

**Análisis del proceso de enseñanza y aprendizaje:
fundamentos técnico-tácticos del mini voleibol en niños
de 10 años de la Unidad Educativa Bilingüe Torremar**

**Analysis of the teaching and learning process: technical
tactical foundations of mini volleyball in 10 year old
children at the Torremar Bilingual Educational Unit**

Steven Arturo Torres-Burgos

Unidad Educativa Bilingüe Torremar - Ecuador
storres@torremar.edu.ec

Yeimer Prieto-López

Unidad Educativa Bilingüe Torremar / Universidad Espíritu Santo / Universidad Tecnológica
ECOTEC - Ecuador
yeimerpl@uees.edu.ec

doi.org/10.33386/593dp.2021.5.791

RESUMEN

La presente investigación aborda como tema un análisis del proceso de enseñanza y aprendizaje: fundamentos técnico-tácticos del mini voleibol en niños de 10 años de la Unidad Educativa Bilingüe Torremar. El artículo se centra en estudiar cómo incide el proceso de enseñanza y aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol en la etapa de iniciación deportiva mediante la aportación de programa de ejercicios como aspecto novedoso. Durante el proceso investigativo se aplicaron diferentes métodos y técnicas, entre ellos el método científico, inductivo-deductivo, analítico-sintético, descriptivo y el modelo estadístico, técnicas como la encuesta y el test inicial y final se aplicó a los 36 estudiantes; con todo el arsenal de información de la aplicación de los instrumentos se logró obtener resultados positivos mejorando el proceso de enseñanza y aprendizaje y con ello ejecutar correctamente los fundamentos técnicos del voleibol en los estudiantes, con esto se pudo evidenciar que están en proceso de dominar los fundamentos, y en conclusión el estudio realizado permitió caracterizar el proceso docente educativo y psicopedagógico, lo que hizo posible la determinación de un conjunto de componentes para que los estudiantes puedan desenvolverse de mejor manera en el deporte y como recomendación ejecutar un programa de ejercicios para el proceso de enseñanza y aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol diseñado pedagógicamente tomando en cuenta las características de la etapa de iniciación deportiva.

Palabras claves: proceso de enseñanza y aprendizaje, fundamentos técnico-tácticos, voleibol, análisis

Cómo citar este artículo:

APA:

Torres-Burgos, S., & Prieto-López, Y, (2021). Análisis del proceso de enseñanza y aprendizaje: fundamentos técnico-tácticos del mini voleibol en niños de 10 años de la Unidad Educativa Bilingüe Torremar.. 593 Digital Publisher CEIT, 6(5-1), 116-139. <https://doi.org/10.33386/593dp.2021.5-1.791>

Descargar para Mendeley y Zotero

ABSTRACT

The present research addresses as a topic an analysis of the teaching and learning process: technical-tactical foundations of mini volleyball in 10-year-old children in the Torremar Bilingual Educational Unit. The article focuses on studying how the teaching and learning process of volleyball technical fundamentals affects the sports initiation stage through the provision of an exercise program. During the research process, different methods and techniques were applied, among them the scientific, inductive-deductive, analytical-synthetic, descriptive and statistical model, techniques such as the survey and the initial and final test were applied to the 36 students; With all the arsenal of information from the application of the instruments, it was possible to obtain positive results by improving the teaching and learning process and thus correctly executing the technical foundations of volleyball improving in the students, with this it was possible to show that they are in the process of mastering the fundamentals, and in conclusion the study carried out allowed to characterize the educational and psychopedagogical teaching process, which made it possible to determine a set of components so that students can function better in sport and as a recommendation to execute an exercise program to the teaching and learning process of the technical foundations of volleyball designed pedagogically taking into account the characteristics of the sports initiation stage.

Keywords: teaching and learning process, technical-tactical fundamentals, volleyball, analysis

Introducción

El proceso de enseñanza aprendizaje en la iniciación deportiva es el inicio de un individuo en el deporte de forma teórica y práctica, es donde empieza a desarrollar habilidades e inclinarse por uno o varios deportes de forma específica, en esta etapa del proceso de formación deportiva se debe tener en cuenta la indispensable ejecución técnica del deporte, convirtiéndose en la base primordial para un futuro deportista. Siendo el voleibol un deporte que plantea grandes exigencias desde el punto de vista físico y psíquico se debe atender desde los primeros momentos en la incursión de los estudiantes a este deporte la ejecución técnica de los fundamentos del voleibol.

Debido al alto nivel competitivo y a la modernización de los métodos de entrenamiento que se presentan en la actualidad, hemos visto la necesidad de poner en práctica una metodología adecuada direccionada al entrenamiento deportivo para los elementos técnicos del voleibol, teniendo en cuenta los medios y métodos de entrenamiento más eficaces. En algunos casos se utilizan metodologías antiguas que a su tiempo obtuvieron logros deportivos, pero a medida que la ciencia avanza nos obliga a utilizar mejores medios y métodos de entrenamiento de acuerdo a nivel competitivo.

El voleibol está orientado a ser uno de los espectáculos deportivos más grandes del mundo, para esto es necesario, tener como prioridad la correcta ejecución de los elementos técnicos. La práctica deportiva en las instituciones educativas ha ido evolucionando y con ello los resultados competitivos se han tornado en un ente determinante para el desarrollo y el apoyo al deporte. Por tal motivo, se ha planteado aportar un programa de ejercicios para la enseñanza de los fundamentos del voleibol, mismos que son la base para mejorar de la manera más eficaz posible, el gesto técnico y obtener mayor rendimiento deportivo a nivel institucional e individual.

Teniendo en cuenta que la técnica es el modo más racional y efectivo posible de la realización de ejercicios, es decir que cada

ejercicio, cada movimiento, tiene su técnica que transforma a una práctica en efectiva y racional, en el momento de su ejecución. En visto a ello se resume que al no ejecutar la técnica correcta de los fundamentos del voleibol en el proceso de enseñanza aprendizaje de la etapa de iniciación deportiva pierden la efectividad y precisión en las jugadas y ello evita ir mejorando y perfeccionando las siguientes etapas de la formación deportiva.

La presente investigación centrada es un análisis del proceso de enseñanza y aprendizaje: fundamentos técnico-tácticos del mini voleibol en niños de 10 años en la Unidad Educativa Bilingüe Torremar. Se realiza debido a que los estudiantes no responden a las etapas del proceso de formación deportiva por la falta de requerimientos técnicos en las clases, dejando estos en segundo plano para el desenvolvimiento de las situaciones de juego que lo requieran.

Los fundamentos técnicos del voleibol son aquellas actividades motrices específicas de esta disciplina y que realizadas en forma adecuada hacen más eficiente los movimientos y llegamos a obtener buenos resultados. El saque es el acto de poner en juego el balón por el jugador zaguero derecho, ubicado en la zona de saque.

El saque de abajo o también denominado saque de seguridad o de iniciación por ser la técnica más sencilla de aprender por parte de quienes se inician, este fundamento se compone de tres fases que son: fase de preparación, fase de golpeo y fase final. El saque de tenis incorpora la misma mecánica de golpeo que el remate, siendo la diferencia que el golpeo se produce en apoyo y a nueve metros de la red y se propone esta técnica como la primera a abordar por el jugador tras superar el saque de abajo. Al igual que en el saque de abajo se compone de tres fases que son; fase de preparación, fase de golpeo y fase final.

La recepción del saque es el primer elemento del juego que tiene lugar dentro de la secuencia del complejo (KI). Supone el primer contacto que realiza un equipo para construir un ataque cuando no está en posesión del saque. La colocación es el elemento primordial en la

composición del equipo y el juego en general, la colocación condiciona la efectividad del ataque no solo desde el punto de vista técnico sino también táctico. La iniciación deportiva es una etapa del proceso de la formación deportiva, es el comienzo del individuo en el proceso de enseñanza aprendizaje del deporte de forma teórica y práctica hasta que es capaz de ejecutar los fundamentos de manera técnica.

Resulta necesaria la investigación debido a que no existen manuales de enseñanza y aprendizaje de los fundamentos técnicos tácticos iniciales en niños de 10 a 12 años; así se obtendrá una mejor calidad de enseñanza en niños de estas edades, para en un futuro inmediato tener jugadores de mejor nivel.

Es útil la creación de un programa contentivo de un manual para docentes de Educación Física en los niveles básicos de enseñanza en diferentes planteles educativos, con la finalidad de fomentar este deporte y su correcta implementación, ya que esto ayudará a los docentes en el correcto desarrollo de capacidades psicomotoras, psicoafectivas; motivando el interés de los estudiantes hacia este deporte y el gusto por el mismo.

Es factible perfeccionar la enseñanza en estos niveles dependiendo del biotipo y capacidades físicas de los alumnos, mediante un diagnóstico de sus capacidades motrices y psicoafectivas, ya que este deporte requiere comunicación entre compañeros y predisposición para realizar el mismo.

Revisión de la Literatura

Marco teórico. Un acercamiento a los fundamentos técnicos-tácticos del voleibol.

El voleibol es un deporte jugado por dos equipos en un campo de juego dividido por una red. Hay diferentes versiones disponibles para circunstancias específicas a fin de ofrecer la versatilidad del juego a todos y cada uno. El

objetivo del juego es enviar el balón por encima de la red con el fin de hacerlo tocar el piso del campo adversario y evitar que el adversario haga lo mismo en el campo propio. El equipo tiene tres toques para regresar el balón (además del contacto del bloqueo). El balón se pone en juego con un saque: golpe del sacador sobre la red hacia el campo adversario. La jugada continua hasta que el balón toca el piso en el campo de juego sale “afuera” o un equipo falla en regresarlo apropiadamente. En el voleibol, el equipo que gana la jugada anota un punto (sistema de punto por jugada). Cuando el equipo receptor gana la jugada, gana un punto y el derecho a sacar, y sus jugadores deben rotar una posición en el sentido de las agujas del reloj. (FIVB, 2012, p.11)

Interpretando este concepto el voleibol es un deporte donde compiten dos equipos y se disputan por un sistema de puntos jugando con un balón y dividido el campo por una red cuyo objetivo es enviar el balón por encima de la red y hacerlo tocar el piso del campo contrario.

Fundamentos técnicos del voleibol

Los fundamentos técnicos del Voleibol son aquellas actividades motrices que son específicas de esta disciplina y que realizadas en forma adecuada hacen más eficiente los movimientos y llegamos a obtener buenos resultados. El voleibol se compone de seis fundamentos técnicos básicos. Independientemente que cada uno de ellos tiene su variante.

En esta investigación se va a abordar tres fundamentos técnicos muy importantes para la etapa de iniciación deportiva porque con ellos se da inicio al juego y se debe tratar de manera especial en el proceso de enseñanza aprendizaje para poder seguir avanzando con el resto de los fundamentos técnicos y así pasar a las siguientes etapas de la formación deportiva. Para dominar los fundamentos del voleibol la enseñanza de la técnica es un factor imprescindible. Grosser (1982) define la técnica deportiva como “el modelo ideal de un movimiento relativo a la disciplina deportiva” (p.26)

Compartimos este criterio ya que el voleibol es un deporte que exige una correcta ejecución técnica para poder desarrollar el juego y hacerlo más vistoso, en base a esto la técnica debe tomarse como prioridad en el proceso de enseñanza aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol y aún más importante cuando se está iniciando en el deporte.

El saque de Voleibol

El saque consiste en enviar el balón por encima de la red hacia en campo contrario para dar inicio al juego.

Hessing (2016) afirma. “Cada jugada empieza con un saque o servicio. El jugador que efectúa el saque puede obtener directamente un punto pero también puede perder el derecho al saque cuando falla” (p.31).

Se comparte este criterio por ser el saque el primer fundamento que pone en juego el partido debe tomarse importancia en el proceso de enseñanza aprendizaje la técnica para que el deportista que inicia en el voleibol pueda realizar correctamente y evitar cometer errores además de que este fundamento conlleva una responsabilidad muy grande para iniciar el juego.

Selinger y Ackerman (1986) y citado por Hessing (2016). “El saque es uno de los momentos de mayor carga emocional y más difícil del juego, puesto que mientras el sacador está en absoluta posesión del balón, es también el punto focal de la atención de todos”

Según el criterio de estos autores el saque es uno de los elementos de mayor importancia en el juego y se debe de tener un proceso de enseñanza aprendizaje muy minucioso para no cometer errores en el comienzo de juego ya que el mismo conlleva a un pésimo desarrollo del partido.

El saque de abajo

Hessing (2016) afirma. “El saque bajo es el ideal para los principiantes y los niños dado que es fácil de aprender y se puede efectuar con poca fuerza y con exactitud” (p.32).

Analizando este criterio se toma este fundamento como parte de esta investigación porque es fácil de aprender, no se necesita mucha fuerza y es un saque seguro para la ejecución en el juego e ideal para aplicarlo en el proceso de enseñanza aprendizaje en la etapa de iniciación deportiva. El saque de abajo debe ser el primer tipo de saque que se desarrolle en los deportistas de esta disciplina y una vez que se pueda ejecutar sin errores pasar a tipos de saques altos. Este tipo de saque se compone de tres fases que se deben tomar en cuenta para la enseñanza y mejorar la técnica

Fase de preparación: Sacador orientado hacia el campo contrario. Apoyo adelantado del pie contrario al brazo ejecutor. Balón adelantado y sostenido con la palma de la mano contraria al brazo ejecutor, a la altura de las caderas y enfrente al hombro ejecutor. Armado del brazo ejecutor con extensión del hombro llevando la mano de golpeo hacia atrás, el brazo ejecutor se mantiene extendido en todo el recorrido. Como consecuencia del armado, torsión del tronco, colocando la línea de hombros casi perpendicular a la red. Ligera flexión de las piernas.

Fase de golpeo: Golpeo en la parte posterior inferior del balón. La mano que golpea adopta forma de cuchara y adquiere una superficie más consistente para desplazar el balón. La mano que sostiene el balón se aparta justo antes del golpe, el balón se lanza muy poco. Coordinación de la mano ejecutora con la extensión de las piernas en el momento del golpe.

Fase final. - Cambio de peso de una pierna a otra, dando un paso hacia delante, entrando en el terreno de juego. Brazo ejecutor sigue su recorrido pendular.

El saque de Tenis

Hessing (2016) menciona “El saque de tenis posibilita efectuar saques duros y precisos, especialmente cuando se golpea la pelota oblicua y rasa por encima de la red, esta causara gran efecto sobre el equipo (p.33).

Considerando este criterio se planteó incluir este tipo de saque en el proceso de enseñanza aprendizaje de esta investigación por ser un fundamento que tiene importancia para obtener ventaja en la ejecución por sus características, pero también se debe tener una psicología bien amplia por que se requiere de ello para no fallar que eso causaría desventaja en el partido. Este fundamento se divide en tres fases para mejorar su ejecución técnica:

Fase de preparación: Los pies están prácticamente perpendiculares a la red, separados entre sí aproximadamente a una distancia igual que la anchura de la cintura. Las rodillas ligeramente flexionadas. El peso del cuerpo se distribuye igual en ambos pies. En el momento de lanzar el balón la cintura forma un ángulo de 30 o 40° con respecto a la red. Los dos brazos acompañan la trayectoria del balón hasta su salida. Con el lanzamiento del balón se produce una torsión del tronco hacia el lado del brazo ejecutor.

Fase de golpeo: el balón debe interceptarse en el punto más alto posible, encontrándose un poco por delante del sacador en el plano frontal y por delante del brazo ejecutor. Este contacto se realiza en la cara anterior de la mano y con un movimiento de flexión de la muñeca. El peso del cuerpo está trasladándose hacia delante.

Fase final: el brazo ejecutor y el tronco acompañan el balón hacia delante, evitando cualquier frenado en el movimiento. El peso del cuerpo está totalmente sobre la parte anterior del pie adelantado, con el consiguiente desplazamiento hacia delante del jugador.

La recepción baja del saque

Es el primer elemento del juego que tiene lugar dentro de la secuencia del Complejo I (KI)1. Love (2013) afirma:

La recepción es el fundamento del ataque de un equipo. El ritmo del ataque y la ejecución del juego giran alrededor de la habilidad de un equipo para recibir con precisión. Sin recepciones consistentes y precisas su equipo no puede aprovechar las cualidades de sus atacantes y colocadores. Los factores que componen la recepción implican juegos de pies y movimientos, orientación de la plataforma y ritmo. Aunque estos tres componentes trabajan juntos para realizar un movimiento eficaz de la recepción, cada zona puede entrenarse independientemente de modo específico. (p.29)

Analizando este criterio la recepción baja supone por tanto el primer contacto que realiza un equipo para construir su ataque cuando no está en posesión del saque. La importancia de la recepción del saque estriba en su necesidad para la construcción de un ataque con éxito, puesto que, si las recepciones son defectuosas, el balón no llegará al colocador en las condiciones idóneas para organizar un ataque eficaz. Lucas (2000) afirma:

El buen receptor espera, espera para situar los pies en un punto del suelo; espera para llevar los brazos hasta la pelota. No se mueve hasta tener una idea lo más precisa posible de a trayectoria de la pelota. Realiza ajustes cuando a pelota está cerca (p.188).

Este criterio se ejecuta de una manera muy rápida y se debe estar atento a la trayectoria del

balón con una posición del cuerpo indicada para realizar la recepción en el menor tiempo posible y hacerlo de una manera correcta para poder organizar un ataque. Para mejorar la ejecución técnica se plantea tres fases.

Fase de preparación: Orientación frente al saque o balón. Pies separados a la anchura de los hombros con una ligera flexión. Pie interior ligeramente adelantado y dirigido hacia el colocador

Fase de contacto: Mirar al balón. Ubicar la cintura a la altura del balón. Inclinación del cuerpo hacia adelante. Contacto con la superficie plana de los antebrazos en su mitad superior con una extensión de las piernas

Fase final: El cuerpo se dirige en dirección del balón. El pie atrasado pasa adelante para continuar con el juego.

La colocación de dedos

La colocación es el balón dirigido con trayectoria y velocidad precisa a un atacante particular de modo que pueda rematarlo de forma efectiva. Lucas (2000) y citado por Castejon (2018) afirma: “La colocación es una forma de impulsar la pelota hacia arriba con ambas manos. Es el pase más preciso en el voleibol y la herramienta principal de sus magos, los colocadores” (p.19).

Este criterio por ser la colocación un fundamento para el ataque, se lo utiliza para obtener ventaja y para ello se debe trabajar en su técnica para poder dominar y así poder hacer un remate eficaz en vista a ello se incorporó a esta investigación para que los jugadores que inician en este deporte puedan mejorar su defensa y organizar un contrataque.

Remarcando la definición de los dos términos: precisión, como concepto básico, a partir de éste se desarrollan el resto de los elementos que conducen a la efectividad, donde ya confluyen aspectos relacionados con la táctica. En cuanto a su técnica, el pase colocación debe realizarse con pase de dedos siempre que sea posible, con el fin de que el jugador pueda tener

más opciones en la precisión y distribución del juego.

En la presente investigación asumimos lo aportado por Catejon (2018) y cito: Antes de avanzar creemos conveniente señalar la dificultad que existe para el profesorado en sus clases de EF: Aportar lo que se alcanza en las investigaciones educativas. Esto se debe a varias razones que se van a exponer, y que deben ser tenidas en cuenta a la hora de entender la segunda parte de este análisis, es decir, la aplicación práctica, una vez se muestra las características del deporte y su justificación para intentar una enseñanza de la iniciación deportiva tomando como perspectiva la táctica (Castejón et al, 2018b).

A su vez, cualquier jugador del campo debe controlar dicha acción. En iniciación, el colocador se sitúa en zona 3 y más tarde, cuando aparece el atacante central se pone al colocador entre la zona 3 y la 2. El hecho de que la mayoría de los atacantes sean diestros y les sea más fácil coordinar el remate. El colocador tiene que estar cerca de la red, a unos 40 cm, separado lo suficiente para no tocarla al girar y no tan separado como para que tenga que moverse hacia ésta cuando va a interceptar el balón. Para la enseñanza de este fundamento se divide en tres fases:

Fase de preparación: cuerpo extendido, con piernas separadas a la anchura de las caderas, brazos relajados, y flexión ligera de tobillos, que lleve el peso a la parte anterior de los pies para un desplazamiento más eficaz. Sin perder de vista el balón.

Fase de contacto: ligera flexión de tobillos y rodillas, mientras la cadera inicia un movimiento de giro continuo y pausado hacia el punto donde se pretende enviar el balón. Los brazos se elevan, el colocador verá aproximarse el balón por el hueco que forman las dos manos. Esto facilita la coordinación entre manos y balón. Las manos delante de los ojos, abiertas, con las palmas mirando al balón, muñecas flexionadas. Los dedos permanecen separados para ofrecer mayor superficie de contacto, pero no rígidos. El balón entra entre los índices y pulgares de ambas manos. Los brazos forman un rombo,

con los codos notablemente separados.

Fase final: Al impulsar el balón las piernas se extienden. Los brazos deben proyectarse extendidos, sin cruzarse, y dirigidos al objetivo del pase, así como la cadera perpendicular hacia el mismo. Y pasarse de nuevo a la posición básica para continuar con el juego.

Iniciación deportiva

Sánchez (1990) y citado por Hessing (2016), afirman que “no considera a un individuo iniciado hasta que no es capaz de tener una operatividad básica, sobre el conjunto global de la actividad deportiva, en la situación real de un juego o competición” (p.255).

Para Hernández (1995), la iniciación deportiva “es el proceso de enseñanza-aprendizaje, seguido por el individuo para la adquisición del conocimiento y la capacidad de ejecución práctica de un deporte, desde que toma contacto con él hasta que es capaz de practicarlo con adecuación a su técnica, su táctica y su reglamento” (p.20).

Este concepto surge cuando un individuo inicia en el deporte y comienza a ejecutar da una manera técnica los fundamentos de tal deporte conociendo las secuencias o fases que tiene la ejecución de un fundamento.

La edad adecuada para la iniciación deportiva.

Jolibois (1975) señala que “El momento más adecuado para la iniciación deportiva es entre siete y ocho años y denomina a este periodo como la edad del aprendizaje” (p.42). Sánchez (1986) nos dice que:

“Una vez desarrolladas las habilidades básicas, convendría introducirlo en una edad que corresponde con el 5º curso de Educación Primaria. También desde el punto de vista evolutivo y del desarrollo motor, se puede afirmar que si no exactamente a estas edades, aproximadamente hacia los 10 años podrían

introducirse las actividades deportivas”. (p.73)

El criterio de estos autores se sustenta por ser una edad en la que los niños adquieren conocimientos de manera rápida y pueden ir mejorando sus capacidades a través del tiempo con ayuda de profesionales en el deporte y llegar a conseguir resultados por una experiencia ya en práctica del deporte y aporto que si un individuo comienza en el deporte con una edad más avanzada disminuye las posibilidades de logros. Según los autores citados el proceso sería el siguiente:

- a) La edad comprendida entre los 8 y 10 años se considera apta para preparar a través de los juegos genéricos y predeportivos haciendo alusión a: Habilidades y destrezas, espacio- tiempo, ritmo-medio, instrumentos, equipos y reglas. En estas edades el alumno cuenta con una conciencia social, es capaz de integrarse en un grupo y puede cooperar para que el interés personal se someta al grupo, importante para los juegos de equipo, perfeccionará el manejo de instrumentos en todas sus posibilidades, comprenderá y aceptará las reglas.
- b) De los 10 a los 12 años se ha de preparar específicamente a través de predeporte, deportes adaptados atendiendo a los siguientes aspectos: Preparación técnica, preparación táctica y preparación física.

En este segundo período, el alumno que ha realizado una preparación genérica de los distintos deportes empezará a identificarse con el deporte que más se ajuste a sus deseos y cualidades. De esta forma, el alumno debe completar su formación en la iniciación deportiva, los dos primeros años la realizará a través de los juegos genéricos y específicos, y realizando de manera global el conocimiento de habilidades y destrezas generales a la gran mayoría de deportes, así como al conocimiento de sus reglas.

Fundamentación pedagógica

El ejercicio físico, desde una perspectiva pedagógica es una herramienta educativa en donde interviene: la motricidad, el movimiento y las actividades físicas, que constituirán, a su vez, el objeto material de un conjunto de conocimientos pedagógicos.

El ejercicio físico concentra su estudio en el movimiento del hombre (deporte, tiempo libre, recreación), en sus métodos corporales de trabajo y sus relaciones culturales.

Situada en las ciencias de la educación, efectúa un gran esfuerzo por ajustar sus métodos y agrupar sus teorías a los problemas de enseñanza y aprendizaje, pedagogía y práctica de la cultura Física, los expertos deben tener criterios iguales y con unas fundamentaciones sólidas desde la epistemología, la cual se centra en el hombre en movimiento

El entrenador debe de saber llevar a buen proceso de entrenamiento, que no sólo comprende el desarrollo de las cualidades físicas, sino que debe de ir desarrollando el aspecto intelectual y el social de los deportistas ¿sea este de modalidad individual o grupal.

Fundamentación psicológica

La Psicología tiene como eje básico y fundamental a la Psicología Científica, de la cual se forma como un área de aplicación. Esta disciplina se afirma, aunque en menor disposición, en los conocimientos específicos derivados de las Ciencias del Deporte, que perfeccionan el ámbito de su aplicación y de conocimientos incrementados que son adecuados para el desarrollo del área.

Manso et al, (1996) y citado por Gago (2020) “El beneficio de los grandes triunfos deportivos pasa por la elaboración de una apropiada “estrategia deportiva”.

Matveiev, (1985) y citado por Castejon (2017) concibe en” La preparación de un

deportista como un proceso interdisciplinario de manejo fundamentado del total de componentes que accedan a influir de forma encaminada sobre el progreso del deportista y afirmar el valor preciso de su práctica para conseguir eminentes marcas deportivas”.

Sánchez Bañuelos, (1994) propone “Las escenarios o aspectos que engloba la preparación de un deportista para el logro de valiosos rendimientos deportivos”.

Los entornos concebidos por Sánchez-Bañuelos, en la preparación, psicológica, es muy clara y amplia. En el ambiente vital, la estabilidad propia es el factor esencial, mientras que en el entorno de entrenamiento el soporte técnico, científico y tecnológico son fundamentales.

Fundamentación sociológica

La gradual presencia del deporte en las sociedades actuales ha llevado a que las Ciencias sociales den su aporte por el estudio del fenómeno social que en sus variadas facetas como son en lo político psicológico y pedagógico.

La preparación general del deportista en donde debe de estar preparado para resistir las cargas de entrenamiento deportivo y así conseguir los logros deportivos deseados. Por lo tanto, el instructor, así como el sociólogo están comprometidos a asumir y llevar en cuenta los elementos que más importantes para revolver, directamente con el deportista, aunque en ocasiones deben de llevar con suma reserva.

Germani, (1962) aclara: “Dentro de la del mundo de los deportes se debe inculcar los valores morales, para el éxito propio en la sociedad y que posea los conocimientos básicos, los que accedan a atender su cuerpo y conservar su salud” (p.58).

Metodología empleada

La investigación presentada es de tipo cualitativa, a diferencia de la cuantitativa, se centra en el “por qué” en lugar del “que” y básicamente nos enfocamos en recopilar datos que no son numéricos. Estuvo basada en métodos de recopilación de datos más enfocados en la comunicación que en los procedimientos lógicos o estadísticos.

Para el desarrollo de la investigación científica prevaleció un enfoque cualitativo, se emplearon varios métodos, tales como: el histórico-lógico que posibilitó la determinación de los fundamentos teóricos que sustentan el aprendizaje visible o pleno, así como las etapas, la cronología, las tendencias contemporáneas en el proceso de enseñanza y aprendizaje; la sistematización teórica para obtener las principales estrategias didácticas que se han empleado en la estimulación del aprendizaje visible, el análisis y la síntesis; así como la encuesta direccionada a los estudiantes de la materia Metodología de Investigación para obtener mediante la escala de Likert los principales aspectos teóricos y metodológicos que posibiliten un mejor desarrollo del aprendizaje visible y por último la revisión de la literatura considerando que estamos en una investigación de revisión teórica.

Se desarrolla una investigación con diseño de estudio de campo, la misma que partió de la observación del investigador en la Unidad Educativa Bilingüe Torremar, se pudo observar que existe la problemática dentro del proceso de enseñanza y aprendizaje y en los fundamentos técnico-tácticos del mini voleibol en niños de 10 años.

La investigación es de tipo descriptiva, el investigador mediante la observación realizada en el contexto mencionado anteriormente y en la población que la conforma pudo describir la problemática que refirió a la falta de una metodología apropiada por parte del instructor lo cual incidía en el entrenamiento, así mismo dicho trabajo ocasionaba que sean propensas las lesiones y que no se ejecuten correctamente los movimientos técnico-tácticos del mini voleibol.

La investigación es de eje transversal.

El método analítico-sintético inicia desde el proceso de observación, el investigador realiza un estudio de las causas expuestas en el análisis crítico, la cual dio como resultado o conclusión que es necesario diseñar un programa de enseñanza para mejorar la ejecución de los fundamentos técnicos del voleibol.

Los investigadores emplean el método sistémico estructural para estructurar lo que será la propuesta. Mediante los sustentos teóricos se enfocará cual será la sistematización y forma del trabajo que requiere el programa de enseñanza para mejorar la ejecución de los fundamentos técnicos del voleibol.

Análisis y discusión

Los investigadores definieron la población y la muestra a partir del contexto de la Unidad Educativa Bilingüe Torremar. Esta población y muestra se la definió como el conjunto de personas que intervienen a lo largo del desarrollo del trabajo de investigación. Se escogió de forma aleatoria e intencional. Posteriormente la población y muestra fue parte del estudio a partir de las técnicas e instrumentos de la investigación.

Tabla 1

Muestra y Población

Escuela	Población	Muestra
Unidad Educativa Bilingüe Torremar	Estudiantes de la institución educativa	Estudiantes de 10 años practicantes de voleibol
Total	521	36

Fuente: Unidad Educativa Bilingüe Torremar

Para la recolección de información y elaboración del artículo se utilizó como técnica la encuesta y se utilizó con los estudiantes de 10 años practicantes de voleibol de la Unidad Educativa Bilingüe Torremar la misma que se aplicó al inicio y al final para verificar los

conocimientos teóricos adquiridos del programa de ejercicios y valorar los resultados.

Test técnico: se empleó con los estudiantes de 10 años practicantes de voleibol de la Unidad Educativa Bilingüe Torremar el mismo que se utilizó al inicio para diagnosticar el estado técnico inicial de los fundamentos del voleibol que fueron el saque de abajo, el saque de tenis, la recepción baja del saque y la colocación de dedos y al final para valorar los resultados de la aplicación del programa de ejercicios.

Encuesta aplicada a los estudiantes de 10 años practicantes de voleibol en la Unidad Educativa Bilingüe Torremar.

1. ¿Le gusta recibir voleibol en las clases de cultura física?

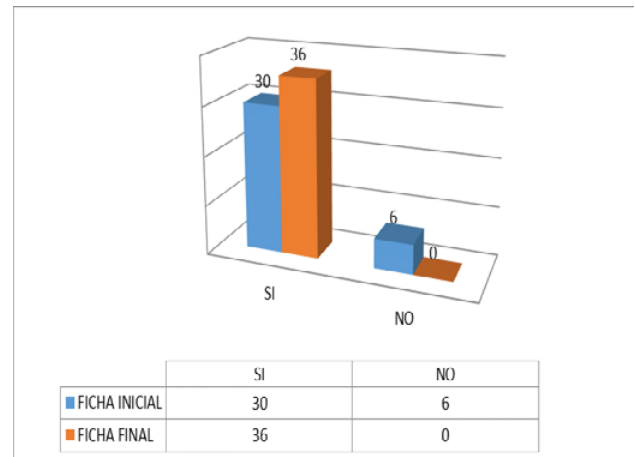
Tabla 2

Interés por la práctica del voleibol

ENCUESTA INICIAL			ENCUESTA FINAL		
	f	%		f	%
INDICADOR			INDICADOR		
SI	30	83,3	SI	36	100
NO	6	16,7	NO	0	0
TOTAL	36	100	TOTAL	36	100

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de 10 años practicantes de voleibol de la Unidad Educativa Bilingüe Torremar

Figura 1
Interés por la práctica del voleibol



Análisis e interpretación cualitativa

En esta pregunta de la encuesta inicial se pudo apreciar que 30 estudiantes que representan el 83,3 % señalan que si les gusta recibir voleibol en las clases de cultura física y 6 estudiantes que representan el 16,7 % no les gusta recibir voleibol en cultura física y luego de aplicar la encuesta final los 36 estudiantes que representan el 100% señalan que si les gusta recibir voleibol en las clases de cultura física. Con esto se evidencio que los resultados son positivos ya que debido a la falta de motivación en las clases de voleibol los estudiantes no despertaban un interés en practicar dicho deporte y luego de aplicar la propuesta demostraron un interés total en el voleibol.

2. ¿Conoce cuáles son las reglas de voleibol?

Tabla 3

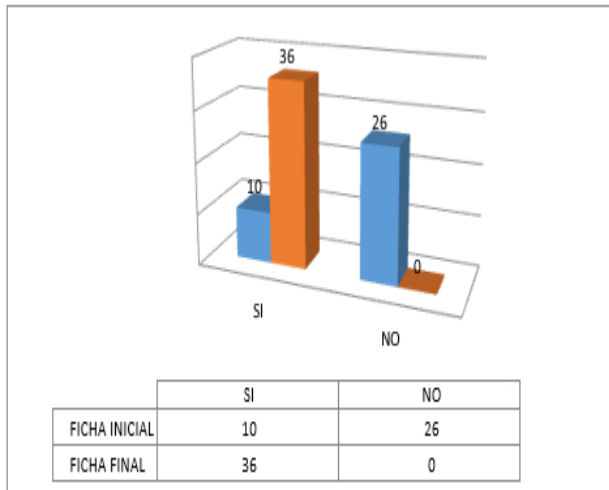
Aprendizaje de las reglas del voleibol

ENCUESTA INICIAL			ENCUESTA FINAL		
INDICADOR	F	%	INDICADOR	f	%
SI	10	27,8	SI	36	100
NO	26	72,2	NO	0	0
TOTAL	36	100	TOTAL	36	100

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de 10 años practicantes de voleibol de la Unidad Educativa Bilingüe Torremar.

Figura 2

Aprendizaje de las reglas del voleibol



Análisis e interpretación cualitativa

Las reglas del voleibol son normativas o preceptos que deben respetar los jugadores de voleibol al momento del partido. Estas se refieren a normas de la superficie, la cancha, las zonas, el balón, la red, el balón, la indumentaria el partido y reglas de seguridad. De acuerdo con los resultados que nos indica el gráfico en la aplicación de la encuesta inicial se pudo apreciar que 10 estudiantes que representan el 27,8% respondieron que si conocen cuales son las reglas del voleibol y 26 estudiantes que representan el 72,8% no conocen cuales son las reglas del voleibol y luego de aplicar la encuesta final los 36 estudiantes que representan el 100% señalan que si conocen las reglas del voleibol. Con esto se pudo observar que los resultados son positivos ya que por la falta de conocimientos sobre el voleibol del docente los estudiantes no conocían cuales eran todas las reglas sin embargo luego de aplicar la propuesta, todos los estudiantes poseían conocimientos sobre las reglas del deporte.

3. ¿Conoce cuáles son los fundamentos técnicos del Voleibol?

Tabla 4

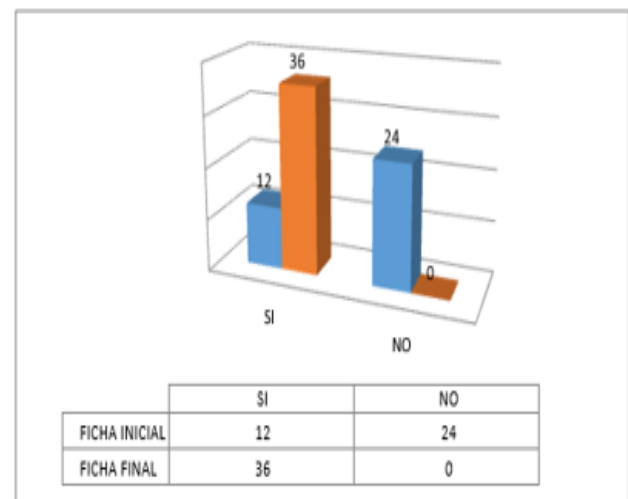
Análisis de los conocimientos sobre fundamentos del voleibol

ENCUESTA INICIAL			ENCUESTA FINAL		
INDICADOR	f	%	INDICADOR	f	%
SI	12	33,3	SI	36	100
NO	24	66,7	NO	0	0
TOTAL	36	100	TOTAL	36	100

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de 10 años practicantes de voleibol de la Unidad Educativa Bilingüe Torremar

Figura 3

Análisis de los conocimientos sobre fundamentos del voleibol



Análisis e interpretación cualitativa

Los fundamentos técnicos del voleibol son: posición básica y desplazamientos, el saque, la recepción baja, voleo alto, remate y bloqueo. Estos son los principios que debe aprender un deportista en esta disciplina. En esta pregunta de la encuesta inicial se pudo apreciar que 12 estudiantes que representan el 33% respondieron que no conocen cuales son los fundamentos técnicos del voleibol y 24 estudiantes que representan el 67% respondieron que no conocen cuales son los fundamentos técnicos del voleibol y luego de aplicar la encuesta final los 36 estudiantes que representan

el 100% señalaron que si conocen cuales son los fundamentos técnicos del voleibol. Con esto se pudo observar que los resultados son positivos ya que por la incorrecta planificación y explicación del docente sobre las clases de voleibol los estudiantes no conocían cuales eran los fundamentos técnicos y sin embargo luego de la aplicación de la propuesta todos los estudiantes señalaron que conocen cuales son los fundamentos técnicos del voleibol.

4. ¿Practica en las clases de Voleibol todos los fundamentos técnicos?

Tabla 5

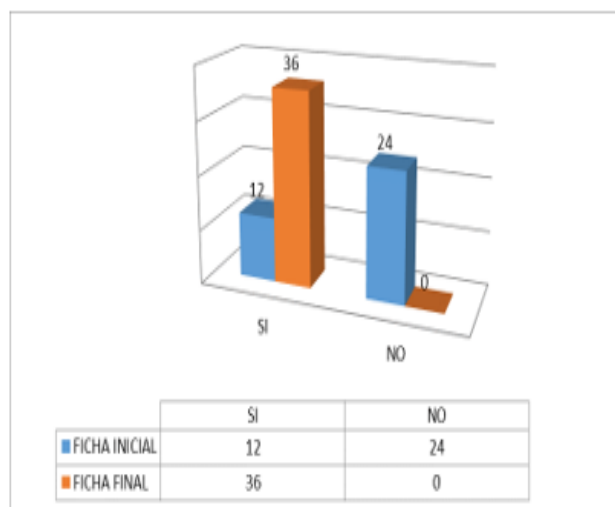
Ejecución de los fundamentos técnicos del voleibol

ENCUESTA INICIAL			ENCUESTA FINAL		
INDICADOR	f	%	INDICADOR	f	%
SI	12	33,3	SI	36	100
NO	24	66,7	NO	0	0
TOTAL	36	100	TOTAL	36	100

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de 10 años practicantes de voleibol de la Unidad Educativa Bilingüe Torremar

Figura 4

Ejecución de los fundamentos técnicos del voleibol



Análisis e interpretación cualitativa

Los practicantes de voleibol deben desarrollar todos los fundamentos técnicos del voleibol, porque se hace uso de ellos llevando una secuencia en el campo de juego y en el proceso de enseñanza aprendizaje deben practicar sin hacer de lado ningún fundamento ya que todos son indispensables para alcanzar el objetivo de juego. En esta pregunta de la encuesta inicial se pudo apreciar que de los 36 estudiantes 12 respondieron que si practican todos los fundamentos técnicos del voleibol en las clases de cultura física representando al 33% y 24 respondieron que no representando al 67% y luego de aplicar la encuesta final se pudo evidenciar que los 36 estudiantes que representan el 100% respondieron que si practican todos los fundamentos técnicos del voleibol. Esto demuestra que los resultados son positivos ya que los estudiantes no tenían conocimiento de que eran los fundamentos técnicos del voleibol y sin embargo luego de aplicar la propuesta todos los estudiantes verificaron que practicaban todos los fundamentos técnicos del voleibol.

5. ¿El profesor de Cultura Física explica y demuestra cuál es la técnica correcta para la ejecución de los fundamentos técnicos del voleibol?

Tabla 6

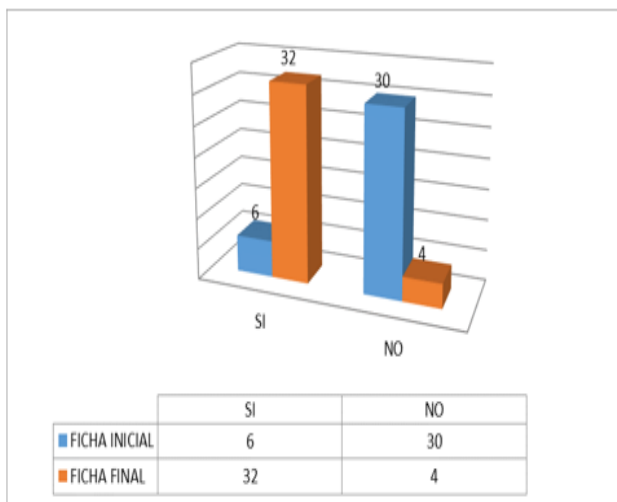
Explicación de las fases de los fundamentos del voleibol

ENCUESTA INICIAL			ENCUESTA FINAL		
INDICADOR	f	%	INDICADOR	f	%
SI	6	16,67	SI	32	88,89
NO	30	83,33	NO	4	11,11
TOTAL	36	100	TOTAL	36	100

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de 10 años practicantes de voleibol de la Unidad Educativa Bilingüe Torremar

Figura 5

Explicación de las fases de los fundamentos del voleibol



Análisis e interpretación cualitativa

La técnica es un conjunto de modelos biomecánicos y anatómico-funcionales que los movimientos deportivos tienen implícitos para ser realizados con la máxima eficiencia. Es por tanto una concepción ideal basada en los conocimientos científicos actuales, la cual cada atleta aspira realizar y adaptar a sus particularidades biológicas e intelectuales”, y es uno de los factores más influyentes, importantes, determinantes y significativos para el rendimiento deportivo. En esta pregunta de la encuesta inicial se pudo apreciar que 6 estudiantes que representan el 16,67% respondieron que el docente si explica y demuestra la técnica correcta de cada fundamento técnico del voleibol y 30 estudiantes que representan el 83,33% respondieron que el docente no explica ni demuestra la técnica correcta de cada fundamento técnico y luego de aplicar la encuesta final se pudo evidenciar que de los 36 estudiantes que representan el 100%, 32 estudiantes que representan el 88,89% respondieron que el docente si explica y demuestra la técnica correcta de cada fundamento técnicos del voleibol y 4 estudiantes que representan el 11,11% respondieron que el docente no explica ni demuestra la técnica correcta de los fundamentos del voleibol. Esto

demuestra que los resultados obtenidos son positivos ya que el docente no poseía vastos conocimientos sobre procesos de enseñanza y luego de la aplicación de la propuesta el docente se motivó a mejorar los procesos de enseñanza y los estudiantes obtuvieron mayor interés en el deporte.

6. ¿Conoce cuáles son los tipos de saques en el voleibol?

Tabla 7

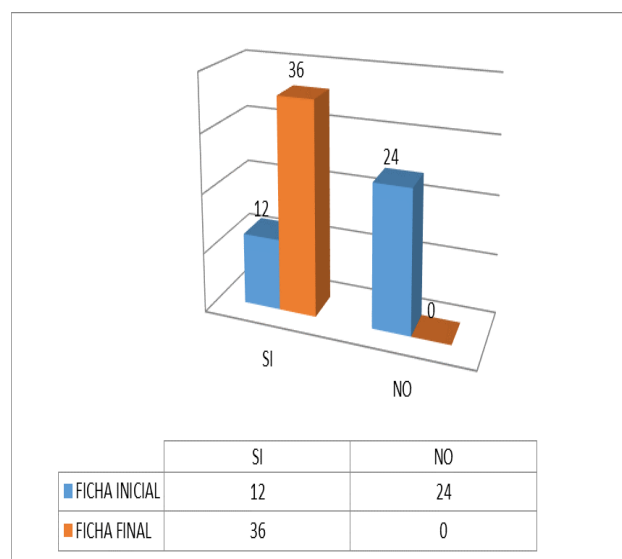
Aprendizaje sobre los saques en el voleibol

ENCUESTA INICIAL			ENCUESTA FINAL		
INDICADOR	F	%	INDICADOR	f	%
SI	12	33,33	SI	36	100
NO	24	66,67	NO	0	00
TOTAL	36	100	TOTAL	36	100

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de 10 años practicantes de voleibol de la Unidad Educativa Bilingüe Torremar

Figura 6

Aprendizaje sobre los saques en el voleibol



Análisis e interpretación cualitativa

Existen diferentes tipos de saques, diferenciándose entre ellos fundamentalmente por la forma de golpeo y la trayectoria descrita por el balón. Tenemos el saque de abajo, el saque de tenis, el saque flotante, el saque en suspensión y el saque de gancho. En esta pregunta de la encuesta inicial se pudo apreciar que 12 estudiantes que representan el 33,33% respondieron que si conocen todos los tipos de saques del voleibol y 24 estudiantes que representan al 66,67% respondieron que no y luego de haber aplicado la encuesta final se pudo evidenciar que los 36 estudiantes que representan el 100% respondieron que si conocen todos los tipos de saque en el voleibol. Esto demuestra que los resultados son positivos ya que los estudiantes no tenían conocimiento de cuáles eran los tipos de saques en el voleibol debido a la falta de explicación del docente y luego de aplicar la propuesta todos los estudiantes conocían cuales eran los tipos del saque.

7. ¿Conoce cuál es la técnica para la ejecución del saque de abajo?

Tabla 8

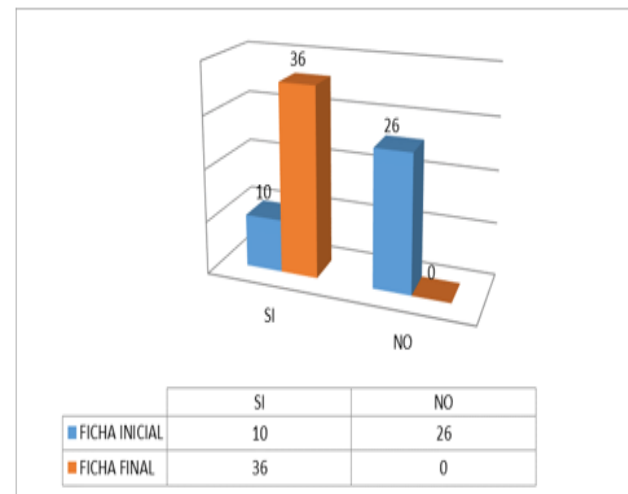
Fases del saque de abajo en el voleibol

ENCUESTA INICIAL			ENCUESTA FINAL		
INDICADOR	f	%	INDICADOR	F	%
SI	10	27,8	SI	36	100
NO	26	72,2	NO	0	00
TOTAL	36	100	TOTAL	36	100

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de 10 años practicantes de voleibol de la Unidad Educativa Bilingüe Torremar

Figura 7

Fases del saque de abajo en el voleibol



Análisis e interpretación cualitativa

El saque abajo es el más simple de todos, es ideal para los que recién se inician y permite ir enseñando al alumno, aparte de cómo iniciar el juego como utilizar la fuerza necesaria para enviar el balón al otro lado de la red. En esta pregunta de la encuesta inicial se pudo apreciar que 26 estudiantes que representan el 72,2% respondieron que no conocen la técnica del saque de abajo y 10 estudiantes que representan el 27,8% respondieron que si conocen cual es la técnica del saque de abajo y luego de haber aplicado la encuesta final se pudo evidenciar los 36 estudiantes que representan el 100% respondieron que si conocen cual es la técnica de ejecución del saque de abajo del voleibol. Esto demuestra que los resultados son positivos ya que los estudiantes no tenían conocimiento de cuál es la ejecución técnica del saque de abajo debido a que el docente no poseía conocimientos sobre procesos de enseñanza de los fundamentos técnicos del voleibol y luego de aplicar la propuesta se evidencio que todos los estudiantes poseían conocimientos sobre cuál es la ejecución técnica del saque de abajo.

8. ¿Conoce cuál es la técnica para la ejecución del saque de tenis?

Tabla 9

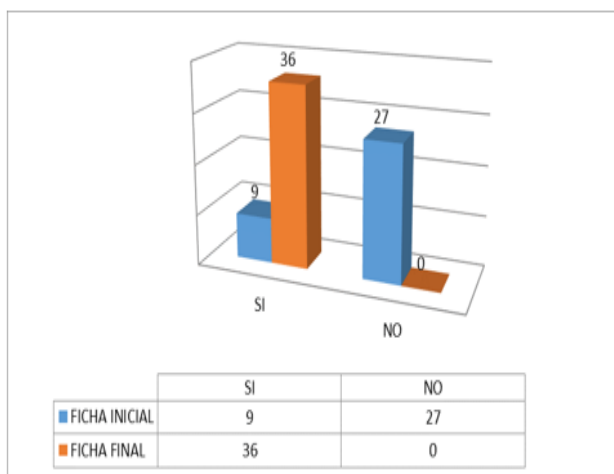
Fases del saque de tenis en el voleibol

ENCUESTA INICIAL			ENCUESTA FINAL		
INDICADOR	f	%	INDICADOR	F	%
SI	9	25	SI	36	100
NO	27	75	NO	0	00
TOTAL	36	100	TOTAL	36	100

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de 10 años practicantes de voleibol de la Unidad Educativa Bilingüe Torremar

Figura 8

Fases del saque de tenis en el voleibol



Análisis e interpretación cualitativa

El saque de tenis o saque alto se lo realiza por encima de la cabeza con un golpe con la mano abierta. Es el idóneo tanto para realizar saques dirigidos como también saques fuertes, según la velocidad que el jugador le imprima al balón. En esta pregunta de la encuesta inicial se pudo apreciar que 9 estudiantes que representan al 25% respondieron que si conocen cual es la técnica para la ejecución del saque de tenis y 27 estudiantes que representan al 75% respondieron que no conocen y luego de aplicar la encuesta final se pudo evidenciar que los 36 estudiantes que representan el

100% respondieron que si conocen cual es la técnica para ejecutar el saque de tenis. Esto demuestra que los resultados son positivos ya que los estudiantes no tenían conocimiento de cuál era la técnica para la ejecución del saque de tenis debido a que el docente no poseía conocimientos sobre procesos de enseñanza de los fundamentos técnicos del voleibol y luego de aplicar la propuesta todos los estudiantes conocían cual era la técnica para la ejecución del saque de tenis en el voleibol.

9. ¿Conoce cuál es la técnica para la ejecución de la recepción baja?

Tabla 10

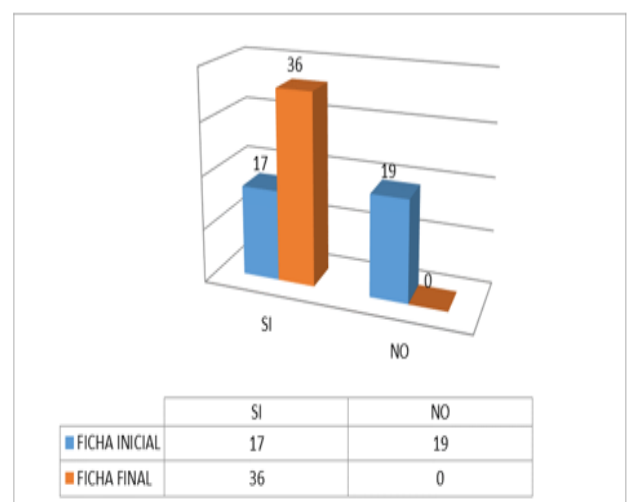
Fases de la recepción baja del voleibol

ENCUESTA INICIAL			ENCUESTA FINAL		
INDICADOR	F	%	INDICADOR	f	%
SI	17	47,2	SI	36	100
NO	19	52,8	NO	0	00
TOTAL	36	100	TOTAL	36	100

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de 10 años practicantes de voleibol de la Unidad Educativa Bilingüe Torremar

Figura 9

Fases de la recepción baja del voleibol



Análisis e interpretación cualitativa

La recepción baja del saque es el primer elemento del juego que tiene lugar dentro de la secuencia del Complejo I (KI), es el Interceptar y controlar un balón dirigiéndolo hacia otro compañero en buenas condiciones para poder continuar con el juego, esto depende de una correcta formación de la plataforma de contacto, la orientación y el contacto. En esta pregunta de la encuesta inicial se pudo apreciar que 17 estudiantes que representan el 47% respondieron que si conocen cual es la técnica de ejecución de la recepción baja del saque y 19 estudiantes que representan al 53% respondieron que no conocen y luego de aplicar la encuesta final se pudo evidenciar que los 36 estudiantes que representan el 100% respondieron que si conocen cual es la técnica de la ejecución de la recepción baja del saque. Esto demuestra que los resultados son positivos ya que los estudiantes no tenían conocimiento de cuál era la técnica de ejecución de la recepción baja del saque debido a que el docente no poseía conocimientos sobre procesos de enseñanza de fundamentos del voleibol y luego de aplicar la propuesta se evidencio que todos los estudiantes poseían conocimientos de cuál era la técnica de ejecución de la recepción baja del saque.

10. ¿Conoce cuál es la técnica para la ejecución de la colocación de dedos?

Tabla 11

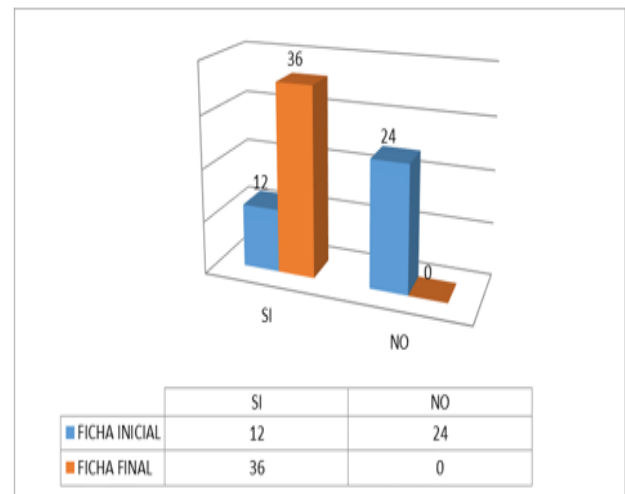
Fases de la colocación de dedos en el voleibol

ENCUESTA INICIAL			ENCUESTA FINAL		
INDICADOR	f	%	INDICADOR	f	%
SI	12	33,33	SI	36	100
NO	24	66,67	NO	0	00
TOTAL	36	100	TOTAL	36	100

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de 10 años practicantes de voleibol de la Unidad Educativa Bilingüe Torremar

Figura 10

Fases de la colocación de dedos en el voleibol



Análisis e interpretación cualitativa

La colocación de dedos es normalmente el segundo toque quien tiene como fin proporcionar un balón en condiciones óptimas para que con el tercer toque un rematador lo meta finalmente al campo contrario y esto depende de una correcta posición de partida, postura, ubicación de frente al balón y el contacto. En esta pregunta de la encuesta inicial se pudo apreciar que 12 estudiantes que representan al 33% respondieron que si conocen cuál era la técnica de ejecución de la colocación de dedos y 24 estudiantes que representan el 67% respondieron que no conocen y luego de aplicar la encuesta final se pudo evidenciar que los 36 estudiantes que representan el 100% respondieron que si conocen cual es la técnica de ejecución de la colocación de dedos. Esto demuestra que los resultados son positivos ya que los estudiantes no tenían conocimiento de cuál era la técnica de colocación de dedos debido a la falta de conocimientos del docente sobre procesos de enseñanza del voleibol y luego de aplicar la propuesta se evidencio que todos los estudiantes conocían sobre la técnica de ejecución de la colocación de dedos.

Pre test y post test aplicado a los estudiantes de 10 años practicantes de voleibol de la unidad educativa bilingüe torremar

Test del saque de abajo

Tabla 12

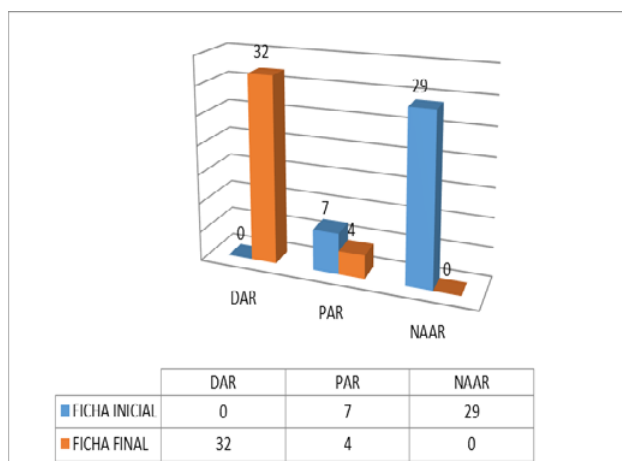
Ejecución del saque de abajo

TEST INICIAL			TEST FINAL		
INDICADOR	F	%	INDICADOR	f	%
DAR	0	0	DAR	32	88,89
PARA	7	19,44	PARA	4	11,11
NAAR	29	80,56	NAAR	0	0
TOTAL	36	100	TOTAL	36	100

Fuente: Test técnico aplicado a los estudiantes de 10 años practicantes de voleibol de la Unidad Educativa Bilingüe Torremar

Figura 11

Ejecución del saque de abajo



Análisis e interpretación cualitativa

El saque de abajo o también denominado saque de seguridad o de iniciación por ser la técnica más sencilla de aprender por parte de quienes se inician. Su escasa complejidad coordinativa es contrarrestada por la mínima dificultad que genera en la recepción. En este pre test se pudo observar que 29 estudiantes que representan el 80,56% no alcanzan los aprendizajes requeridos, 7 estudiantes que representan el 19,44% están próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos y ningún estudiante logro dominar los aprendizajes requeridos y luego de aplicar el post test se pudo evidenciar

que de los 36 estudiantes, 32 estudiantes que representan el 88,89% dominaron los aprendizajes requeridos, 4 estudiantes que representan el 11,11% estaban próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos y ningún estudiante estuvo en NAAR. Esto demuestra que los resultados son positivos ya que ninguno de los estudiantes dominaba los aprendizajes requeridos debido a que el docente no poseía vastos conocimientos sobre el voleibol y los procesos de enseñanza, además los métodos no eran actualizados y luego de aplicar la propuesta la mayoría de los estudiantes logro dominar los aprendizajes requeridos en el test del saque de abajo.

Test del saque de tenis

Tabla 13

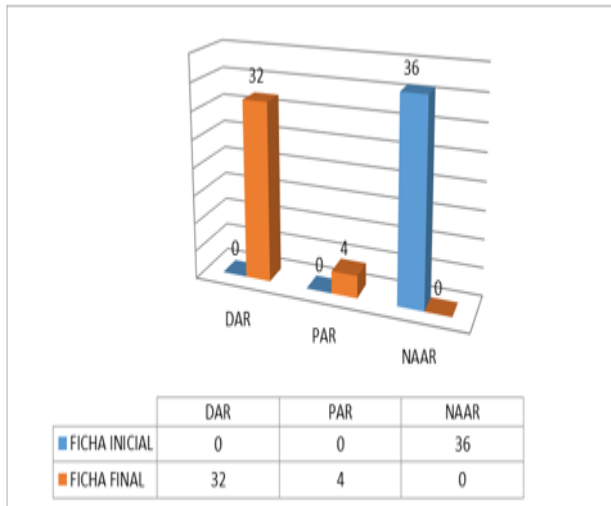
Ejecución del saque de tenis en el voleibol

TEST INICIAL			TEST FINAL		
INDICADOR	f	%	INDICADOR	F	%
DAR	0	0	DAR	32	88,89
PARA	0	0	PARA	4	11,11
NAAR	36	100	NAAR	0	0
TOTAL	36	100	TOTAL	36	100

Fuente: Test técnico aplicado a los estudiantes de 10 años practicantes de voleibol de la Unidad Educativa Bilingüe Torremar

Figura 12

Ejecución del saque de tenis en el voleibol



Análisis e interpretación cualitativa

Este tipo de saque incorpora la misma mecánica de golpeo que el remate, siendo la diferencia que el golpeo se produce en apoyo y a nueve metros de la red. Proponemos esta técnica como la primera a abordar por el joven jugador tras superar la fase del saque de abajo. En este pre test aplicado se verifico que los 36 estudiantes que representan el 100% no alcanzaron los aprendizajes requeridos y ninguno pudo estar próximo a alcanzar los aprendizajes requeridos y aún peor a dominar los aprendizajes requeridos y luego de aplicar el post test se pudo evidenciar que 32 estudiantes que representan el 88,89% lograron dominar los aprendizajes requeridos, 4 estudiantes que representan el 11,11% llegaron a estar próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos y ninguno estuvo en NAAR. Esto demuestra que los resultados son positivos ya que ninguno de los estudiantes dominaba los aprendizajes requeridos en el test del saque de tenis en el voleibol debido a que el docente no poseía vastos conocimientos sobre el voleibol y los procesos de enseñanza, además los métodos que utilizaba no eran actualizados y luego de aplicar la propuesta la mayoría de los estudiantes logro dominar los aprendizajes requeridos en el test del saque de tenis.

3. Test de la recepción baja

Tabla 14

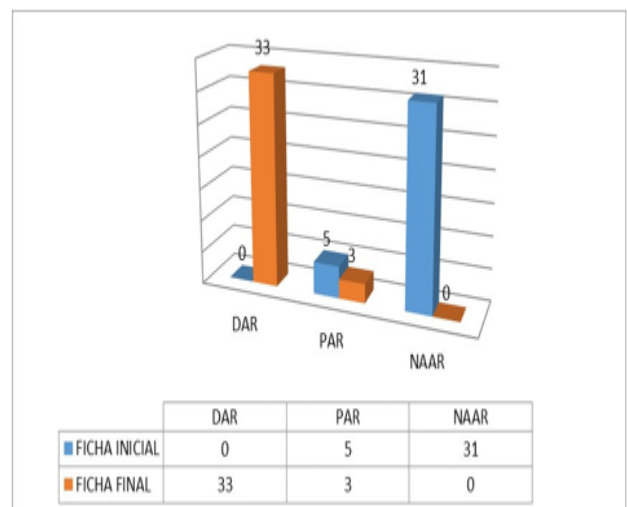
Ejecución de la recepción baja en el voleibol

TEST INICIAL			TEST FINAL		
INDICADOR	f	%	INDICADOR	F	%
DAR	0	0	DAR	33	91,67
PARA	5	13,89	PARA	3	8,33
NAAR	31	86,11	NAAR	0	0
TOTAL	36	100	TOTAL	36	100

Fuente: Test técnico aplicado a los estudiantes de 10 años practicantes de voleibol de la Unidad Educativa Bilingüe Torremar

Figura 13

Ejecución de la recepción baja en el voleibol



Análisis e interpretación cualitativa

La importancia de la recepción del saque estriba en su necesidad para la construcción de un ataque con éxito, puesto que, si las recepciones son defectuosas, el balón no llegará al colocador en las condiciones idóneas para organizar un ataque eficaz. En este pre test aplicado de la recepción baja del saque se verifico que 31 estudiantes que representan el 86,11% no alcanzaron los aprendizajes requeridos, 5 estudiantes que representan el 13,89% estaban próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos

y ninguno domino los aprendizajes requeridos y luego de aplicar el post test se pudo evidenciar que 33 estudiantes que representan el 91,67% dominaron los aprendizajes requeridos, 3 estudiantes que representan el 8,33% estuvieron próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos y ninguno estuvo en NAAR. Esto demuestra que los resultados son positivos ya que ninguno de los estudiantes dominaba los aprendizajes requeridos debido a que el docente no poseía muchos conocimientos sobre los procesos de enseñanza aprendizaje del voleibol y los métodos que utilizaba eran actualizados y luego de aplicar la propuesta la mayoría de los estudiantes logro dominar los aprendizajes requeridos en el test de la recepción baja del saque.

4. Test de la colocación de dedos

Tabla 15

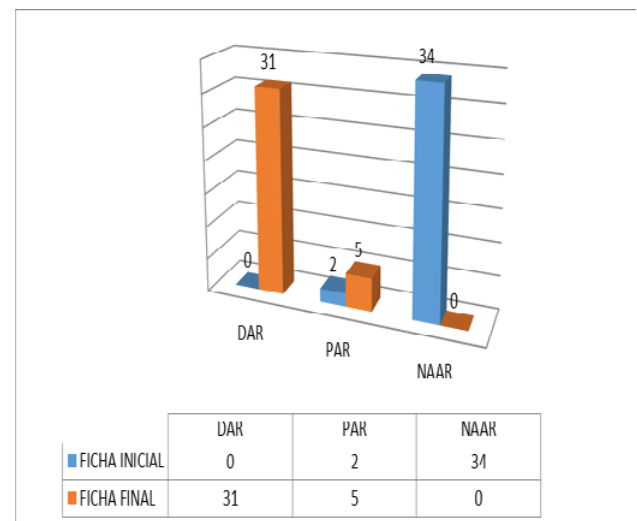
Ejecución de la colocación de dedos en el voleibol

TEST INICIAL			TEST FINAL		
INDICADOR	f	%	INDICADOR	F	%
DAR	0	0	DAR	31	86,11
PARA	2	5,56	PARA	5	13,89
NAAR	34	94,44	NAAR	0	0
TOTAL	36	100	TOTAL	36	100

Fuente: Test técnico aplicado a los estudiantes de 10 años practicantes de voleibol de la Unidad Educativa Bilingüe Torremar

Figura 14

Ejecución de la colocación de dedos en el voleibol



Análisis e interpretación cualitativa

La colocación es el balón dirigido con trayectoria y velocidad precisa a un atacante particular de modo que pueda rematarlo de forma efectiva. Remarcamos de la definición dos términos: precisión, como concepto básico, a partir de éste se desarrollan el resto de los elementos que conducen a la efectividad, donde ya confluyen aspectos relacionados con la táctica. En este pre test aplicado de la colocación de dedos se verifico que 34 estudiantes que representan el 94,44% no alcanzaron los aprendizajes requeridos, 2 estudiantes que representan el 5,56% estuvieron próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos y ninguno pudo dominar los aprendizajes requeridos y luego de aplicar el post test se pudo evidenciar que 31 estudiantes que representan el 86,11% pudieron dominar los aprendizajes requeridos, 5 estudiantes que representan el 13,89% estuvieron próximos a alcanzar los aprendizajes requeridos y ninguno estaba en NAAR. Esto demuestra que los resultados son positivos ya que ninguno de los estudiantes dominaba los aprendizajes requeridos debido a que el docente no poseía vastos conocimientos sobre el voleibol y los procesos de enseñanza y los métodos que utilizaba no eran actualizados y luego de aplicar

la propuesta la mayoría de los estudiantes logro dominar los aprendizajes requeridos en el test de la colocación de dedos.

Explicación y construcción Programa de Enseñanza para mejorar la ejecución de los fundamentos técnicos del voleibol. Metodología aplicada en la enseñanza de los fundamentos técnicos del voleibol

Metodología aplicada en la enseñanza del saque de abajo

El saque es la acción que da inicio al juego ofensivo y debe presentar seguridad, precisión y efectividad pues si posee estas cualidades dificulta la recepción del contrario. La enseñanza de esta fase en el proceso de aprendizaje de voleibol se guía por los siguientes ítems:

- Posición del cuerpo o posición inicial
- Aprensión del balón y lanzamiento
- Movimiento del brazo y del tronco
- Golpeo del balón

Ejercicios de enseñanza-aprendizaje

- Realizar el movimiento global con o sin elemento, permitiendo vivenciar inicialmente la toma de la pelota, el estado de equilibrio y el movimiento de balanceo del brazo.
- Realizar la ejecución de lanzamientos con elementos más pequeños y pelotas reglamentarias, buscando realizar un trabajo de puntería con balanceo de abajo hacia arriba
- Poner énfasis en el trabajo de la mano y del brazo, permitiendo identificar a la palma de la mano abierta como superficie que hará contacto con la pelota
- Realizar los primeros saques, hechos desde muy corta distancia, para facilitar de esa manera la aplicación de lo aprendido y amentar la distancia solo si

la ejecución es correcta de acuerdo con la técnica enseñada.

- Realizar saques en parejas, ubicadas opuestamente, desde el fondo de la cancha. El saque se realiza desde la distancia reglamentaria, de acuerdo a la etapa de aprendizaje en que se encuentre el alumno.

Metodología aplicada en la enseñanza del saque de tenis

Este tipo de saque se define por ser más explosivo y brinda una mayor proporción de obtener ventaja, lo cual conlleva mayor cantidad de tiempo dedicado a su planificación y ejecución.

Los pasos que hemos establecido para realizar su enseñanza son los siguientes:

- a) Posición inicial
- b) Ubicación de las piernas y otras partes del cuerpo
- c) Posición de las manos en la toma de balón
- d) Lanzamiento de balón
- e) Golpeo del balón

Ejercicios de enseñanza-aprendizaje

- Realizar el movimiento global sin balón
- Hacer lanzamientos del balón a cortas distancias, con el movimiento del saque de tenis
- Ejecutar series de saque de tenis de baja intensidad contra la pared, lo que permitirá mejorar la puntería.
- Realizar saques en parejas, ubicadas opuestamente, desde el fondo de la cancha. El saque se realiza desde la distancia reglamentaria.

Metodología aplicada en la enseñanza de la recepción baja

El voleibol se caracteriza por jugadas de ataques intensos, potentes y veloces que a través del tiempo han ido evolucionando, pero como todo en la naturaleza por el principio de que toda acción conlleva una reacción, así que, para el ataque se creó la defensa, y uno de sus componentes es la recepción, que no es más que un movimiento que busca controlar los balones difíciles proveniente de un remate o un saque. Esta acción se realiza siempre y cuando el jugador este correctamente ubicado.

- a) Separación de los pies.
- b) Flexión de las piernas
- c) Inclinación del tronco
- d) Extensión de los brazos y unión de las manos
- e) El golpe con el antebrazo
- f) Desplazamiento y recepción

Ejercicios de enseñanza-aprendizaje

- El alumno lanza el balón verticalmente y luego lo recepta
- En parejas un alumno lanza el balón y el otro lo recepta, luego invierten los papeles
- En parejas un alumno voleana y el otro lo recepta
- En parejas los alumnos se desplazan lateralmente, realizando recepciones hasta la mitad de la cancha
- Individualmente realizar recepciones hasta llegar a encestar el balón en una canasta que esta sobre el piso a una distancia de 15 m.

Metodología aplicada en la enseñanza de la colocación de dedos

Al ser el voleibol un deporte colectivo su esencia radica en el compartir, en el pasar el balón, es decir, en el pase que se realiza con las manos, el cual está sujeto a determinadas reglas que han obligado al jugador a realizar posiciones y movimientos adaptadas a las mismas, como son, la forma de las palmas de las manos, de los dedos, la flexión de los brazos, la separación de los pies, el movimiento del cuerpo o en su totalidad al voltear. En este tema la secuencia metodológica que se aplicará será la siguiente:

- a. Posición de pies
- b. Flexión de las rodillas.
- c. Postura del tronco
- d. Elevación, flexión y extensión de brazos.
- e. Posición de las manos
- f. Toque de dedos, es decir, golpear el balón
- g. Repetir el ciclo de voleo (elevación, flexión y extensión de los brazos)

Ejercicios de enseñanza-aprendizaje

- Realizar diez voleos altos
- En parejas realizar voleos
- En parejas realizar voleos desplazándose lateralmente
- En parejas realizar voleos con desplazamiento, en que un estudiante avanza y el otro retrocede.
- En tríos realizar voleos desplazándose a ocupar el puesto del compañero que recibe el voleo, el voleo es circular.
- Realizar la trenza entre tres y cuatro compañeros.

Análisis de la propuesta

Como hemos matizado a través de toda esta investigación, el establecer que la ejecución técnica de los fundamentos del voleibol forma parte principal en la formación deportiva. El objetivo primario de esta propuesta es enseñar y mejorar la ejecución técnica de los diferentes fundamentos del voleibol como: el saque de abajo, el saque de tenis, recepción baja y colocación de dedos en la iniciación deportiva

Hemos planteado ejercicios en donde prevalecen las repeticiones y variaciones de ejercicios para mejorar la ejecución técnica de los fundamentos de voleibol. Por ejemplo, que además de solo repeticiones en los planes de clase también se desarrollan juegos con la finalidad de motivar a los estudiantes para que se esfuercen y mejoren la ejecución de cada fundamento del voleibol

Otro propósito de esta propuesta también es, mantener constantemente estimulado los sistemas de percepción y alertas los sistemas de respuesta llevando al niño a estar concentrado y pro-activo en clase de tal manera que llegue a controlar los elementos intrínsecos y extrínsecos de su entorno.

Conclusiones del Programa de Enseñanza para mejorar la ejecución de los fundamentos técnicos del voleibol

En los datos registrados del grupo de investigación podemos ver que existe una diferencia considerable en el aumento de la ejecución técnica en los fundamentos del voleibol después de ejecutar el programa para enseñanza de los fundamentos técnicos del voleibol.

Podemos concluir que al diseñar un programa de enseñanza para mejorar la ejecución de los fundamentos técnicos del voleibol contribuimos con otras áreas del conocimiento que les permitirá desenvolverse en el ámbito escolar y competitivo.

Conclusiones finales

La metodología aplicada a los alumnos no era adecuada en el proceso de enseñanza aprendizaje de los fundamentos de voleibol en la etapa de formación deportiva.

Los docentes no realizaban la adecuada motivación en sus clases y carecían de conocimientos sobre los procesos de enseñanza y aprendizaje del voleibol para las diferentes etapas de la formación deportiva, lo que no permitía obtener mejores resultados y hacía que los alumnos no presentan el interés que se esperaba.

Los estudiantes no ejecutaban correctamente la técnica de los fundamentos del voleibol por falta de conocimiento de las fases que conllevan cada una y ausencia del método de repetición.

Se ejecutó un programa de ejercicios para mejorar los procesos de enseñanza aprendizaje de los niños de 10 años en la Unidad Educativa Bilingüe Torreomar.

Se evaluó la propuesta aplicada a los estudiantes y se pudo evidenciar un mejoramiento de la ejecución técnica de los fundamentos del voleibol encaminándose al dominio de estos.

Referencias Bibliográficas

- Blazquez, D. (1995). La iniciación deportiva y el deporte escolar. Barcelona; INDE.
- Cami, J. (2005). 1013 ejercicios y juegos polideportivos. Barcelona: Paidotribo.
- Castejon, F. (2018). Iniciación deportiva: la enseñanza y el aprendizaje comprensivo en el deporte. Sevilla: Wanceulen editorial deportiva, S.L.
- Drauschke, K. Kroger, C. Scholz, A. Utz, M (2002). El entrenador de voleibol. Barcelona: Paidotribo.

- Garcia, P. (2005). Fundamentos teóricos del juego. Sevilla: Wanceulen editorial deportiva, S.L.
- Hernandez, J. (2000). La iniciación a los deportes desde su estructura y dinámica. Barcelona; INDE.
- Hessing, W. (2016). Voleibol para principiantes. Barcelona: Paidotribo.
- Kenny, B. Gregory, C. (2008). Voleibol. Claves para dominar los fundamentos y las destrezas técnicas. Madrid: Ediciones Tutor, S.A.
- Lucas, J. (2000). Recepción, colocación y ataque en voleibol. Barcelona: Paidotribo.
- Lucas, J. (2003). El voleibol iniciación y perfeccionamiento. Barcelona: Paidotribo.
- Molina, J. (2007). Metodología científica aplicada a la observación del saque en el voleibol masculino de alto rendimiento. Sevilla: Wanceulen editorial deportiva, S.L.
- Moreno, M (2009). Manual de apoyo para la formación de técnicos y profesores de voleibol. Sevilla: Wanceulen editorial deportiva, S.L.
- Pimenov, M. (1997). Voleibol: Aprender y Progresar. Barcelona : Paidotribo.
- Ruiz, F. Garcia, A. Casimiro, A. (2001). La Iniciación deportiva basada en los deportes colectivos: nuevas tendencias metodológicas. Madrid: Gymnos.
- Gago, J. (2009). Voleibol: reglas fundamentales. Recuperado de <https://deporteyeducacion.wordpress.com/2009/01/27/voleibol-reglas-fundamentales/>
- Díaz, A. (2008). Integración del voleibol en la Educación Física, en el desarrollo psicomotriz y sensomotriz del alumno/a en los tres ciclos de educación primaria. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd126/integracion-del-voleibol-en-la-educacion-fisica-en-educacion-primaria.htm>
- Pajares, L. (2011). Ejercicios para el perfeccionamiento del elemento técnico saque en Vóley. Recuperado de <http://www.monografias.com/trabajos89/ejercicios-perfeccionamiento-del-elemento/ejercicios-perfeccionamiento-del-elemento.shtml>
- Slideshare. (2011). Reglas basicas del voleibol. Recuperado de www.slideshare.net/bifaro30/reglas-basicas-del-voleibol
- Machín, R. (2013). Iniciación en el voleibol. Juegos en primaria. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd184/iniciacion-al-voleibol-juegos-en-primaria.htm>
- Rodriguez, M. (2013). Voleibol cómo proceso de iniciación deportiva. Recuperado de <http://www.entrenamiento.com/mas-deportes/voley/voleibol-como-proceso-de-iniciacion-deportiva/>.