

### PROGRAMA DE CURSO

Código	Nombre			
DR 320B	<b>VOLEIBOL II</b>			
Nombre en Inglés				
<b>VOLEYBALL II</b>				
SCT	Unidades Docentes	Horas de Cátedra	Horas Docencia Auxiliar	Horas de Trabajo Personal
3	5	3	0	2
Requisitos			Carácter del Curso	
Salud compatible con la actividad física			1. Electivo	
Resultados de Aprendizaje				
<p>El estudiante será capaz de demostrar que:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplica con estabilización del movimiento las técnicas básicas propias del voleibol: saque, recepción, voleo, ataque, bloqueo y defensa</li> <li>• Mejora su condición física inicial específica para el voleibol.</li> <li>• Aplica los sistemas tácticos básicos de ataque y defensa</li> <li>• Valora el desarrollo de actitudes tales como: perseverancia y trabajo en equipo</li> </ul>				

Metodología Docente	Evaluación General
<ol style="list-style-type: none"> <li>Métodos de enseñanza reproductivos (demostración-imitación) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mando directo</li> <li>• Enseñanza basada en la tarea</li> <li>• Enseñanza recíproca</li> </ul> </li> <li>Métodos de enseñanza productivos (de elaboración) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Descubrimiento guiado</li> <li>• Estilo autoevaluación</li> </ul> </li> <li>Se emplean trabajos analíticos (dividir un movimiento complejo en sus partes) y sintéticos (movimiento global).</li> </ol>	<p>La evaluación sigue una propuesta de proceso, por lo tanto existirán instancias para ello.</p> <p>Las propuestas de evaluación son:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluación diagnóstica</li> <li>• Evaluación de proceso</li> <li>• Evaluación final</li> <li>• Dispositivo de evaluación: lista cotejo.</li> </ul> <p>Tipo de evaluación: Heteroevaluación y coevaluación.</p>

### Unidades Temáticas

Número	Nombre de la Unidad	Duración en Semanas
I	Fundamentos técnicos básicos	6
Contenidos	Resultados de Aprendizajes de la Unidad	Referencias a la Bibliografía
<p>1. Posición básica o de alerta:</p> <p>2. Saque:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• A pie firme</li> <li>• Con salto</li> </ul> <p>3. Pase:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Voleo alto (adelante y atrás)</li> <li>• Voleo bajo (adelante y atrás)</li> </ul> <p>4. Bloqueo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Posición básica</li> <li>• Desplazamiento</li> <li>• Individual</li> <li>• Colectivo (Paralelo-calle y diagonal)</li> </ul> <p>5. Remache y sus partes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Carrera de impulso</li> <li>• Detención</li> <li>• Despegue – golpe</li> </ul> <p>Tipos de remache:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Primer tiempo, Segundo tiempo, Tercer tiempo</li> <li>• Golpe</li> <li>• Toque</li> <li>• Colocar</li> <li>• Colectivos – fintas (simple o cruzada)</li> </ul> <p>6. Recepción</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Voleo bajo</li> <li>• Voleo alto</li> </ul> <p>7. Defensa</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alta</li> <li>• Baja</li> <li>• Con caídas (Plancha – Rodadas delante –atrás, izquierda-derecha y Deslizamientos)</li> </ul>	<p>El estudiante demuestra que:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejecuta con estabilización de movimiento: posición básica, pase, recepción bloqueos y remates.</li> <li>• Resuelve con eficacia la técnica idónea a aplicar para cada situación de juego</li> </ul>	<p>1 – cap. 4</p> <p>2 - cap2, 4 , 5</p>

Número	Nombre de la Unidad	Duración en Semanas	
II	Cualidades físicas	4	
Contenidos		Resultados de Aprendizajes de la Unidad	Referencias a la Bibliografía
1. Velocidad de reacción 2. Saltabilidad 3. Fuerza explosiva 4. Flexibilidad 5. Resistencia aeróbica y aláctica		El estudiante demuestra que: <ul style="list-style-type: none"> <li>Logra ejecutar en forma adecuada el bloqueo y remate a la altura reglamentaria de la red</li> <li>Mantiene la calidad y efectividad del gesto técnico durante todo el partido (resistencia aeróbica)</li> <li>Llega oportunamente a situaciones de juego con y sin balón</li> </ul>	3  4

Número	Nombre de la Unidad	Duración en Semanas	
III	Sistemas tácticos de defensa y ataque	4	
Contenidos		Resultados de Aprendizajes de la Unidad	Referencias a la Bibliografía
1 – SISTEMA DE RECEPCIÓN <ul style="list-style-type: none"> <li>W (5 receptores)</li> <li>4 receptores</li> </ul> 2 – SISTEMA DE ATAQUE <ul style="list-style-type: none"> <li>4R – 2C (4 rematadores, 2 colocadores)</li> <li>4R – 2U (4 rematadores, 2 universales)</li> <li>5R – 1C (5 rematadores, 1 colocador)</li> </ul>		El estudiante demuestra que: <ul style="list-style-type: none"> <li>Aplica en juego el sistema de recepción y ataque apropiado de acuerdo a las características y/o especialización de los jugadores propios y rivales.</li> <li>Valora el trabajo en equipo y comprende el rol de cada jugador en defensa y ataque</li> <li>Adhiere al trabajo constante y sentido de superación</li> </ul>	3  4

Número	Nombre de la Unidad	Duración en Semanas	
IV	Reglamento	1	
Contenidos		Resultados de Aprendizajes de la Unidad	Referencias a la Bibliografía
1. Breve Reseña histórica del Voleibol 2. Campo de juego y arbitraje 3. Reglas básicas (rotaciones, tiempo de descanso, libero, cambios)		El estudiante demuestra que: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoce los orígenes del voleibol, comprende las demarcaciones del terreno de juego y su función.</li> <li>• Aplica correctamente las reglas básicas de juego</li> </ul>	1 – cap 2

Bibliografía General
1. Cortina Guzmán Carlos Alejandro,(2007) Fundamentos técnicos” ,Universidad Autonoma de México . 2. Bertante. N, y Fantoni. G (2000). Manual de voleibol. Madrid, Ed. Susaeta. 3. Cibrián T. Samuel (1998) Manual para el entrenador de voleibol. Sistema de capacitación y certificación para entrenadores deportivos. Área técnico-practica. Nivel 3 México, CONADE. 4. Cibrián T. Samuel (2000) Manual para el entrenador de voleibol. Sistema de capacitación y certificación para entrenadores deportivos. Área técnico-practica. Nivel 4 México, CONADE.

Vigencia desde:	Marzo 2012
Elaborado por:	Jorge De la Cerda - Gisel Rodiño
Revisado por:	Gisel Rodiño