



Universidad Nacional de La Matanza

Florencio Varela 1903 - San Justo - Buenos Aires - Argentina

DEPARTAMENTO DE HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES

CARRERA: PROFESORADO DE EDUCACIÓN FÍSICA

Programa de la Asignatura: VOLEIBOL I

ANUAL

Cátedra: ÚNICA

Prof. Adjunto: Lufrano, Luis

JTP: Jefe de Trabajos Prácticos: Prof. Bonaccorsi, Humberto; Prof. Supital Fabián; Lic. Martín, Jorge; Lic. Frachia, Daniela; Prof. Spata, Vanesa

Carga Horaria: 2 horas de carga anual

1) Fundamentación

Dentro de la carrera del Profesorado los alumnos van adquiriendo herramientas para educar a sus futuros alumnos de todos los niveles del sistema educativo formal y no formal. En éste caso el Vóleibol es una de esas herramientas, usamos el deporte como medio para educar.

Este deporte es ideal para trabajar en la escuela ya que no es de contacto lo que permite desarrollar habilidades propias del deporte y trabajar situaciones colectivas inherentes al trabajo en equipo reduciendo al mínimo la violencia con la que los chicos conviven.

Otra ventaja no menor hoy en día es que es un deporte que requiere de poco material y espacio para su desarrollo lo que lo hace muy atractivo para los

Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales

Diseño de los Programas de Estudio

profesores de los colegios de nuestro partido de La Matanza donde en la gran mayoría de las escuelas oficiales hay pocos recursos económicos para comprar material

Por otro lado requiere un trabajo de habilidades motoras básicas y complejas que pueden ir desarrollándose desde el nivel inicial aunque se empiece a trabajar Vóleybol como deporte en sí a partir del cuarto año de la primaria.

La complejidad de este deporte hace que se requiera de mínimo un año de cursada anual para que los alumnos de Profesorado puedan adquirir las herramientas técnicas como para comprender el juego y a partir de ello plantear una didáctica acorde a los diferentes niveles.

2) Objetivos Estructurales

- El objetivo principal es que, como se explicó en la fundamentación, el alumno logre apropiarse de los contenidos básicos del deporte para que éstos le sirvan como herramienta para formar alumnos de todas las edades y del sistema formal y no formal.
- Que el alumno logre ejecutar los golpes propios del deporte en situaciones facilitadas.
- Que el alumno logre entender el Vóleybol escolar y en la medida de lo posible sea capaz de jugarlo.
- Que el alumno pueda planificar una clase completa de Vóleybol a nivel escolar.
- Que el alumno pueda organizar un torneo de Vóleybol interno e intercolegial, comprendiendo y aplicando los distintos tipos de fixtures.

3) Unidades Didácticas

UNIDAD N°1: Iniciación al deporte a través de juegos que desarrollan habilidades motoras.

Golpe de manos altas hacia adelante y vertical y su aplicación a situación de juego 1 vs 1

Golpe de manos bajas.

Desplazamientos anteroposteriores

UNIDAD N°2: Saque de abajo, 2 vs 2 y sus desplazamientos propios.

Golpe de manos bajas hacia atrás y su aplicación al 3 vs 3.

Desarrollo del 3 vs 3 y su utilización en el nivel escolar y federativo.

UNIDAD N°3: Desarrollo técnico y táctico del bloqueo

Juego 4 vs 4 y su utilidad en el nivel escolar y federativo

Sistemas de recepción y defensa usados en el 4 vs 4

Participación y observación de un torneo de minivoley.

UNIDAD N°4: Desarrollo técnico del remate. Su utilidad y distintas formas de ataque.

Iniciación al 6 vs 6 en cancha reducida.

Observación de entrenamientos y partidos.

UNIDAD N°5: Desarrollo del sistema de recepción en W con armador por posición 3.

Desarrollo de sistema de defensa con bloqueo de la armadora y seis adelante

UNIDAD N°6: Desarrollo de sistema de defensa con bloqueo individual zonal y seis adelante.

Integración de sistemas de defensa y recepción.

3.a) Contenidos temáticos por Unidad Didáctica.

1º CUATRIMESTRE

CLASE 1: TEÓRICO

Presentación de Profesores – Ayudantes de la cátedra, Material Bibliográfico a utilizar, forma de evaluación.

Explicación sobre los Trabajos Prácticos: ficheros, observaciones y prácticas.

Desarrollo temático sobre la Organización Mundial, diferentes Torneos de la Federación y Escolares

CLASE 2: PRÁCTICA

Metodología del GMA de forma antero – posterior, Diferentes tamaños de canchas (siempre angostas).

1 con 1 y 1 VS 1

Juegos de iniciación al deporte, variantes del 1 vs 1

Desarrollo de capacidades coordinativas a través del juego con y contra el compañero.

CLASE 3: PRÁCTICA

Trabajos de desplazamientos antero – posterior con GMA, inicio de la metodología del GMB siempre con desplazamientos sobre el mismo eje.

1 VS 1 y 2 con 1, variedad de ejercicios y juegos aplicativos.

CLASE 4: PRÁCTICA

Desarrollo técnico del GMB, ejercitaciones combinando GMA y GMB, desplazamientos antero - posterior con tamaños diferentes de canchas donde predomina el largo sobre el ancho.

1 vs 1, inicio del 2 con 2

CLASE 5: PRÁCTICA

Ejercitaciones combinadas de GMA y GMB con desplazamientos laterales.

Desarrollo del 2 vs 2 con armador fijo.

CLASE 6: PRÁCTICA

Desarrollo metodológico del Saque de Abajo, aplicación de la técnica al juego.

Ejercicios combinados donde aparecen los gestos técnicos trabajados hasta el momento.

Ejercicios aplicativos para el 2 vs 2 con armador fijo y con armado móvil de un solo lado de la cancha.

CLASE 7: PRÁCTICA

Desarrollo del 2 vs 2 con armado móvil de los dos lados de la cancha.

Progresión metodológica para llegar al 2 vs 2 con armado móvil partiendo del 2 vs 2 con armado fijo.

CLASE 8: PRÁCTICA

Desplazamientos propios del deporte aplicados al 2 vs 2 con todas sus variantes.

Juego 2 vs 2 con armador móvil.

CLASE 9: PRÁCTICA

Desarrollo metodológico del 3 con 3 y 3 vs 3

Desarrollo metodológico del GMA atrás y su aplicación en el juego reducido.

Ejercicios combinados recepción y armado.

Juego 3 vs 3

CLASE 10: PRÁCTICA

Aplicación de GMA atrás a ejercicios de triangulación.

Aplicación de GMA atrás a situaciones de armado partiendo desde la pelota detenida o en juego.

Ejercicios combinados de defensa y armado hacia delante y hacia atrás.

CLASE 11: PRÁCTICA

Metodología de ataque con variantes del GMA: saltado y en suspensión

Ejercicios combinados de los diferentes momentos del voleibol (complejo I y II):

Saque – recepción – armado – ataque

Defensa – armado – contraataque.

Juego 3 vs 3

CLASE 12: PRÁCTICA

Ejercicios metodológicos para la carrera de ataque, y su aplicación en el juego.

Ejercicios combinados de recepción y armado y defensa, armado y ataque.

Juego 3 vs 3

CLASE 13: TEÓRICA

Progresiones metodológicas de las variantes del minivoley hasta el 3 vs 3.

Gráficos con sus respectivas simbologías.

CLASE 14: EXAMEN PRÁCTICO

Contenidos a evaluar:

*Golpe de manos altas hacia delante y hacia atrás

*Golpe de manos bajas

*Saque de abajo

*Juego reducido

CLASE 15: EXAMEN TEÓRICO Y ENTREGA DE TRABAJOS PRÁCTICOS

Contenidos a evaluar:

*Organización mundial y nacional

*Metodología del 1 vs 1 al 3 vs 3

*Desarrollo metodológico y aplicación de todos los gestos técnicos trabajados hasta el momento.

*Reglamento: Capítulo 1 y 2.

Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales

Diseño de los Programas de Estudio

Trabajos prácticos:

*Fichero: de todos los temas abordados durante la primera mitad de la cursada.

*TP 1: Observación de un Torneo de Minivoley organizado por la F.M.V

Armado de una clase de 3 vs 3

Observación de un entrenamiento de sub – 12

CLASE 16: RECUPERATORIO PRÁCTICO

2º CUATRIMESTRE

CLASE 17: PRÁCTICA

Repaso de 3 vs 3 aplicando todos los gestos aprendidos.

Ejercicios de triangulación con armado hacia atrás y hacia delante.

Inicio del 4 con 4 con trabajos de recepción.

CLASE 18: PRÁCTICA

Desarrollo metodológico del remate.

Ejercicios de armado y ataque.

Aplicación del remate a la situación de juego del 4 vs 4.

CLASE 19: PRÁCTICA

Ejercitaciones para el desarrollo de la defensa en el 4 vs 4. Sistema Medialuna y "U".

Desarrollo metodológico del bloqueo y su aplicación al juego.

Ejercicios combinados de armado – ataque – bloqueo.

Nociones sobre sistemas de defensa.

CLASE 20: PRÁCTICA

Ejercicios aplicativos para el ataque y bloqueo.

Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales

Diseño de los Programas de Estudio

Desarrollo teórico – práctico del sistema de defensa para el 4 vs 4.

Juego 4 vs 4

CLASE 21: PRACTICA

Ejercicios aplicativos para desarrollar la defensa en el 4 vs 4 con bloqueo individual zonal y armado a turno por el medio.

Juego 4 vs 4 guiado para aplicar todo lo trabajado hasta el momento.

CLASE 22: PRÁCTICA

Ejercicios combinados de saque – recepción – armado – ataque.

Ejercicios combinados de defensa – armado – bloqueo – contraataque.

Juego 4 vs 4 con variantes de recepción y defensa.

CLASE 23: PRÁCTICA

Inicio del 6 vs 6.

Introducción teórica al sistema base de juego a turno con armador por posición 3, recepción en W y defensa con seis adelante y bloqueo individual zonal.

Ejercicios de recepción trabajando la mitad de la cancha para transferir los conceptos del 4 vs 4 al 6 vs 6. (con 4 jugadores)

CLASE 24: PRÁCTICA

6 Vs 6: sistema de recepción. Variante de ejercicios aplicativos.

Concepto de defensa con 6 adelante y bloqueo diagonal.

Ejercicios combinados para trabajar la defensa en la mitad de la cancha (con 3 o 4 jugadores)

CLASE 25: PRÁCTICA

Desarrollo metodológico del saque de arriba.

Ejercitaciones para trabajar la defensa en toda la cancha (6 jugadores).

Juego 6 vs 6.

Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales

Diseño de los Programas de Estudio

CLASE 26: PRÁCTICA

Juego 6 vs 6 donde un equipo siempre defiende y otro siempre recibe para poder trabajar los dos complejos (I y II).

CLASE 27: PRÁCTICA

Repaso general de todos los contenidos prácticos abordados durante el segundo cuatrimestre.

CLASE 28: TEÓRICA

Planilla de juego.

Cierre teórico de los contenidos abordados durante el año.

CLASE 29: EXÁMEN PRÁCTICO Y ENTREGA DE TRABAJOS PRÁCTICOS.

Contenidos a evaluar:

- *Saque de arriba
- *Remate
- *Bloqueo
- *Juego 6 vs 6
- *Ataque y defensa

Trabajos prácticos:

- *Fichero completo (primer y segundo cuatrimestre).
- *TP4: Armado de una clase 4 vs 4
- *TP5: Observación de un entrenamiento de sub – 14
- *TP6: Armado de una clase 6 vs 6
- *TP7: “Simulacro de clase” los alumnos deberán trabajar en armado de clases para alumnos de diferentes edades y luego las llevarán a la práctica durante la

primer media hora de clase utilizando a sus propios compañeros como virtuales alumnos.

CLASE 30: CONTINUACIÓN DEL EXÁMEN PRÁCTICO

CLASE 31: EXAMEN TEÓRICO

Examen integrador de todos los contenidos abordador en la materia.

CLASE 32: RECUPERATORIO PRÁCTICO Y ENTREGA DE NOTAS.

4) Bibliografía General

- * Vóleibol escolar. (Autor: Prof. Lufrano, Luis)
- * Vóleibol 1001 ejercicios y juegos. (Autor: Ricardo Bragas Rodríguez)
- * Vóleibol dentro del movimiento (Autor: Carmelo Pitera, Darío Riva Violetta).
- * Reglamento actualizado de Vóleibol.
- * El Vóleibol iniciación y perfeccionamiento (Autor: Jeff, Lucas, Editorial Paidotribo)

5) Cronograma de Actividades

1º CUATRIMESTRE

- Observación de un encuentro de Minivoley a nivel federativo
- Observación de un entrenamiento de sub-12 en la Universidad.

2º CUATRIMESTRE

- Observación de un partido de sub-12
- Clase teórica de planilla de juego

Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales

Diseño de los Programas de Estudio

- Planillaje de un partido oficial.
- Armado y participación en un torneo intercolegial de 4 vs 4.

6) Modalidades del proceso de orientación del aprendizaje

La modalidad de las clases prácticas es casi siempre la misma. Primero se hace una exposición práctica por parte del docente con algún soporte teórico según el tema a tratar y luego se trabaja explorando con el alumno a partir de la introducción previa.

Durante el desarrollo del contenido práctico los alumnos también toman diferentes papeles como ser alumnos de colegio, alumnos de profesorado y profesores de sus compañeros, todo esto con el objetivo de lograr los tres puntos fundamentales que creemos hacen a la profesión del Docente de Educación Física: SABER HACER, SABER ENSEÑAR Y SABER CORREGIR.

Las clases teóricas son de tipo expositivas y se organizan en función de las necesidades del grupo, por lo general son de cierre de cuatrimestre.

Por último la observación clases y entrenamientos de diferentes niveles y edades los ubica a los alumnos en una posición de "críticos" y luego se éstas observaciones se organizan debates con la idea que el alumno comprenda la transferencia de lo trabajado en clase a situaciones reales, con alumnos reales.

7) Modalidad de cursado

La materia es presencial y requiere de un 75% de asistencia para que el alumno se lo considere regular y lo habilite a rendir los diferentes exámenes.

Es una materia eminentemente práctica con algunos pocos encuentros teóricos.

8) Evaluaciones

Las instancias de evaluación se dividen en dos grandes partes: TEÓRICA Y PRÁCTICA.

La última clase del primer cuatrimestre rendirán un examen que abordará los contenidos trabajados de manera práctica más una clase teórica y dos observaciones de torneo y clases.

Las últimas dos clases previas al teórico serán de evaluación práctica donde el alumno será observado en distintas situaciones facilitadas. Se observará el nivel de desarrollo técnico alcanzado hasta el momento y su aplicación al juego reducido de 3 Vs 3.

Por último deberán entregar tres Trabajos Prácticos y el Fichero de los temas trabajados hasta el momento.

Las tres etapas de evaluación no son excluyentes unas de otras y deberán ser aprobadas con 7 puntos o más para estar en condiciones de promocionar al finalizar el segundo cuatrimestre.

El mismo procedimiento se lleva a cabo en el segundo cuatrimestre con la diferencia que deben realizar cuatro Trabajos Prácticos y que el examen teórico es integrador de la materia.

Una clase del segundo cuatrimestre es destinada para recuperar los fundamentos prácticos de adeuden.

9) Régimen de Promoción

La materia se puede promocionar siempre y cuando los alumnos aprueben con 7 (siete) puntos o más las tres instancias: TEÓRICA, PRÁCTICA y TRABAJOS PRÁCTICOS (las tres notas obtenidas en cada ítem no son promediabiles entre sí).

Si el alumno obtiene entre 4 (cuatro) y 6 (seis) puntos se encuentra en condición de regular para poder presentarse en la fecha de final donde debe aprobar las tres instancias por separado.