

UNIVERSIDAD DE CHILE
FACULTAD DE CIENCIAS AGRONOMICAS
CARRERA : INGENIERIA AGRONOMICA

VOLEIBOL I

Profesores Responsables : Oscar Ramírez Arriagada, Prof. Estado Educación Física.

Código : EA0081
Semestre : Otoño y Primavera
Tipo de Asignatura : Electiva General
Requisito : Acondicionamiento Físico Básico
Horas teóricas/alumno : 1
Horas prácticas/alumno : 1
Total horas del programa : 32
Unidades Docentes : 2
Página Web : ---

Objetivos Generales

- Interesar al estudiante por el conocimiento y práctica de este deporte.
- Estimular al estudiantado para que aproveche su tiempo libre, ya sea en la práctica y observación de este deporte.
- Alcanzar un estado óptimo de salud y condición física, como factor importante de vigor orgánico.
- Desarrollar hábitos deportivos y de higiene, como resultante de la práctica de este deporte.

Objetivos Específicos

- Aprender los fundamentos básicos del Basquetbol; desarrollando técnicas individuales y colectivas
- Enseñar y conocer las reglas básicas del juego (reglamento)
- Incentivar la práctica del deporte, basado en los principios y valores del Basquetbol (deporte)

Unidades Didácticas

1. Historia del Voleibol

- En el mundo
- En Chile

2. Evolución del juego

- Reglas de 1896 a 1928

3. Materiales y elementos en el campo de juegos

- red
- balón
- jugadores
- oficiales

4. Voleibol: deporte olímpico

- Campeonato sudamericano
- Campeonato mundial

Programa práctico

1. Actitud voleibolista

- posición de piernas
- posición de tronco
- posición de brazos

2. Gestos de juego

- posiciones básicas
- colocación del jugador en la cancha
- desplazamiento
- saltos
- caídas
- golpe a la pelota

3. Gestos de ataque

- saques
- pases
- golpes en alto
- remates
- bloqueo

4. Gestos de defensa

- posiciones básicas
- desplazamientos
- recepción baja
- bloqueo
- recuperación de la pelota en la red

5. Iniciación práctica

- ubicaciones
- funciones
- sistema de juego: - defensivo 3-1-2; 3-2-1
- ofensivo 4-2 ; 6-6

Método

Clases teóricas – prácticas, que otorgarán los elementos que permitan al estudiante una mayor comprensión de este deporte.

Evaluación:

Se promediarán las notas de los 4 controles prácticos y 1 control teórico con igual ponderación.

Asistencia: 100% obligatoria.

Bibliografía

Reglas de juego, Federación Nacional de Voleibol