

➤ **PROGRAMA ASIGNATURA**

<b>Nombre del curso</b>	Vóleibol
<b>Nombre del profesor(a)</b>	Johann Andrés Carmona Hueche
<b>Naturaleza</b> (obligatorio, optativo, electivo o curso libre)	Curso Libre
<b>Horarios</b>	Martes: 15.50-17.00 hrs. Jueves: 15.50-17.00 hrs.
<b>Número de Créditos</b>	4 créditos
<b>I. Descripción del curso</b>	<p>Curso libre deportivo basado en las directrices de las bases curriculares de la asignatura de educación física otorgadas por el MINEDU. Con el objetivo de perfeccionar y aplicar con precisión las habilidades motrices específicas de locomoción, manipulación y estabilidad es un deporte de oposición y colaboración.</p> <p>Curso teórico-práctico impartido en modalidad online a través de plataforma virtual ZOOM, cuyo propósito es, entregar conocimientos básicos del vóleibol abarcando contenidos tales como la historia, reglamento, fundamentos técnicos, fundamentos tácticos y acondicionamiento físico.</p>
<b>II. Objetivo General</b>	Conocer y ejecutar elementos fundamentales de la técnica del vóleibol tales como el golpe de dedos, golpe de antebrazo, saque bajo, ataque y bloqueo.
<b>III. Objetivos Específicos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprender la historia del voleibol, reglamento e importancia del mini vóley</li> <li>• Demostrar conocimiento en los fundamentos técnicos básicos del vóleibol</li> <li>• Distinguir sistemas de juegos básicos tales como sistema en W (6/0)</li> </ul>
<b>IV. Contenidos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué es el deporte “Vóleibol”? historia y evolución en el tiempo.</li> <li>• Mini vóley como base fundamental en la introducción al deporte, desarrollando su característica, objetivos y tipos de juegos</li> <li>• Juego 1 vs 1 en cancha reducida</li> <li>• Golpe de dedos, desarrollo de elemento fundamental de la técnica, antes, durante y después del golpe contextualizando la</li> </ul>

	<p>técnica en la fase de armada. A demás, se destaca el desplazamiento como elemento de base fundamental en el voleibol.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juego 2 vs 2 en cancha reducida</li> <li>• Golpe de antebrazo, desarrollo de elemento fundamental de la técnica, antes, durante y después del golpe contextualizando la técnica en la fase de recepción y defensa.</li> <li>• Juego 3 vs 3 en cancha reducida</li> <li>• El ataque, desarrollo de elemento fundamental de la técnica, antes, durante y después del golpe contextualizando la técnica en la fase ofensiva. Diversidad de ataque según posición en la cancha.</li> <li>• Juego 4 vs 4 en cancha reducida</li> <li>• El saque bajo, desarrollo de elemento fundamental de la técnica, antes, durante y después del golpe.</li> <li>• El bloqueo, desarrollo de elemento fundamental de la técnica, antes, durante y después del golpe, la importancia de la primera defensa.</li> <li>• ¿Qué es un sistema de juego?, sistema en W o sistema 6/0 como el más básico del voleibol</li> <li>• Reglamento, Roles y funciones dentro de la cancha.</li> </ul>
<p><b>V. Unidades</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Unidad I. Introducción al vóleibol</b> Reconocer y aprender gradualmente a través del mini vóley con juegos reducidos tales como el 1vs 1/ 2 vs 2/ 3 vs 3/ y 4 vs4.</li> <li>• <b>Unidad II. Elementos fundamentales del vóleibol</b> Conocer y ejecutar las técnicas básicas y fundamentales para el desarrollo del juego tales como el golpe de dedos, antebrazo y saque entre otras.</li> <li>• <b>Unidad III. Sistema de juego en W o 6/0</b> Desarrollar un sistema de juego básico el cual nos permitirá jugar propiamente tal el deporte Vóleibol.</li> </ul>
<p><b>VI. Régimen de asistencia</b></p>	<p>N.º de horas semanales: 4</p> <p>N.º total de horas de la asignatura: 60</p> <p>Asistencia requerida: 80%</p>

<b>VII. Forma de evaluación</b>	Evaluación Formativa: Aplicación y registro de avances personales, asistencia y participación en clases.
<b>VIII. Metodología</b>	<p>Las actividades de enseñanza y aprendizaje serán dirigidas por el profesor, los compañeros y el propio alumno, adaptándose a la forma de aprendizaje. Sin embargo, en este periodo de pandemia la metodología se ha adaptado a un contexto virtual.</p> <p>El desarrollo del curso se inicia con clases teóricas y prácticas, a través de la plataforma virtual Zoom. Comenzando con una introducción teórica del contenido con apoyo audio visual (laminas, ppt y videos), continuando una segunda parte de la clase guiada por el profesor donde se pone en práctica el contenido visto.</p>
<b>IX. Bibliografía</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Muchaga, L. y Jáuregui H. Los Juegos Reducidos. Materiales del Curso de Entrenadores COPEV 2011.</li> <li>-Ba acke, Horst. El Minivoleibol. Materiales del Curso de Entrenadores COPEV 2011</li> <li>- Muchaga, Luis. El Minivoleibol como Agente de desarrollo de la motricidad del niño. Material del Curso de Entrenadores COPEV 2011.</li> <li>- Material del Curso de Entrenadores COPEV 2011.</li> <li>- Quirós, Rodolfo. Fundamentación del Minivoleibol. Material del Curso Nacional de Entrenadores de Voleibol - Nivel I.</li> <li>- Carvajal Cartín, Andres. Iniciación, Desrrolo y Planificación del Voleibol. Disponible en: (<a href="http://rooperespinozarojas.wordpress.com/category/volley/iniciacion-desarrollo-yplanificacion-del-voleibol/">http://rooperespinozarojas.wordpress.com/category/volley/iniciacion-desarrollo-yplanificacion-del-voleibol/</a>)</li> <li>- Ramos, Jorge. Preparación Técnica (Metodología De La Enseñanza Y Desarrollo Técnico-Táctico Del Voleibol). Material del Curso Nacional de Entrenadores de Voleibol - Nivel I.</li> </ul>

➤ **PLANIFICACIÓN ASIGNATURA**

<b>I. Programación de contenidos y actividades</b>				
<b>Semana</b>	<b>Contenidos - Temas</b>	<b>Descripción de actividades</b>	<b>Horas presenciales</b>	<b>Horas no presenciales</b>
1	Introducción	Actividad de introducción a la asignatura, definición de conceptos, técnicas de ejercitación y otros contenidos significativos para el logro de los aprendizajes esperados.	00	04
2	Unidad I: Introducción al vóleibol	Historia del voleibol	00	04

3	Unidad I: Introducción al vóleybol	Mini vóley e iniciación al voleibol mediante el 1vs 1 y 2 vs 2	00	04
4	Unidad I: Introducción al vóleybol	Iniciación al vóleybol mediante el juego 3 contra 3	00	04
5	Unidad I: Introducción al vóleybol	Iniciación al vóleybol mediante el juego 4 contra 4	00	04
6	Unidad II: Elementos fundamentales del vóleybol	Entrenamiento golpe de dedos	00	04
7	Unidad II: Elementos fundamentales del vóleybol	Entrenamiento golpe de antebrazos	00	04
8	Unidad II: Elementos fundamentales del vóleybol	Entrenamiento del ataque	00	04
9	Unidad II: Elementos fundamentales del vóleybol	Entrenamiento del saque bajo	00	04
10	Unidad II: Elementos fundamentales del vóleybol	Entrenamiento del bloqueo	00	04
11	Unidad III: Sistema de juego en W o 6/0	Sistema de juego en W	00	04
12	Unidad III: Sistema de juego en W o 6/0	Sistema de juego en W	00	04
13	Unidad III: Sistema de juego en W o 6/0	Roles y funciones	00	04
14	Unidad III: Sistema de juego en W o 6/0	Roles y funciones	00	04
15	Cierre administrativo	Evaluación final y entrega de calificación del ramo	00	04

