, tratando de elevar el balón y realizar la flexión de piernas.



- Lanzar y atrapar el balón por encima del hombro con/sin bote. Acción de coger y lanzar el balón. Se busca que el juego sea divertido tratando de darle variantes y planteándole objetivos.



- Dominio: Atrapar el balón sobre la frente sin dejar caer el balón y lanzar rápidamente, acción de coger y lanzar con gesto técnico. El mismo ejercicio en forma vertical, pero efectuarlo con diferentes alturas, con este ejercicio se "obliga" al jugador a realizar flexo-extensión de rodillas y cadera en el momento que el balón se deba enviar alto. Recuerde observar la postura de las manos y la mirada a un lado y otro después de cada golpe, en este gesto, que luego será del **Colocador** será fundamental para ver el Bloqueo y defensa contraria y para observar a sus atacantes en mejor ubicación.



- Alternar voleo y cabeceo a modo de coordinación y como un trabajo metodológico para que el jugador se ubique bajo el balón para

realizar el gesto técnico, esta es una posición importante para realizar más eficientemente el gesto técnico.



Atrapar el balón sin dejar botar realizando el gesto técnico del voleo con desplazamiento hacia adelante y luego hacia atrás.



Atrapar el balón realizando el gesto técnico del voleo sin dejar botar con desplazamiento lateralmente.



Atrapar el balón realizando el gesto técnico del voleo sin dejar botar girando a la derecha o a la izquierda, siempre colocándose debajo del balón.



Autocontrol del voleo empezando de la posición de pie y con autopases lograr sentarse en el piso realizando el voleo correctamente y controlando el balón.



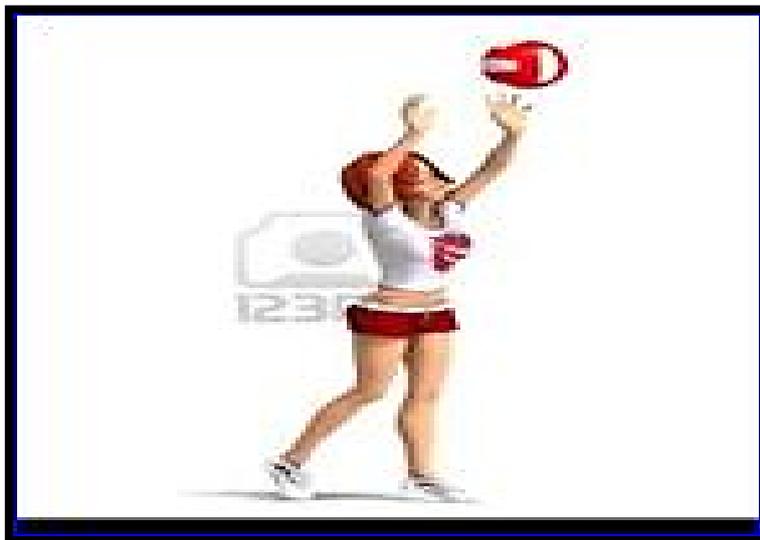
Lanzamientos hacia arriba controlando el balón, con acciones de tocarse los hombros.



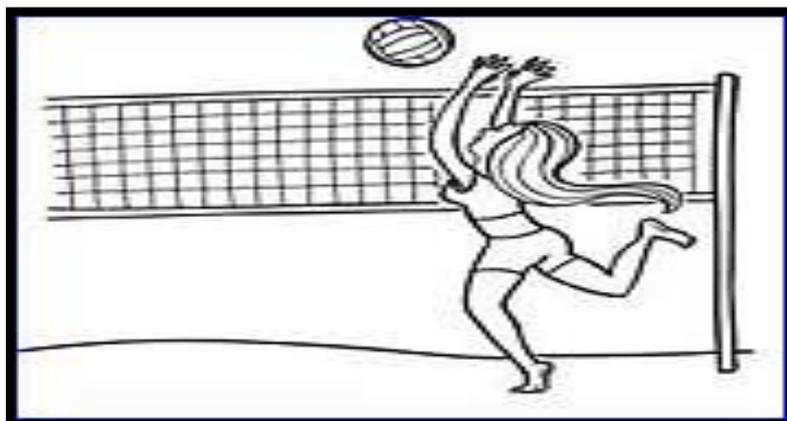
- Lanzamientos verticales y coger la cabeza como dificultad a modo de realizar el gesto del voleo en forma continuada y de esta manera mantener la forma de las manos en forma correcta.



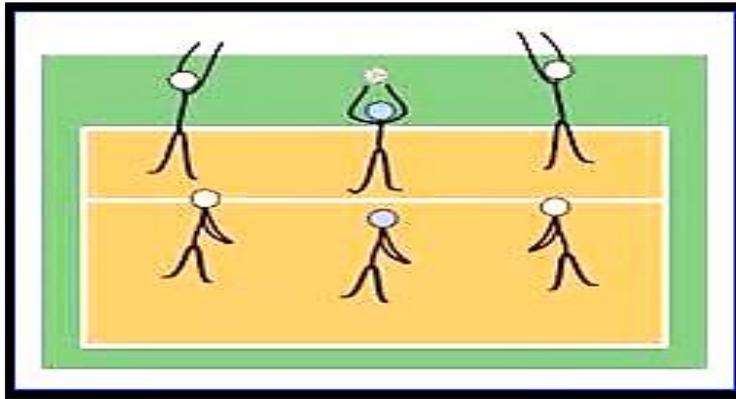
- Lanzamiento con toques del talón de la mano y luego un toque de voleo hacia adelante y hacia atrás con desplazamiento.



Colocaciones sucesivas moviéndose lateralmente por debajo de la net, cada toque de balón debe pasarse por sobre la net.



Colocaciones sucesivas acción de controlar el balón con toques de voleos, girando hacia la derecha o hacia la izquierda (90 grados, 80 grados y 300 grados).



Colocaciones sucesivas con bote moviéndose hacia adelante.

Alternar voleo y cabeceo a modo de coordinación para que el jugador se ubique bajo el balón para realizar el gesto técnico.



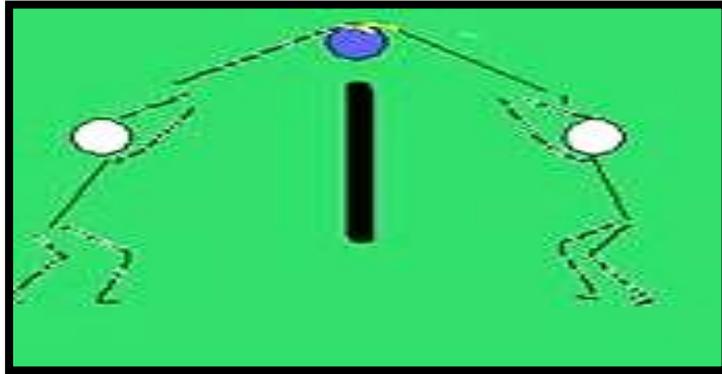
a- Los pases del balón en la red

En el caso de aplicar el pase del balón en la red dirigiéndolo al campo contrario se amplían, indudablemente, las condiciones de ejecución de los ejercicios. Cada jugador debe aprender a administrar sus esfuerzos de pase en correspondencia con la distancia necesaria del pase; determinar la dirección del pase al compañero que debe ser la más favorable; saber escoger la variante óptima del desplazamiento y pase en caso de realizarse pases en serie y de diferente carácter; saber congeniar con sus compañeros sus acciones con arreglo a las condiciones constantemente cambiables de la ejecución de los ejercicios.

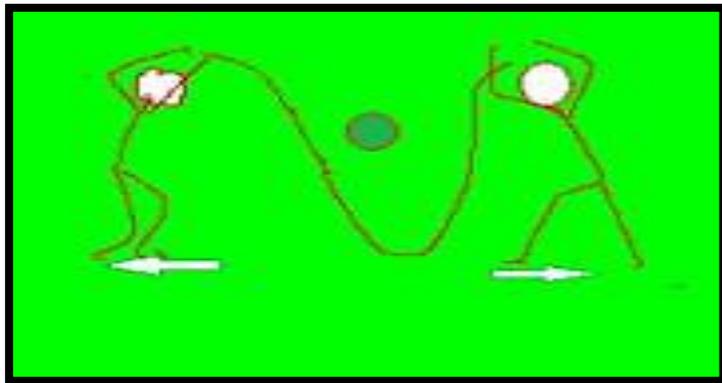
Los ejercicios de pases de dedos del balón en la red incluyen los pases del balón hacia la red o pases paralelos y por encima de la red.

Propuestas:

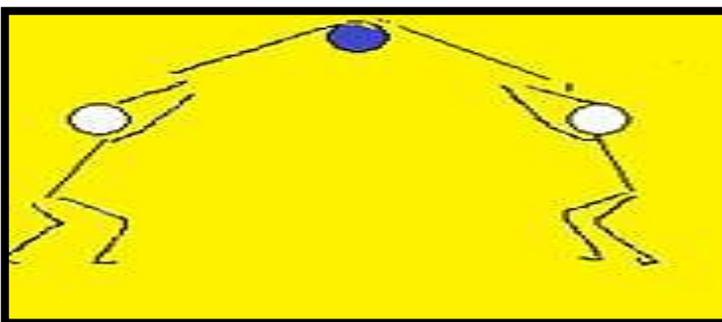
- Pase al compañero sobre la net, cada vez que se entrega se retrocede para una mejor visión.



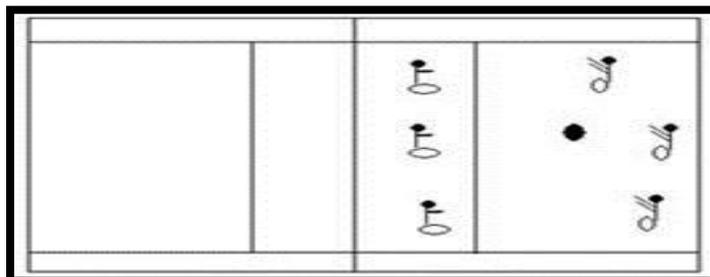
Pase de voleo jugador a jugador con un bote deberá retroceder para una mejor visión ingresando luego en posición agachada.



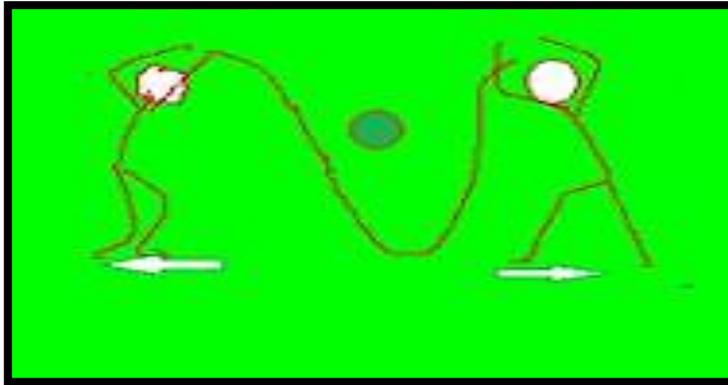
Pase jugador a jugador dos a tres toques de autopase y entrega, con este juego se busca el control del balón a su vez familiarizarse con los toques que se realiza por equipo.



Pase jugador en posición sentada.

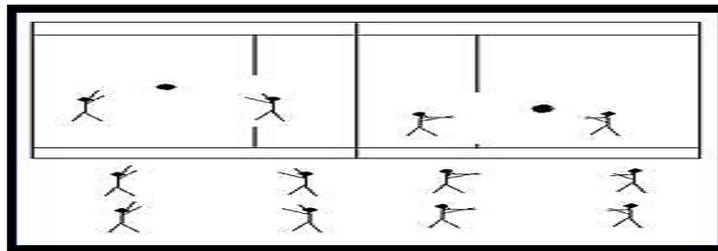


- Pase de jugador a jugador con desplazamiento hacia un punto como dificultad (tocar cono, línea y sentado).

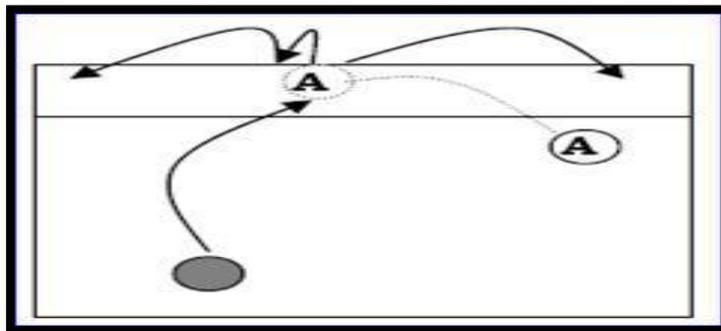


Ejecución de pase de dedos en forma lateral con ejecución tratando de elevar el balón, tratando de perfeccionar el pase.

- Ídem anterior con desplazamiento.



Juego: Ensayo de situaciones de juego levantada de frente y de espalda.



b- El pase de dedos hacia atrás

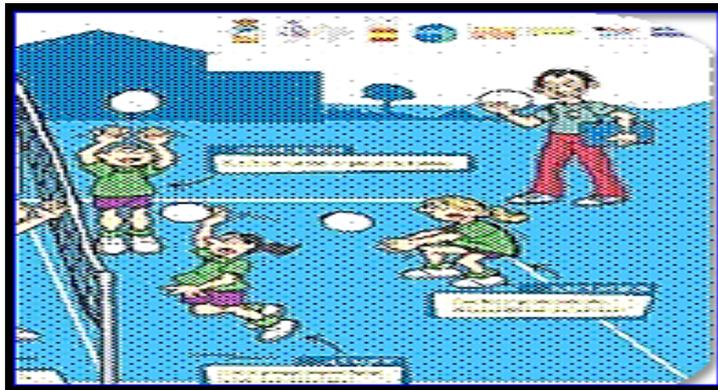
Es conveniente comenzar la enseñanza del pase de dedos hacia atrás cuando los jugadores ya han asimilado muy bien la técnica del pase de dedos hacia delante. Al principio de la enseñanza es necesario prestar especial atención sobre la posición inicial respecto al balón en vuelo, utilizando, si es preciso, los desplazamientos.

Un importante papel en los pases de dedos hacia atrás lo desempeña el compañero que debe enviar el balón al principal ejecutor con mucha precisión y sin obligarlo a realizar grandes desplazamientos.

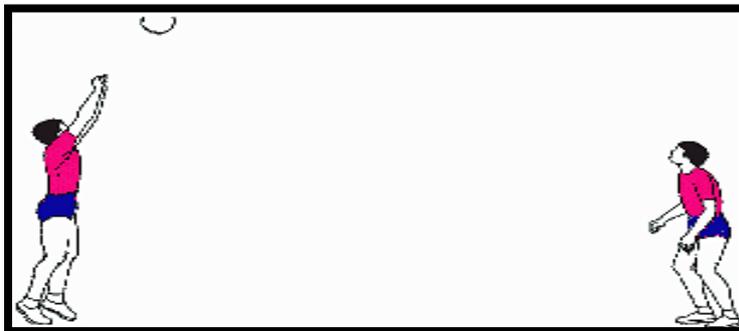
El pase de dedos hacia atrás con giro previo es un ejercicio con dificultad aumentada, Así que es necesario controlar e instruir a los jugadores que cometen fallos. Se puede comunicar las correcciones después de finalizar el ejercicio o a medida de su desarrollo.

Propuestas:

- Jugador a jugador, pase de colocación y de espaldas.



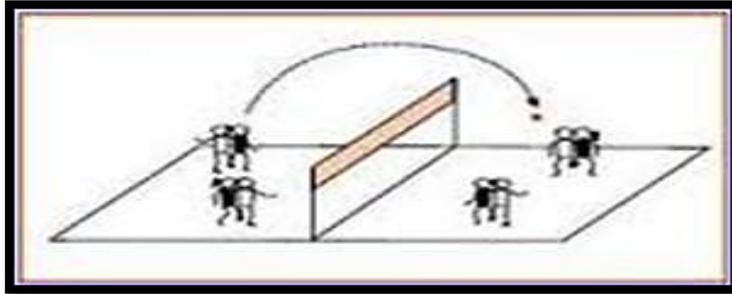
- Pase de espaldas con desplazamiento tocando el cono.



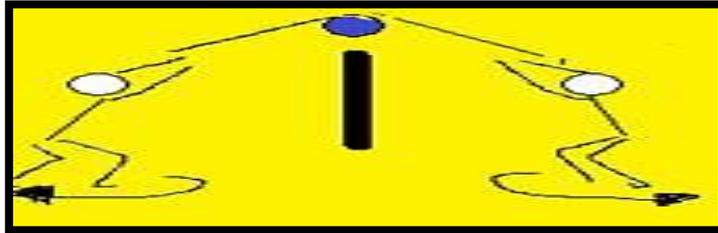
- Pase de espalda a diferentes distancias.



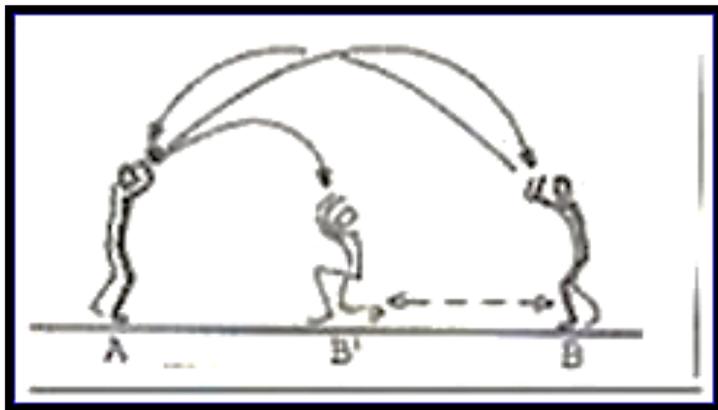
- Tratar de entregar el pase por encima de la net.



- Jugador a jugador, pase de espalda con giro lateral (hacia un lado).



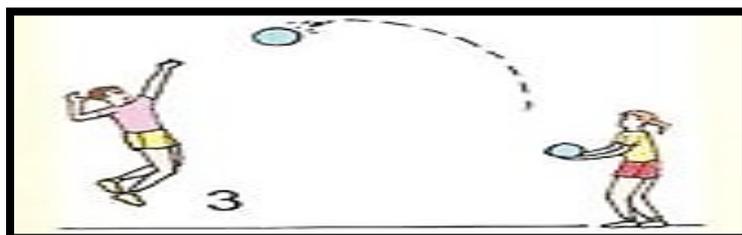
- Grupo de tres el del centro realiza pase de espalda con dos toques de autopase hacia los lados.



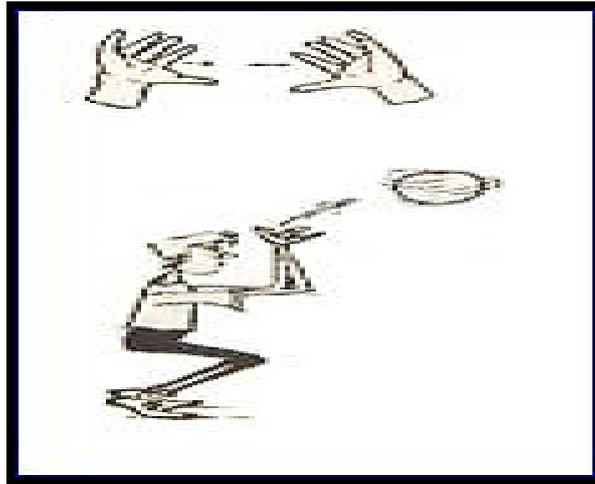
c- El pase de dedos de balón en salto

Durante la ejecución del pase de dedos en suspensión es necesario acercarse rápidamente hacia el lugar del aterrizaje del balón, saltar y en el punto más alto del salto y "coger" el balón y pasarlo al compañero con el toque de dedos. Este pase se efectúa con una ligera extensión de los brazos el toque de dedos se realiza por encima de nivel de la cabeza.

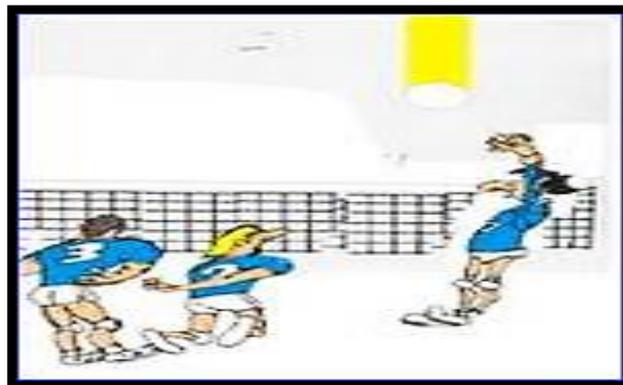
Propuestas: Auto-lanzarse la pelota y tomarla en el punto más alto buscando con las manos el balón como si fuéramos a golpear de arriba o en suspensión..



- Ídem pero el lanzamiento será contra una pared y realizar el ejercicio anterior con el rebote.



- Ídem pero ahora golpeando la pelota, un compañero lanza la pelota y el otro devuelve con pase de arriba en suspensión.



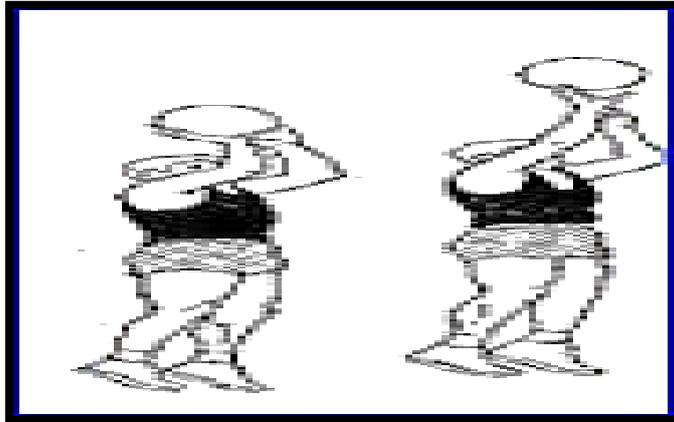
Pase continuo, en parejas, uno en suspensión y el otro a pie firme a diferentes distancias. Con este ejercicio el alumno empieza a controlar el balón y lanzar a diferentes distancias.



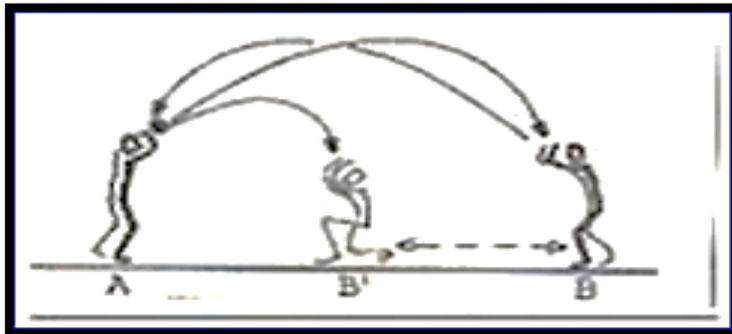
- Pase de dedos en suspensión de frente



- Pase de dedos en suspensión con lanzamientos laterales, de esta forma se ensaya las posibles situaciones de juego que se presentan en cada partido.



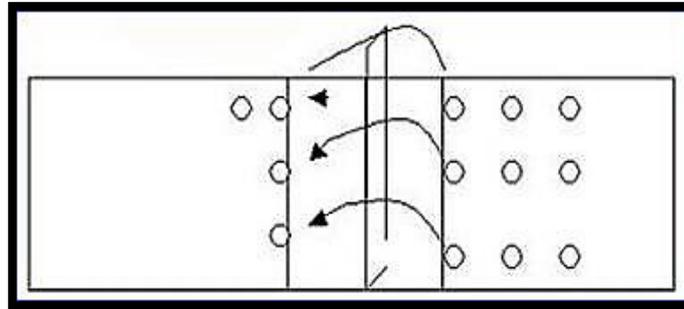
- Pase en suspensión con desplazamientos, el jugador B se desplaza al centro y luego atrás ejecutando el pase de voleo al jugador A.



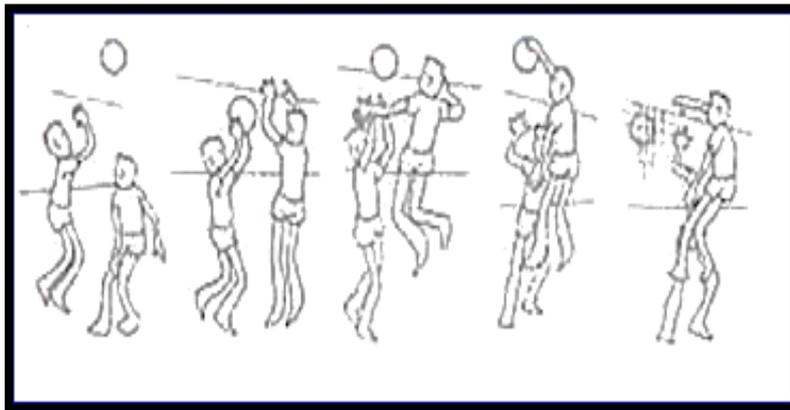
Pase de dedos en suspensión de espaldas.



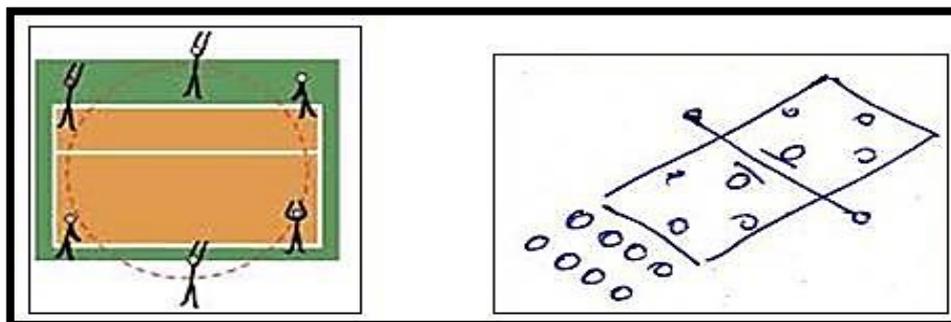
- Pase con entrega en suspensión por grupo, cada vez que entregas el pase debes desplazarte al final de la columna, como variante se puede realizar el desplazamiento a la columna del frente.



Juego: Ensayo de situaciones de juego levantada de frente y de espalda en suspensión.



Dividir en 4 grupos el alumnado con dos balones, el ejercicio consiste en entregar el balón con voleo al lado derecho y luego se desplazaría al final de la columna del lado donde entrego el balón. El comienzo del ejercicio deberá hacerse en forma simultánea para evitar que los dos balones se junten; de esta manera el jugador practicara la dirección de su voleo y también mejorara su concentración.





9- Normas del juego

Cada equipo está formado por un máximo de 12 jugadores, de los cuales 6 son titulares y los otros 6 son reservas. Si en el transcurso del juego se presenta el caso de que sólo 5 jugadores estén en condiciones para jugar, a causa de un imprevisto o de expulsiones, y no se tiene la posibilidad de hacer que entre una reserva, se pierde el partido.

Gana un set el equipo que consigue llegar a 25 puntos, con al menos dos de diferencia respecto a sus contrincantes. En caso de llegar a 24 iguales, ganará el set el equipo que obtenga los dos puntos de diferencia ejemplo: 26-24, 27-25 etc.

Normalmente un partido se disputa al mejor de 3 sets sobre 5, es decir, que el equipo que obtenga primero 3 sets ganará el partido. En algunas categorías y sobre todo en torneos, se juega al mejor de 2 sets sobre 3, es decir, que gana el equipo que obtenga primero 2 sets.

Si se llegase a disputar un último set, es decir, un 5º o un 3º set, ganará el set y el partido el equipo que primero llegue a 15 puntos, con al menos 2 de diferencia respecto a sus contrincantes. En caso de llegar a 14 iguales, ganará el set el equipo que obtenga los dos puntos de diferencia ejemplo: 16-14, 18-16 etc.

Al final de cada set los equipos cambian de cancha, al inicio del último set debe realizarse un nuevo sorteo, y cuando un equipo alcanza los 8 puntos se procede al cambio de cancha.

Cada mitad del campo está dividida imaginariamente en 6 zonas (en el diagrama están numeradas en sentido opuesto a las agujas del reloj de la 1 a la 6) las 3 zonas próximas a la red se les denomina zonas de ataque, y a las zonas alejadas de la red se les denomina zonas zagueras o de defensa, la llamada línea de los tres metros sirve para dividir el campo de los atacantes de la zona de los defensores.



Al inicio de cada set los jugadores se acomodan en su campo de modo tal que cada uno ocupa una de las 6 zonas imaginarias.

Se lleva a cabo un sorteo para saber quién realizará el servicio o saque, el servicio es la base para comenzar una acción de juego. El jugador de zona 1 tiene la obligación de sacar desde la línea de fondo.

El equipo que ha efectuado el servicio se adjudica un punto si consigue que la pelota caiga en el campo contrario, si los adversarios la devuelven fuera del campo o la regresan de manera incorrecta.

El equipo que tiene el servicio en su poder pierde el derecho a efectuar otro si no consigue hacer que caiga el balón en el campo contrario o si estos últimos lo hacen caer en el campo del equipo que tiene el servicio. En este caso, el equipo que estaba recibiendo tiene el derecho a efectuar el servicio siguiente (entonces se produce un cambio de servicio) adjudicándose un punto.

Cada vez que un equipo consigue un cambio de servicio, tiene que efectuar obligatoriamente una rotación, en el sentido de las manecillas del reloj, de las posiciones de los jugadores en el campo, de manera que los 6 jugadores pasen a ocupar la zona de campo más próxima. En consecuencia, el jugador que estaba ocupando la zona 2, por efecto de la rotación pasa a la zona 1 para ejecutar el servicio.

El paso de los atletas por la zona de saque debe respetar siempre el orden establecido al inicio de cada set, ya que de lo contrario se incurre en una “falta de rotación”.

Se puede aprovechar plenamente la especialización de las funciones basándose en el artículo del reglamento que determina la posición y la rotación de los jugadores, que dice: después del servicio, los jugadores pueden desplazarse y ocupar cualquier posición en su propio campo, de esta manera el central, que por ejemplo se encuentra en la zona 4 intercambia la posición con el rematador o alero, que a su vez parte de la posición tres. Esta situación se conoce como cambio de zona, que puede ser un cambio corto, si el intercambio se produce entre el central y uno de los exteriores, o bien un cambio largo, si el



intercambio se produce entre dos jugadores exteriores, los cambios se efectúan tanto con los zagueros como con los delanteros.

Cada equipo tiene derecho a efectuar tres toques antes de enviar el balón al campo contrario; si se produce un cuarto toque se incurre en falta y se pierde el servicio, excepto si el bloqueo toca el balón.

El contacto del balón con la red no produce ningún efecto, y por lo tanto no repercute en la contabilización de los toques.

El jugador que manda el balón a la red no puede volverlo a jugar (a menos que haya tocado el bloqueo) si antes no interviene un compañero de equipo, lo que produciría una falta de doble golpe.

El balón no puede ser retenido o tocado dos veces consecutivamente por el mismo jugador (excepto si el balón proviene de un saque), ya que se incurre en falta y se pierde el derecho al saque.

Los jugadores de la segunda línea (o jugadores de la defensa) no pueden enviar el balón saltando a una altura superior a la red al campo contrario si los pies se encuentran dentro de la zona de ataque (pisando la línea o dentro de la zona de ataque o tres metros). Si pueden, atacar tranquilamente sin saltar, inclusive rematar saltando siempre y cuando sea antes de la línea de los tres metros, aunque al caer lo hagan en esta zona.

El arbitraje de un encuentro corre a cargo de dos árbitros que se sitúan próximos a la red.

El primer árbitro ocupa una posición elevada en una silla para poder observar desde arriba la acción del juego. Éste se responsabiliza de las faltas de toque de balón (retenciones etc.) de las invasiones a la red, de los balones dentro o fuera y de todo lo que respecta a la parte disciplinaria.

El segundo árbitro, en cambio, solamente puede pitar para señalar: invasiones a la red, balones que toquen el techo, faltas de posición del equipo que recibe,



faltas de rotación de ambos equipos, balones que pasan por fuera del espacio legal delimitado, las solicitudes del entrenador para efectuar cambios o para obtener un tiempo.

En el banquillo, además de los reservas, pueden sentarse el entrenador, el asistente, un directivo, el masajista y un médico.

No hay que desanimarse ante tantas reglas. Con un poco de práctica se asimilarán con facilidad y, a partir de esto, se podrá centrar la atención en los aspectos técnicos de este deporte.



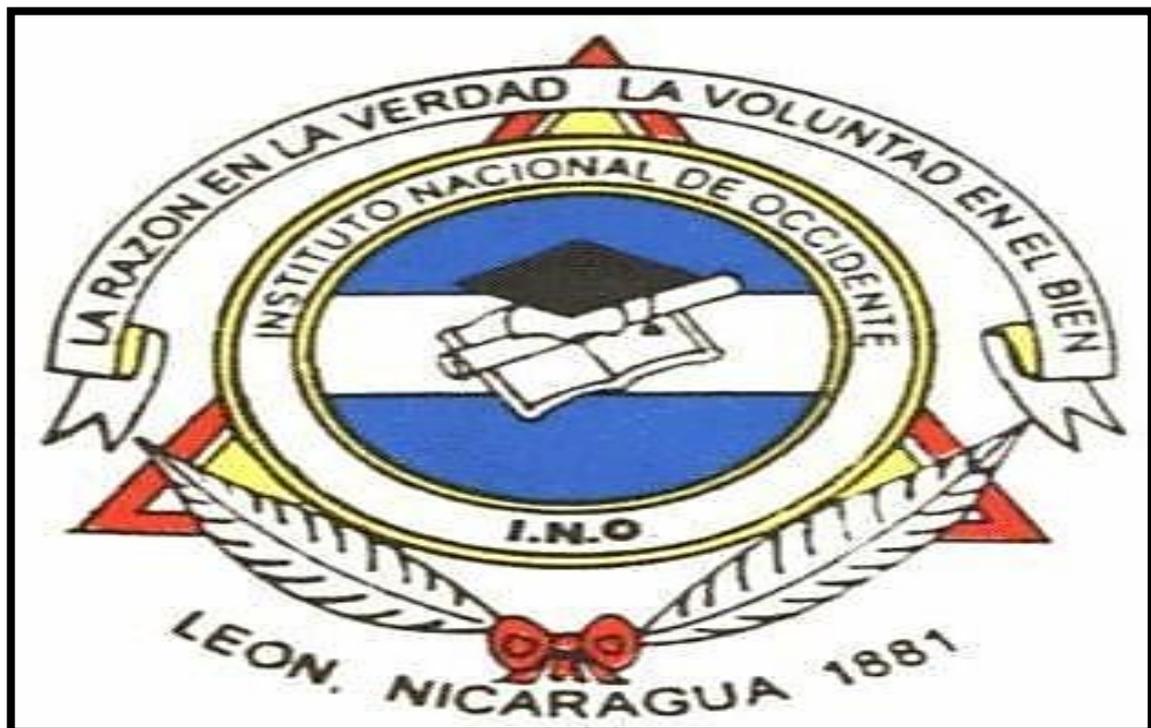
Vista Satelital del Instituto Nacional de Occidente (I.N.O) de la ciudad de León, Nicaragua.



Parte Frontal del Instituto (INO).



Logotipo del Instituto (INO)



Campo Multi-Uso (Atletismo y Futbol Campo).



Cancha Multi-Uso (Baloncesto, Voleibol, Fut-sala).



Cancha Improvisada No.1



Cancha Improvisada No. 2





Entrevista al Director

Estimado Director del Instituto Nacional de Occidente de la ciudad de León, somos Egresados de la Carrera de Educación Física y Deporte de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, para culminar nuestra meta y optar la licenciatura, nos vimos en la necesidad de realizar una indagación relacionada al voleo de voleibol en este Centro Educativo del cual usted dirige en vísperas de que el desarrollo de esta disciplina deportiva se fortalezca tanto de conocimientos pedagógico como técnicos tácticos en las Estrategias de la Enseñanza a los Educandos de manera documentada y práctica, para ello necesitamos de su colaboración en responder las preguntas que realizamos para determinar la problemática y la solución de la misma.

- 1.- Cuenta el centro con profesores de Educación Física con carreras profesionales para la práctica de esta actividad?
- 2.- Estos profesores están distribuidos por deporte y que nivel pedagógico técnico tienen para ejecutar la clase?
- 3.- Con que material deportivo cuenta el centro por deporte, la calidad y condición de los mismos?
- 4.- Con que instalaciones deportivas cuenta el centro para desarrollar las actividades deportivas?
- 5.- En qué condiciones físicas se encuentran estas instalaciones?
- 6.- Cuenta el centro con equipos de voleibol?
- 7.- El asignado para preparar a los integrantes del equipo del centro o grado escolar tiene conocimientos del deporte en práctica?
- 8.- Quien provee la información para transmisión de las actividades físicas en el centro educativo?
- 9.- El centro cuenta con su propia documentación específica para que el docente muestre la ejecución correcta de las distintas tecinas de juego a los integrantes?
- 10.- Cuanto es el tiempo que se utiliza para llevar a cabo las prácticas de este deporte y el horario?



Entrevista a profundidad a docentes.

Estimado profesor de educación física del I.NO.:

La presente encuesta tiene como objetivo obtener información acerca de la importancia de la guía metodológica en la educación física, para mejora del conocimiento del educando en el aprendizaje del voleo de voleibol. Motivo que requerimos nos responda con claridad, ya que la información que nos brinden es íntima y será utilizada con fines de investigación, en la búsqueda de mejorar la enseñanza – aprendizaje del voleo de voleibol en el centro en estudio. Gracias por su contribución y disponibilidad en enunciarse.

Nombre del docente: _____

Nombre del centro: _____

Escolaridad: _____

Nivel que imparte: _____

Conteste sí o no y diga el porqué de su declaración:

1 ¿Usted importante la elaboración de una propuesta de guía metodológica para la enseñanza del voleibol en su centro Escolar?

Sí _____

No _____

Describa:

2 ¿Tiene usted una base Metodológica para desarrollar las técnicas de voleo de voleibol?

Sí _____

No _____

Mencione:

3 ¿Tiene usted días programados para ejecutar la actividad de voleo de voleibol y el tiempo que le asigna a la enseñanza son suficiente?

Sí _____

No _____

Mencione:

4 ¿Considera importante la práctica y el aprendizaje del voleo de Voleibol en el centro de estudio?

Sí _____

No _____

Mencione:

5 ¿Le gustaría que se incluyera en el currículo de la educación física, la propuesta de la guía metodológica del aprendizaje del voleo de voleibol?

Sí _____

No _____



Mencione: _____

Encuesta a Estudiantes

Estimados estudiantes del séptimo grado del Instituto Nacional de Occidente I.N.O de la ciudad de León, somos egresados de la carrera de Educación Física y Deportes de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, el objeto de la presente investigación, es para conocer la dificultad que existe en los que practican el Voleibol en este centro, con la finalidad de implementar una propuesta de guía metodológica que facilite tanto al docente como educandos el conocimiento de las mecánicas de cada una de las técnicas que existen en este deporte. Para ello se requiere de una respuesta concreta y sincera para una atención adecuada.

Por tal motivo requerimos de la siguiente información formulada en preguntas.

Edad: _____

Religión: _____

CE: _____

CC: _____

1.- Antes de iniciar la clase de voleibol, recibe una documentación previa como guía para retroalimentación al momento de la clase práctica?

Si: _____

No: _____

2- Usted conoce y domina las mecánicas del voleo de voleibol?

Si: _____

No: _____

3- La información brindada por el docente es explícita para ejecutar el ejercicio?

Si: _____

No: _____

4.- Considera usted que la enseñanza del voleo de voleibol, le será de gran utilidad para desarrollarse en este deporte?

Si: _____

No: _____

5.- Más de alguna vez, usted ha buscado información acerca del cada una de las técnicas del voleo de voleibol en las distintas sedes municipales, departamentales, escolares u otros que le faciliten la información requerida?

Si: _____

No: _____

6.- Ha encontrado usted información por los distintos medios acerca del voleo de voleibol de manera explícita para aplicarla a su necesidad?

Si: _____

No: _____