



SOMOS
ARTE, CIENCIA Y
DESARROLLO
CULTURAL



Universidad Autónoma de Zacatecas

“Francisco García Salinas”
Unidad Académica de Cultura

Programa Académico: Licenciatura en Cultura Física y Deporte	Plan de estudios: 2018
Unidad Didáctica: Voleibol	Clave de la UDI: 7VOLEI
Créditos: 5	Eje curricular: Técnico Deportivo
Semestre: Quinto	Responsables: Dr. Luis Javier Lara González MEF. Edgar Lumbreras Sánchez
Horas semana teoría 1	Horas semana práctica 3
UDI's precedentes:	UDI's subsecuentes:

Competencia de la UDI:	Elige y practica estilos de vida saludable incluyendo la práctica y enseñanza deportiva, al mismo tiempo que reconoce la actividad física como medio para su desarrollo físico, mental y social. Contribuye al desarrollo de las virtudes humanas que le permiten al estudiante una actuación acorde con los principios pedagógicos y didácticos en la enseñanza deportiva en sus diferentes etapas, cultiva relaciones interpersonales que contribuyen a su desarrollo humano y el de quienes lo rodean.
-------------------------------	---

	<p>1. Definición de voleibol</p> <p>1.1. Historia</p> <p>1.2. Voleibol sala</p> <p>1.3. Voleibol playa</p> <p>1.4. Fundamentos técnicos</p> <p>1.5. Reglamentos</p>
	<p>2. Capacidades físicas condicionales y coordinativas</p> <p>2.1 Capacidades coordinativas</p> <p>2.2 Capacidades físicas</p> <p>2.3 Planos y ejes</p> <p>2.4 Movimientos, ejercicios y ejercicios combinados</p> <p>2.5 Estructura del calentamiento</p>

Unidades de competencia	3. Aplicación y evaluación en el proceso de la práctica del voleibol 3.1. Sistemas de juego 3.2. Análisis técnico-táctico 3.3. Programa de entrenamiento 3.4. Sesión de entrenamiento
	4. Planeación y programación de actividades en etapas deportiva 4.1. Iniciación deportiva 4.2. Formación deportiva 4.3. Talentos deportivos 4.4. Alto rendimiento deportivo

Estrategias de enseñanza y aprendizaje	<ul style="list-style-type: none"> • Analizar temas
	<ul style="list-style-type: none"> • Elaborar fichas o evidencias de lectura (mapas conceptuales, preguntas o actividades libre diseñadas por los estudiantes)
	<ul style="list-style-type: none"> • Exponer información o temáticas asignadas a alumnos y apoyo docente.
	<ul style="list-style-type: none"> • Realizar actividades generales de aprendizaje- enseñanza: debate, análisis, trabajo individual o grupal, práctica individual y en equipos.

Recursos y materiales empleados	<ul style="list-style-type: none"> • Pizarrón, presentaciones PowerPoint, Proyección de imágenes
	<ul style="list-style-type: none"> • Videos
	<ul style="list-style-type: none"> • Uso de aulas virtuales o espacios en físico.
	<ul style="list-style-type: none"> • Plataformas o herramientas online (Classroom, Moodle genially, canvas, etc)

Bibliografía:

- Ejecución correcta de los fundamentos del voleibol
- Zonas, posiciones y roles de los jugadores
- <https://www.youtube.com/watch?v=T08dXv9vZqI&feature=youtu.be>
- Fundamentos técnico-táctico del voleibol
- <https://amantesalvoleibol.com/fundamentos-tecnicos-tacticos/>
- SISTEMAS DE JUEGO EN EL VOLEIBOL
<http://educacionfisicaumayor.blogspot.com/2011/08/sistemas-de-juego.html>
- PREPARACION FÍSICA <https://voleyporelmundo.com/category/prep-fisica/fundamentos-tecnicos-del-voleibol> - Buscar con Google
- CALENTAMIENTO INDIVIDUAL VOLEO <https://www.youtube.com/watch?v=fji6hgyO3Fw>
- CALENTAMIENTO ESPECÍFICO <https://www.youtube.com/watch?v=WeGN-TqCm3E&feature=youtu.be>
- “GUÍA DIDÁCTICA-METODOLÓGICA DE EJERCICIOS” repositorio.uta.edu.ec › jspui › bitstream

por SF Guiscasho Chicaiza · 2016 · Mencionado por 8 — DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL VOLEIBOL EN LOS NIÑOS. DE SÉPTIMO ... en el libro de texto aprende de memoria las preguntas y respuestas, y la.

- Manual de voleibol para la enseñanza con niños. – Slideshare [es.slideshare.net](https://es.slideshare.net/ReneDiazMontejo) › ReneDiazMontejo › manual-de-volei...
- 7 nov. 2014 — ENTRENAMIENTOS DE VOLEIBOL CON NIÑOS. ... de preparación física y técnica aparecen descritas en los primeros epígrafes del libro.
- 1000 Ejercicios y juegos de Vóleibol y Mini Vóleibol – Slideshare [es.slideshare.net](https://es.slideshare.net/bayronquezada) › bayronquezada › 1000-ejercicios-y-j...
- El proceso de enseñanza y entrenamiento para el juego de voleibol contiene ... sobre la metodología y enseñanza del voleibol en las categorías escolares.

PE Guaraca Ortiz · 2011 — 2 <http://www.slideshare.net/jolulato/fundamentos-tnico-tcticos-y-reglamentarios-del-voleibol>. Page 15. 1.3.1 EL GOLPE DE ARRIBA, TOQUE DE DEDOS O ..El metodo de entrenamiento en el voleibol - Nino Versace

- www.ninoversace.com › el-metodo-de-entrenamiento-e...
- El metodo de entrenamiento en el voleibol. ✓ENTRA Y DESCUBRE las principales recomendaciones para aumentar el rendimiento de tu equipo.
- [Metodología del entrenamiento en el voleibol juvenil - Volley .](#)
- www.volleyattack.com.ar › blog › metodologia-del-ent.
- 2 jul. 2019 — La planificación y organización de la formación determinan la metodología de formación que se determinará en función de los objetivos.

