

DECANATURA DE ESTUDIANTES
DEPORTES
PROGRAMA DE VOLEIBOL DE IMPACTO
2021-IO

1. INFORMACIÓN DEL CURSO

NOMBRE DEL CURSO: Voleibol De Impacto

CÓDIGO: DEPO 1233

SECCIÓN: 1 y 2

CARGA ACADÉMICA: 1 crédito

DOCENTE RESPONSABLE: Rafael Roberto Noriega Ortega

CORREO ELECTRÓNICO: rr.noriega@uniandes.edu.co

LUGAR: Sala Virtual

HORARIO: **CRN 10593** martes de 8:00 a 9:15 am.

CRN 10662 martes de 9:30 a 10:45 am.

2. DESCRIPCIÓN DEL CURSO:

Arraigar los valores institucionales Excelencia (compromiso con el desarrollo de las máximas capacidades y posibilidades para aportar a la sociedad), Integridad (rectitud de las actuaciones conforme a principios relativos a la dignidad humana) Libertad (uso de la propia inteligencia para decidir lo que se debe hacer) y, Solidaridad (Adhesión voluntaria a causas que atienden las necesidades de otros).través de la práctica del voleibol como quiera que los mismos se llevan implícitos pero que no se desarrollan sino se relacionan, con los procesos de formación integral.

El propósito general del curso es desarrollar elementos básicos del voleibol desde la actividad física a los gestos técnicos, que junto con una serie de saberes complementarios específicos y transversales de índole física y teórica, aporten en el posterior desarrollo del juego en su forma básica.

A través del desarrollo de fundamentos básicos naturales propios del juego llevarlos a la vivencia de los elementos propios del juego como el servicio, la recepción, la colocación el ataque y defensa, el estudiante avanzará en su formación para poder interactuar con otras personas en ejercicios colectivos.

Aspectos relevantes como la solidaridad, el trabajo en grupo, la resolución de conflictos, la negociación, la autogestión, el manejo de situaciones de presión, entre otros, son importantes aportes que este deporte realiza a la formación integral de la persona.

El voleibol es un deporte colectivo popular, cuya génesis hace más de 100 años y desarrollo mundial, se basó en la relación estrecha con los objetivos de formación de instituciones educativas, las cuales resaltan su sentido participativo y cooperativo, la falta de contacto físico, un respeto absoluto por las normas y sus autoridades y la filosofía del "juego limpio".

En términos de formación específica, el curso es un compendio de patrones de movimiento que buscan el aprendizaje de gestos técnicos para el manejo adecuado de los principales elementos de juego (campo, red, balón).

En ese sentido, el juego se vislumbra como el principal escenario de aprendizaje, donde se integran capacidades físicas, golpes básicos y conocimientos adquiridos en función del voleibol como deporte colectivo. En sí mismo, el juego es la máxima expresión formativa de un deporte, representando el compendio de todo tipo de contenidos, desde los teóricos, hasta un sinnúmero de riquezas motrices adquiridas en el transcurso del aprendizaje.

3. OBJETIVOS DEL CURSO:

- Desarrollar las capacidades y saberes necesarios para jugar un partido de voleibol en su forma básica (recreativa).

4. METODOLOGÍA DE TRABAJO:

<u>Metodología para desarrollo de contenidos teóricos y prácticos</u>	Requerimientos materiales. Lecturas didácticas, apoyos digitales.
<p><i>Metodología:</i></p> <p><i>De lo natural a lo especial</i> <i>Desde su ámbito (participante) al juego (contexto)</i></p> <p><i>Medios</i></p> <p><i>Ejercicios de control individual (propiocepción, viso manual, viso pedico, temporo espacial)</i></p> <p><i>Desarrollo de problemáticas de ejecución técnica.</i></p> <p><i>Recreación dirigida, Aplicación de juegos de mesa en los contextos del juego.</i></p> <p><i>Ejecución de un festival interno, donde se apliquen conceptos y se asignen roles, vistos a lo largo del curso.</i></p>	<p><i>Espacios reducidos cerrados y abiertos</i></p> <p><i>Cintas elásticas</i></p> <p><i>Elementos de contexto desarrollados en clase</i></p> <p><i>Pelotas de plástico, caucho, de voleibol</i></p> <p><i>Conos, platillos</i></p> <p><i>Cronómetro.</i></p> <p><i>Cinta elástica, de enmascarar, aislante, bombas etc</i></p>

5. CONTENIDOS DEL CURSO:

N° de clase	Temas para la clase	Se evaluará	Se busca en el estudiante
1	<p>Introducción al curso.</p> <p>Presentación de contenidos y metodología a seguir.</p> <p>Parámetros normativos y administrativos de la clase</p> <p>Manufactura de un balón de juego</p>	<p>La comprensión el objetivo del curso en el marco de su formación integral.</p> <p>Establecimiento de acuerdos para el desarrollo del curso.</p> <p>Realimentación de lo establecido</p>	<p>Su compromiso con el desarrollo de las máximas capacidades y posibilidades para aportar a la sociedad</p> <p>Capacidad de analizar el contenido del curso, en el marco de su auto reconocimiento corporal, como ser en movimiento y de formación.</p> <p>Evidencia de manualidades</p>
2	Identificar movimientos de base sobre lo inestable y coordinación gruesa en espacios reducidos de forma individual	La interpretación de los estudiantes frente a las dinámicas propuestas	Su capacidad de Identificar y de relacionarse consigo mismo y con la situación.
3	Técnica de base del remate sin salto	Desde lo natural construir la base técnica	<p>Descubrir mediante el ensayo error la ejecución de los movimientos (unilateral, ipsilateral y contralateral), para la ejecución.</p> <p>https://youtu.be/GWzkF1hNavc</p>
4	Técnica de base del remate con salto	El nivel de comprensión y apropiación del proceso en la construcción del fundamento técnico.	
5	Desarrollo del fundamento del toque de dedos	El grado de comprensión e interpretación frente al proceso de ejecución	<p>El grado de coordinación segmentaria en cada ejecución.</p> <p>https://youtu.be/khL3RyljvSc</p>
6	Ejercicios combinados de remate y toque de dedos		Distinguir mi responsabilidad frente a acuerdos establecidos
7	<p>Elaboración de una pelota de para mejorar sensibilidad.</p> <p>Dinámica de comprobación</p>	El nivel de comprensión y apropiación de los fundamentos técnicos.	<p>Mantener una secuencia de remate continuo.</p> <p>Controlar la pelota en comunión con los fundamentos dados</p>

N° de clase	Temas para la clase	Se evaluará	Se busca en el estudiante
8	Smash volley método de aprendizaje de colocación y remate	Integrar dos toques básicos para crear una jugada en equipo.	Establecer un paralelo social desde la perspectiva del juego con juegos de mesa y o en cuartetos.
9	Desde lo natural a lo especial en el toque de antebrazo https://youtu.be/1x59sBcr2CU	Integrar imágenes a las acciones (reto de a 10)	Evidencia tácita del nivel de tolerancia frente al error y/o acierto
10		Realizar jugadas integrando los fundamentos vistos	Estar en capacidad de ejecutar jugadas con un mayor grado de complejidad en acciones propias del juego de base
11	Desde lo natural a lo espacial en el gesto del bloqueo	Integrar elementos de defensa de primera línea con los de segunda línea	Capacidad de adaptarse a espacios y dinámicas de juego integrador de los gestos aprendidos
12	Torneos Monster block y smash volley	Diferenciar los principales sistemas de juego utilizados.	Identificar valores individuales de inclusión y respeto por el compañero de juego.
13		El poder participar en juegos fraccionados con jugadores y mayor nivel de exigencia individual.	Integrar formas de juego acorde con la cantidad de estudiantes deportistas participantes
14	De lo natural a lo espacial del gesto de saque de seguridad (frontal-lateral) tenis https://youtu.be/yvr7NvYnMdo	Estar en capacidad de participar en juegos de competencia con el manejo de los fundamentos en un nivel de precisión básico.	Participar activamente en el desarrollo de los juegos propuestos, aplicando las técnicas básicas vistas a lo largo del curso
15	Paradas deportivas		Identificar formas de relacionarse con la situación y potenciarla en un beneficio común.

6. EVALUACIÓN:

La evaluación como proceso permanente de la intención educativa posee un sentido netamente formativo, del cual se desprenden las acciones pertinentes para su planeación, ejecución y control.

Por tratarse de una actividad centrada en la práctica a partir de imágenes gruesas (con apoyo en lo teórico de cada gesto de base), es menester que cada gesto técnico, sea analizado, practicado y evaluado como vivencia basada en la repetición motivada y continua.

De acuerdo con lo anterior, la temática abordada y practicada en cada clase, cuyo objetivo y parámetros están previamente determinados por el docente, está sujeta a la evaluación con base en la ejecución de los principales patrones corporales llevados al aprendizaje de los gestos de base del voleibol. Los parámetros asociados a la ejecución de la técnica evitan basarse en consideraciones cuantitativas como el número de golpes. A cambio, se refieren al manejo de los segmentos corporales, la relación de estos con el balón (la bomba, la pelota, etc), el campo (espacio reducido, reducido corto, alargado) y la red (cinta elástica- festones etc), el manejo del espacio, el tiempo y la superación de los retos individuales y grupales por parte de los estudiantes.

En cuanto al resultado de la evaluación, se compone de los siguientes elementos:

- Vivencias de las tareas asignadas.
- Contexto en la motivación y control
- Autoevaluación en el contexto propuesto. (de vida)

A lo largo del desarrollo de las clases, se evidencian contenidos de situación, que integran valores éticos en una perspectiva desde lo cotidiano tratando siempre de que su aplicación práctica sea el resultado del análisis consciente acorde con ellas.

El segundo requisito indispensable, es el cumplimiento a las sesiones de clase, donde se establece que el mínimo de asistencia para aprobar el curso es del 80% de las sesiones programadas.