



# UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO

## FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

### ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA



## ESTRATEGIA DE ENSEÑANZA GLOBAL PARA MEJORAR EL APRENDIZAJE DE BLOQUEO EN LA CATEGORÍA INFANTIL DE LA ACADEMIA DE VOLEIBOL SEMILLITAS PUNO

### TESIS

#### PRESENTADA POR:

**Bach. MARÍA VERÓNICA ALFARO CENTENO**

**Bach. FREDY QUISPE COILA**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:**

**LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA**

**PUNO - PERÚ**

**2020**



NOMBRE DEL TRABAJO

**ESTRATEGIA DE ENSEÑANZA GLOBAL P  
ARA MEJORAR EL APRENDIZAJE DE BL  
OQUEO EN LA CATEGORÍA INFANTIL DE  
LA ACADEMIA DE VOLEIBOL SEMILLITA  
S PUNO**

AUTOR

**(1)MARÍA VERÓNICA (2) FREDY (1) ALF  
ARO CENTENO (2) QUISPE COILA**

RECUENTO DE PALABRAS

**7763 Words**

RECUENTO DE CARACTERES

**45543 Characters**

RECUENTO DE PÁGINAS

**56 Pages**

TAMAÑO DEL ARCHIVO

**1.7MB**

FECHA DE ENTREGA

**Jan 24, 2024 10:56 AM GMT-5**

FECHA DEL INFORME

**Jan 24, 2024 10:57 AM GMT-5**

● **11% de similitud general**

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos

- 11% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 3% Base de datos de trabajos entregados
- 1% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● **Excluir del Reporte de Similitud**

- Material bibliográfico
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 15 palabras)



Firmado digitalmente por MAMANI  
QUISPE Nelly Edith FALU  
20145468170 naud  
Motivo: Soy el autor del documento  
Fecha: 24.01.2024 11:02:56 -05:00



UNA  
PUNO

Firmado digitalmente por FLORES  
PAREDES Alcides FALU 20145468170  
naud  
Motivo: Soy el autor del documento  
Fecha: 23.06.2024 10:07:18 -05:00



## DEDICATORIA

Dedico este trabajo a Dios por estar conmigo en cada momento, por la oportunidad de vivir y por fortalecerme con sabiduría para poder llegar a mis objetivos, por su guía, dirección y provisión.

A mi Mamá Adela que está en el cielo, mis hermanos, por el apoyo incondicional que me brindo durante todo este tiempo que compartimos, por sus consejos y por ser mi principal motivación.

**Fredy.**

A Dios por haber sido mi motor y guía en toda esta etapa, le estoy infinitamente agradecida por concederme la vida, salud, perseverancia y paciencia en todo momento.

A mis padres por haberme apoyado en todo momento, por sus consejos y enseñanzas, sus valores, por la motivación constante, que me ha permitido ser una persona de bien, sin ellos nada hubiera sido posible.

**María Verónica.**



## AGRADECIMIENTO

*A mi Alma Mater, Universidad Nacional del Altiplano Puno, por darme la oportunidad de formarme profesionalmente, preparándome para un futuro mejor.*

*Con eterno agradecimiento a la Facultad de Educación, Escuela Profesional de Educación Física, Decano y a toda su plana docente por impartirnos conocimientos, experiencias que agradeceré y recordare toda mi vida.*

*A mi directora y asesora, M.Sc. Nelly Edith Mamani Quispe, con mucho cariño y respeto por haber aceptado guiarnos en esta etapa, por su acertada orientación y por sus constantes incentivos para el desarrollo y culminación del presente trabajo de investigación.*

*A los miembros del Jurado Calificador: Dr. Miguel Oscar Villamar Barriga, M.Sc. Simón Eduardo Villasante Saravia, Dr. Salvador Mamani Mamani, les agradezco de forma especial por sus sugerencias y aportes que me brindaron para la culminación de la presente investigación.*

*A todos ellos, gracias por permitirme conocerlos.*



# ÍNDICE GENERAL

**DEDICATORIA**

**AGRADECIMIENTO**

**ÍNDICE GENERAL**

**ÍNDICE DE TABLAS**

**ÍNDICE DE FIGURAS**

**ÍNDICE DE ACRÓNIMOS**

**RESUMEN ..... 10**

**ABSTRACT ..... 11**

## **CAPITULO I**

**INTRODUCCIÓN ..... 12**

## **CAPITULO II**

**REVISIÓN DE LITERATURA ..... 15**

**2.1. Antecedentes ..... 15**

**2.2. Bases teóricas ..... 16**

**2.2.1. Estrategia de enseñanza global ..... 16**

**2.2.2. Bloqueo ..... 23**

**2.2.1.1. Ejecución técnica ..... 23**

**2.2.1.2. Desplazamiento ..... 24**

## **CAPITULO III**

**MATERIALES Y MÉTODOS ..... 26**

**3.1. Tipo y diseño ..... 26**

**3.2. Población y muestra ..... 26**

**3.3. Instrumento ..... 27**

**3.4. Análisis estadístico ..... 27**



## CAPITULO IV

<b>RESULTADOS Y DISCUSIÓN</b> .....	<b>28</b>
<b>4.1. Análisis descriptivo</b> .....	<b>28</b>
<b>4.2. Análisis inferencial</b> .....	<b>31</b>
<b>CONCLUSIONES</b> .....	<b>34</b>
<b>RECOMENDACIONES</b> .....	<b>35</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS</b> .....	<b>36</b>
<b>ANEXOS</b> .....	<b>40</b>

**Área** : Educación física y deportes

**Tema** : Estrategia de enseñanza global y aprendizaje del bloqueo

**FECHA DE SUSTENTACION:** 16 de enero de 2020



## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1. Asociación progresiva de la E-A de los fundamentos técnicos del voleibol (Mamani et al., 2018).....</b>	<b>17</b>
<b>Figura 2. Programa de enseñanza-aprendizaje para el bloqueo categoría infantil.....</b>	<b>18</b>
<b>Figura 3. Aprendizaje del bloqueo pre y post test .....</b>	<b>30</b>



## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1. Población de estudio .....</b>	<b>26</b>
<b>Tabla 2. Aprendizaje del bloqueo pre test .....</b>	<b>28</b>
<b>Tabla 3. Aprendizaje del bloqueo post test.....</b>	<b>29</b>
<b>Tabla 4 Prueba T para muestras relacionadas .....</b>	<b>32</b>



## ÍNDICE DE ACRÓNIMOS

- EEG Campeonato de Voleibol Grand Prix Mundial Femenino  
FIVB Federación Internacional de Voleibol



## RESUMEN

El objetivo de la investigación fue determinar la eficacia de la estrategia de enseñanza global para el aprendizaje del bloqueo del voleibol en jugadoras de la categoría infantil de la Academia de Voleibol Semillitas y Talentos Puno. El estudio es de tipo experimental, de diseño pre-experimental con pre y post test. Se estudió a 14 jugadoras de voleibol de edades entre 12 y 14 años que pertenecen a la categoría infantil. Se recogió los datos mediante la ficha de evaluación de ejecución técnica y desplazamiento para el bloqueo para jugadores de voleibol categoría infantil. El análisis estadístico se realizó mediante el análisis porcentual, media y prueba T para muestras relacionadas. Resultados, en el pre test, el 100,0% evidencian un bloqueo deficiente; y en el pos test, el 92,9% evidencian un bloqueo muy bueno y el 7,1% bueno. Por otro, se evidencia que existe diferencia significativa en el aprendizaje del bloqueo entre el pre y post test ( $p = 0,000 < 0,05$ ). Conclusión, se determina que la estrategia de enseñanza global permite un aprendizaje significativo del bloqueo, haciendo que el mismo sea aprendido de manera racional cada uno de movimientos corporales que intervienen en su ejecución.

**Palabras Clave:** Estrategia de enseñanza global, aprendizaje del bloqueo, voleibol, categoría infantil.



## ABSTRACT

The objective of the research was to determine the effectiveness of the global teaching strategy for the learning of motor block in the players of the children's category of the Puno Volleyball and Seed Academy. The study is of experimental type, of pre-experimental design with pre and post test. We studied 14 volleyball players between 12 and 14 years old. The data is recognized through the technical execution evaluation sheet and the displacement for blocking for the children's category volleyball players. The statistical analysis was carried out using the percentage analysis, means and test. Results, in the pretest, 100.0% evidenced a deficient blockade; and in the pos test, 92.9% show a very good block and 7.1% good. On the other hand, it is evident that there is a significant difference in the learning of the block between the pre and post test ( $p = 0.000 < 0.05$ ). Conclusion, the determination of the global teaching strategy allows the significant learning of the blockade, the same sea is learned in a rational way each one of the corporal movements that intervene in its execution.

**Keywords:** Global teaching strategy, blocking learning, volleyball, children's category.



# CAPITULO I

## INTRODUCCIÓN

El desarrollo técnico-táctico adecuado del deportista, es uno de los aspectos que determina la obtención de resultados positivos en los juegos (Porath, Collet, Milistetd, das Neves y Vieira, 2016). En ese sentido, la mejora de la formación de jóvenes deportistas es una línea de investigación muy generalizada dentro de las ciencias del deporte (Sáez, Vila, Abellán y Contreras, 2013).

La Federación Internacional de Voleibol (FIVB, 2016-2011) máximo gobierno del voleibol, resalta la importancia de la adecuada enseñanza de los fundamentos técnicos, principalmente en las primeras etapas de formación. La técnica en el voleibol cobra una extraordinaria relevancia (Ureña, 2007), por cuanto, determina el éxito del desarrollo deportivo (Porath et al., 2016), más que cualquier otro factor (Lucas, 2005).

Los fundamentos técnicos del voleibol: pase-colocación, pase de antebrazos, saque, ataque, bloqueo y defensa (Drauchke, Kroger, Schulz y Utz, 2011); son la estructura sobre el que se construye el juego. Sin el dominio de estos no se podría desarrollar un juego competitivo. La complejidad del juego se debe a dos razones: 1) No está permitido agarrar-retener el balón, y 2) El balón no puede contactar el piso.

Durante el proceso de formación de jóvenes voleibolistas, el objetivo primordial debe apuntar a que el jugador cuente con un amplio bagaje técnico (Moreno, 2006), sabiendo que el voleibol es un deporte abierto con gran incertidumbre en el que los jugadores deben adaptarse a su ambiente cambiante en una situación de déficit de tiempo (Sáez et al, 2013).

En el voleibol moderno, el bloqueo constituye el fundamento técnico más importantísimo, entendiendo que en la transición del juego, es el primer y principal arma



ofensiva, que determina la calidad de juego y el éxito del partido (Fernández Del Valle, Salas y Molina, 2009; Grgantov, Katic y Jankovic, 2006; Grgantov, Nedovic y Katic, 2007; Lin, 2014), principalmente en los sets decisivos (Katic, Grgantov y Jurko, 2006). La eficiencia del bloqueo marca la diferencia entre los equipos que obtienen la victoria o la derrota en el juego (Gea y Molina, 2013).

El bloqueo es el único fundamento técnico que disminuye las posibilidades de éxito del ataque (Castro, Souza y Mesquita, 2011; Muchaga, 1997), dando la posibilidad de conseguir puntos directos y seguir sacando (Díaz, 2014).

El bloqueo se encuentra a la cabeza de todos los fundamentos técnicos en el voleibol competitivo, pero curiosamente es el último elemento técnico que el jugador desarrolla (Ureña, 2010), más aun que no se utilizan metodologías de enseñanza coherentes con el grupo de edad y nivel de formación deportiva (Donega, 2007; Vásconez, 2010), por tanto, los procesos de aprendizaje no son correctamente perseguidos y concretados durante los escalones de formación (Côté, Turnnidge y Evans, 2014).

Dada esta problemática, aplicamos la estrategia de enseñanza global para mejorar el aprendizaje del bloqueo en jugadoras de la Academia de Voleibol Semillitas y Talentos Puno.

La investigación se desarrolló en base al siguiente objetivo general: determinar la eficacia de la estrategia de enseñanza global para el aprendizaje del bloqueo del voleibol en jugadoras de la categoría infantil de la Academia de Voleibol Semillitas y Talentos Puno. Asimismo, como objetivos específicos se consideraron lo siguiente: 1) Describir el aprendizaje del bloqueo del voleibol en jugadoras de la categoría infantil de la Academia de Voleibol Semillitas y Talentos Puno, antes de la aplicación de la estrategia de enseñanza global. Y 2) Describir el aprendizaje del bloqueo del voleibol en jugadoras de



la categoría infantil de la Academia de Voleibol Semillitas y Talentos Puno, después de la aplicación de la estrategia de enseñanza global.



## CAPITULO II

### REVISIÓN DE LITERATURA

#### 2.1. Antecedentes

Montoro y Hernández (2014) en España, con el objetivo de profundizar en el conocimiento de la acción del bloqueo dentro del voleibol femenino; estudiaron a jugadoras de voleibol de diferentes categorías (Liga FEV, División de Honor y competiciones internacionales) en el periodo comprendido entre 2005 y 2007; concluyeron en que se ha encontrado una mayor complejidad en los modelos de ejecución técnica del bloqueo cuanto mayor es el nivel de competición.

Calisaya (2017) en Puno-Perú, con el objetivo de determinar el nivel de fundamentos técnicos del voleibol en los estudiantes del 6to grado de las instituciones educativas primarias N° 70494 Túpac Amaru de Macari y Adventista Titicaca Juliaca; estudio a una muestra de 68 estudiantes de edades entre 10 y 12 años; concluyendo en que el nivel de fundamentos técnicos de los sujetos en estudio es deficiente.

Ccasa y Nina (2017) en Puno-Perú, con el objetivo de demostrar la eficacia del programa de entrenamiento deportivo global para mejorar los fundamentos técnicos del voleibol en la selección femenina categoría B de la institución educativa secundaria emblemática María Auxiliadora de Puno; estudiaron a 15 de jugadoras; concluyendo en que la aplicación del programa de entrenamiento deportivo global mejoro significativamente el nivel de aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol.

Bernedo (2014) en Puno-Perú, con el objetivo de determinar la aplicación de un programa de aprendizaje en las participantes de la disciplina del voleibol del Club Deportivo Universitario de la UNA-Puno; estudio a 24 jugadoras; concluyendo en que la enseñanza del voleibol es característico del deporte, teniendo patrones natos que hacen que este juego sea único y uno de los más aceptados a nivel mundial. El aprendizaje en



las deportistas fue bueno, como indica el trabajo de investigación, no obstante, el aprender los fundamentos, no garantiza el resultado de partidos o campeonatos. Solo es una base de toda una pirámide de conocimientos que se deben de aplicar y aprender, siendo este, otro tema de estudio en un futuro.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. Estrategia de enseñanza global**

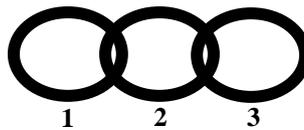
La estrategia de enseñanza global (EEG) es un conjunto de apartados asociados progresivos que orientan la enseñanza-aprendizaje de los fundamentos técnicos en función al patrón de juego (Mamani et al., 2018).

La EEG está integrado por tres apartados:

- 1) Iniciación.-** Se basa en la adquisición de la ejecución corporal y automatización del movimiento. Este apartado es el eje sobre el cual se desarrolla el resto de apartados, si en este es mal aprendido o no se aprenda adecuadamente la ejecución de los fundamentos técnicos, es casi seguro de que en adelante sean ejecutados como fueron aprendidos, lo que perjudicará el desarrollo deportivo del jugador, no solamente eso, pueda que abandone la práctica deportiva o sea retirado de equipos o seleccionados competitivos. En ese sentido, la adquisición de la ejecución corporal muy bien aprendida, permite automatizarse tal cual fue aprendida. El tiempo dedicado en este apartado debe ser prudente, no se trata de avanzar por avanzar, tener mucha paciencia.
- 2) Perfeccionamiento.-** Consiste en la ejecución de ejercicios con dirección aproximada y precisión del mismo. En este apartado, no solamente se trata de que se ejecute correctamente los fundamentos técnicos, si no de que estos sean ejecutados orientando hacia un punto u objetivo específico, pero con cierto rango de error en una primera instancia, y en segunda tal como se indique o señale.

**3) Perfeccionamiento-juego.-** Comprende la ejecución de ejercicios en forma de juego y juego propiamente dicho. Todo fundamento técnico desde el primer apartado debe estar orientado en función a la forma de juego a emplear contra los adversarios. Exactamente en este apartado se trabaja simulando situaciones reales de juego, posteriormente a ello se introduce en el juego propiamente dicho.

La funcionalidad de la asociación progresiva se representa en la figura 1.



**Figura 1. Asociación progresiva de la E-A de los fundamentos técnicos del voleibol (Mamani et al., 2018).**

Lo elemental de la EEG es que el jugador logre dominar los fundamentos técnicos de manera racional y que conozca-comprenda cada uno de los movimientos corporales que intervienen en su ejecución (García, 2013) y sobre todo logre alcanzar la cúspide de la pirámide deportiva (Sarmiento, 2015), acorde al grupo de edad y nivel de formación en el que se encuentre.

Como la investigación se basa únicamente del fundamento técnico del bloqueo, se elaboró un programa (Figura 2.2.) siguiente las pautas de la EEG y según recomendaciones de (Bizzocchi, 2000; Bojikian, 2005; Donega, 2007; Vargas, 1991).

**Figura 2. Programa de enseñanza-aprendizaje para el bloqueo categoría infantil**

<b>Ejecución técnica</b>	<b>Iniciación</b>	<b>Perfeccionamiento</b>	<b>Perfeccionamiento-juego</b>
<b>Desplazamiento</b>	<b>Iniciación</b>	<b>Perfeccionamiento</b>	<b>Perfeccionamiento-juego</b>

Mes	D1	D2	D3	Mic
<b>I</b>	<p>Posición de expectativa para bloqueo pies*</p> <p>Posición de expectativa para bloqueo tronco-cabeza-brazos*</p> <p><b>Desplazamiento corto con pausa con señalización en el piso movimiento de pies paso lateral-cruzado**</b></p> <p><b>Desplazamiento corto con pausa con señalización en el piso-red paso lateral-cruzado**</b></p> <p><b>Desplazamiento corto una sola dirección (derecha-izquierda) 1 repetición con señalización en el piso-red paso cruzado**</b></p> <p><b>Desplazamiento corto una sola dirección (derecha-izquierda) 2 repeticiones con señalización en el piso-red paso cruzado**</b></p>	<p>Posición de expectativa para bloqueo pies*</p> <p>Posición de expectativa para bloqueo tronco-cabeza-brazos*</p> <p>Extensión-flexión de brazos*</p> <p>Posición de manos*</p> <p><b>Desplazamiento corto con pausa con señalización en el piso movimiento de pies paso lateral-cruzado**</b></p> <p><b>Desplazamiento corto con pausa con señalización en el piso-red paso lateral-cruzado**</b></p> <p><b>Desplazamiento corto una sola dirección (derecha-izquierda) 1 repetición con señalización en el piso-red paso cruzado**</b></p> <p><b>Desplazamiento corto una sola dirección (derecha-izquierda) 2 repeticiones con señalización en el piso-red paso cruzado**</b></p>	<p>Posición de expectativa para bloqueo tronco-cabeza-brazos*</p> <p>Extensión-flexión de brazos*</p> <p>Posición de manos*</p> <p>Posición de manos, lanzando el balón hacia abajo*</p> <p><b>Desplazamiento corto una sola dirección (derecha-izquierda) 1 repetición con señalización en el piso-red paso cruzado**</b></p> <p><b>Desplazamiento corto una sola dirección (derecha-izquierda) 2 repeticiones con señalización en el piso-red paso cruzado**</b></p> <p><b>Desplazamiento corto una sola dirección (derecha-izquierda) 3 repeticiones con señalización en el piso-red paso cruzado**</b></p> <p><b>Desplazamiento corto ida-vuelta con señalización en el piso-red paso cruzado**</b></p>	<b>1</b>
<b>I</b>	<p>Extensión-flexión de brazos*</p> <p>Posición de manos*</p> <p>Posición de manos, lanzando el balón hacia abajo*</p> <p>Extensión-flexión de brazos- posición de manos invadiendo la red en contacto con el piso*</p>	<p>Extensión-flexión de brazos- posición de manos invadiendo la red en contacto con el piso*</p> <p>Flexión-extensión de piernas en contacto con el piso con brazos y manos estiradas*</p>	<p>Extensión-flexión de brazos- posición de manos invadiendo la red en contacto con el piso*</p> <p>Flexión-extensión de piernas en contacto con el piso con brazos y manos estiradas*</p>	<b>2</b>



	<p>Flexión-extensión de piernas en contacto con el piso con brazos en posición de expectativa*</p> <p>Desplazamiento corto una sola dirección (derecha-izquierda) 3 repeticiones con señalización en el piso-red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento corto ida-vuelta con señalización en el piso-red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento corto ida-vuelta-ida con señalización en el piso-red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento normal una sola dirección (derecha-izquierda) 1 repetición con señalización en el piso-red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento normal una sola dirección (derecha-izquierda) 2 repeticiones con señalización en el piso-red paso cruzado**</p>	<p>Extensión-flexión de brazos-posición de manos invadiendo la red en contacto con el piso, contactando un balón sostenido*</p> <p>Extensión-flexión de brazos-posición de manos invadiendo la red en contacto con el piso con balón golpeado*</p> <p>Desplazamiento corto ida-vuelta con señalización en el piso-red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento corto ida-vuelta-ida con señalización en el piso-red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento normal una sola dirección (derecha-izquierda) 1 repetición con señalización en el piso-red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento normal una sola dirección (derecha-izquierda) 2 repeticiones con señalización en el piso-red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento normal ida-vuelta con señalización en el piso-red paso cruzado**</p>	<p>Extensión-flexión de brazos-posición de manos invadiendo la red en contacto con el piso, contactando un balón sostenido*</p> <p>Extensión-flexión de brazos-posición de manos invadiendo la red en contacto con el piso con balón golpeado*</p> <p>Desplazamiento normal una sola dirección (derecha-izquierda) 1 repetición con señalización en el piso-red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento normal una sola dirección (derecha-izquierda) 2 repeticiones con señalización en el piso-red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento normal ida-vuelta con señalización en el piso-red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento normal ida-vuelta-ida con señalización en el piso-red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento normal ida-vuelta-ida-vuelta con señalización en el piso-red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento largo una sola dirección (derecha-izquierda) 2 repeticiones con señalización en la red paso cruzado**1</p>	
I	<p>Impulso-amortiguamiento en el mismo lugar con brazos en posición de expectativa*</p>	<p>Impulso-amortiguamiento en el mismo lugar con brazos y manos estiradas*</p>	<p>Impulso-suspensión-amortiguamiento en el mismo lugar con brazos en posición de expectativa*</p>	3



<p>Impulso-amortiguamiento en el mismo lugar con brazos y manos estiradas*</p> <p>Extensión-flexión de brazos-posición de manos invadiendo la red en contacto con el piso con balón golpeado*</p> <p>Desplazamiento normal ida-vuelta con señalización en el piso-red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento normal ida-vuelta-ida con señalización en el piso-red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento normal ida-vuelta-ida-vuelta con señalización en el piso-red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento largo una sola dirección (derecha-izquierda) 1 repetición con señalización en la red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento largo una sola dirección (derecha-izquierda) 2 repeticiones con señalización en la red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento largo ida-corto vuelta con señalización en la red paso cruzado**</p>	<p>Impulso-suspensión-amortiguamiento en el mismo lugar con brazos en posición de expectativa*</p> <p>Impulso-suspensión-amortiguamiento con extensión-flexión de brazos-posición de manos*</p> <p>Extensión-flexión de brazos-posición de manos invadiendo la red en contacto con el piso con balón golpeado*</p> <p>Impulso-suspensión-amortiguamiento contactándose las manos en parejas*</p> <p>Desplazamiento normal ida-vuelta con señalización en el piso-red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento normal ida-vuelta-ida con señalización en el piso-red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento normal ida-vuelta-ida-vuelta con señalización en el piso-red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento largo una sola dirección (derecha-izquierda) 1 repetición con señalización en la red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento largo una sola dirección (derecha-izquierda) 2 repeticiones con señalización en la red paso cruzado**</p>	<p>Impulso-suspensión-amortiguamiento con extensión-flexión de brazos-posición de manos*</p> <p>Impulso-suspensión-amortiguamiento contactándose las manos en parejas*</p> <p>Impulso-suspensión-amortiguamiento pasándose un balón en parejas*</p> <p>Impulso-suspensión-amortiguamiento contactando dos balones*</p> <p>Desplazamiento largo ida-corto vuelta con señalización en la red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento largo ida-largo vuelta con señalización en la red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento largo ida-largo vuelta-corto ida con señalización en la red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento largo ida-largo vuelta-largo ida con señalización en la red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento variado con balón estático sobre la red**</p> <p>Desplazamiento variado con ataque de dos balones**</p> <p>Desplazamiento variado con ataque de tres balones**</p>
--	--	---



		Desplazamiento largo ida-corto vuelta con señalización en la red paso cruzado**		
		Desplazamiento largo ida-largo vuelta con señalización en la red paso cruzado**		
I	<p>Impulso-suspensión-amortiguamiento pasándose un balón en parejas*</p> <p>Impulso-suspensión-amortiguamiento contactando dos balones*</p> <p>Impulso-suspensión-amortiguamiento con balón golpeado*</p> <p>Impulso-suspensión-amortiguamiento próximo a la antena con orientación de brazos hacia el interior izquierdo-derecho del terreno de juego*</p> <p>Lectura siguiendo el pase de la levantadora-movimiento de brazos-manos*</p> <p>Lectura siguiendo la carrera del atacante*</p> <p>Desplazamiento largo ida-largo vuelta-corto ida con señalización en la red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento largo ida-largo vuelta-largo ida con señalización en la red paso cruzado**</p> <p>Desplazamiento variado con balón estático sobre la red**</p>	<p>Impulso-suspensión-amortiguamiento contactando dos balones*</p> <p>Impulso-suspensión-amortiguamiento con balón golpeado*</p> <p>Impulso-suspensión-amortiguamiento próximo a la antena con orientación de brazos hacia el interior izquierdo-derecho del terreno de juego*</p> <p>Lectura siguiendo el pase de la levantadora-movimiento de brazos-manos*</p> <p>Lectura siguiendo la carrera del atacante*</p> <p>Desplazamiento variado con ataque de dos balones**</p> <p>Desplazamiento variado con ataque de tres balones**</p> <p>Desplazamiento variado con ataque entre 4 a 8 balones**</p> <p>Desplazamiento corto con pase estático-levantamiento-ataque**</p>	<p>Impulso-suspensión-amortiguamiento contactando dos balones*</p> <p>Impulso-suspensión-amortiguamiento próximo a la antena con orientación de brazos hacia el interior izquierdo-derecho del terreno de juego*</p> <p>Lectura siguiendo el pase de la levantadora-movimiento de brazos-manos*</p> <p>Lectura siguiendo la carrera del atacante*</p> <p>Lectura siguiendo el pase de la levantadora y carrera del atacante*</p> <p>Desplazamiento corto con pase estático-levantamiento-ataque**</p> <p>Desplazamiento en juego con pase estático-levantamiento-ataque**</p>	4



	Desplazamiento variado con ataque de dos balones** Desplazamiento variado con ataque de tres balones** Desplazamiento variado con ataque entre 4 a 8 balones**			
II	Impulso-suspensión-amortiguamiento próximo a la antena con orientación de brazos hacia el interior izquierdo-derecho del terreno de juego* Lectura siguiendo el pase de la levantadora-movimiento de brazos-manos* Lectura siguiendo la carrera del atacante* Lectura siguiendo el pase de la levantadora y carrera del atacante* Bloqueo de ataques con secuencia ilógica* Desplazamiento corto con pase estático-levantamiento-ataque** Desplazamiento en juego con pase estático-levantamiento-ataque**	Lectura siguiendo el pase de la levantadora y carrera del atacante* Bloqueo de ataques con secuencia ilógica* Bloqueo de ataques con secuencia ilógica* Desplazamiento en juego con pase estático-levantamiento-ataque** Desplazamiento corto con pase estático-defensa-levantamiento-ataque**	Bloqueo de ataques con secuencia ilógica* Bloqueo de ataques con secuencia ilógica* Desplazamiento corto con pase estático-defensa-levantamiento-ataque** Desplazamiento en juego con pase estático-defensa-levantamiento-ataque**	5
II	Bloqueo de ataques con secuencia ilógica* Bloqueo de ataques con secuencia lógica-ilógica variados* Desplazamiento en juego con pase estático-defensa-levantamiento-ataque**	Bloqueo de ataques con secuencia lógica-ilógica variados* Bloqueo en situación de juego contra un equipo* Desplazamiento juego contra un equipo**	Bloqueo de ataques con secuencia lógica-ilógica variados* Bloqueo en situación de juego contra un equipo* Desplazamiento juego contra un equipo**	6

Mes = Mesociclo

D1 = Día 1



D2 = Día 2

D3 = Día 3

Mic = Microciclo

\* Ejecución técnica

\*\* Desplazamiento

### **2.2.2. Bloqueo**

En el voleibol moderno, el bloqueo constituye el fundamento técnico más importantísimo, entendiéndose que en la transición del juego, es el primer y principal arma ofensiva, que determina la calidad de juego y el éxito del partido (Fernández Del Valle et al, 2009; Grgantov et al., 2006; Grgantov et al., 2007; Lin, 2014), principalmente en los sets decisivos (Katic et al., 2006). La eficiencia del bloqueo marca la diferencia entre los equipos que obtienen la victoria o la derrota en el juego (Gea y Molina, 2013).

En esa línea, se entiende el bloqueo como la pantalla que aparece por encima del borde superior de la red, que busca detener o disminuir la capacidad de ataque del equipo oponente, pudiendo participar uno, dos o tres jugadores (Grimaraes, 2006; Grupo de Estudio Kinesis, 2002; Lucas, 2005).

La enseñanza-aprendizaje del bloqueo implica desarrollar dos elementos a la par, la ejecución técnica y desplazamiento (ver figura 2.2.).

#### **2.2.1.1. Ejecución técnica**

Este elemento para la enseñanza debe seguir la siguiente descripción técnica (Colegio Peruano de Entrenadores de Voleibol COPEV, 2007; Cortina, 2007; Federación Internacional de Voleibol FIVB, 2011; Grimaraes, 2006; Drauschke, Kroger, Schulz y Utz, 2011; Lucas, 2005).



### ***Preparación***

- Posición de expectativa media detrás de la línea central frente a la red (25 a 15 cm).
- Los pies se colocan alineados, separados algo superior al ancho de los hombros (peso del cuerpo parte anterior de los pies).
- Piernas ligeramente flexionadas.
- Tronco derecho.
- Brazos flexionados hacia abajo con las manos a la altura de los hombros, palmas hacia delante con los dedos separados.
- Cabeza recta con la mirada hacia el frente visionando el balón.

### ***Bloqueo***

- Flexión de piernas, bajar ligeramente el centro de gravedad del cuerpo en el lugar del salto.
- Salto explosivo con ambas piernas en la vertical de forma paralela a la red.
- Piernas y tronco rectos.
- Cabeza recta con la mirada hacia las manos-balón.
- Brazos totalmente rectos hacia arriba e inclinados hacia delante.
- Manos separadas sin sobrepasar los 20 cm.
- Dedos separados con inclinación hacia el piso.
- Suspensión.
- Caída-amortiguamiento.

#### **2.2.1.2.Desplazamiento**

La ejecución de este elemento para la enseñanza debe seguir las siguientes especificaciones (COPEV, 2007; FIVB, 2011; Grimaraes, 2006; Lucas, 2005).



### **Paso lateral**

- Posición de expectativa media detrás de la línea central frente a la red (25 a 15 cm).
- Movimiento del pie más próximo a la dirección objetivo.
- Movimiento del pie de acompañamiento.
- Pies alineados paralelos a la red.

### **Paso cruzado**

- Posición de expectativa media detrás de la línea central frente a la red (25 a 15 cm).
- Giro de los pies con dirección al punto objetivo.
- Movimiento del pie más alejado al punto objetivo cruzando por delante del pie más próximo.
- Movimiento del pie más próximo siguiendo al pie que cruzo.
- Giro de pies, terminando alineados paralelos a la red.

## CAPITULO III

### MATERIALES Y MÉTODOS

#### 3.1. Tipo y diseño

El estudio es de tipo experimental, de diseño pre-experimental con pre y post test (Hernández, Fernández y Baptista, 2014), donde se buscó mejorar el aprendizaje del bloqueo en el voleibol en jugadoras de la categoría infantil de la Academia de Voleibol Semillitas y Talentos Puno, mediante la aplicación de la EEG.

#### 3.2. Población y muestra

La población de estudio está constituida por la totalidad de jugadoras que son parte de la Academia de Voleibol Semillitas y Talentos Puno.

**Tabla 1. Población de estudio**

Categoría	Total	%
Pre-infantil	19	40.4
Infantil	14	29.8
Menores	14	29.8
<b>Total</b>	<b>47</b>	<b>100.00</b>

**Fuente:** Nómina de matriculados en la Academia de Voleibol Semillitas y Talentos Puno, 2019.

En el estudio como muestra participaron 14 jugadoras de voleibol de la categoría infantil (grupo experimental) de la Academia de Voleibol Semillitas y Talentos Puno, de edades entre 12 y 14 años. La selección de jugadoras no ha sido al azar, ya que la selección de una muestra en situación de competición es una tarea compleja que está condicionada por las características del deporte y de la propia competición, utilizándose por tanto un muestreo natural (Ccasa y Nina, 2017), en el que se han incluido la totalidad de jugadoras que cumplen dos condiciones: 1) Jugadoras que realizan un entrenamiento mínimo de 08



horas semanales, en cuatro días, a dos horas por día; y 2) Jugadoras que dieron su consentimiento verbal y por escrito, con la aceptación de sus padres.

### **3.3. Instrumento**

El instrumento que se utilizó para la recogida de datos fue la ficha de evaluación de ejecución técnica y desplazamiento para el bloqueo para jugadores de voleibol categoría infantil propuesto por Ccasa y Nina, 2017. Estos autores en su investigación también trabajaron con jugadoras de la categoría infantil, siendo la reproductividad del instrumento de 0.991 (test-retest), por tanto, es confiable.

### **3.4. Análisis estadístico**

El análisis estadístico se realizó en función al análisis porcentual, media y prueba T para muestras relacionadas, apoyado en el Software SPSS.

## CAPITULO IV

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 4.1. RESULTADOS

**Tabla 2. Aprendizaje del bloqueo pre test**

	Ejecución técnica		Desplazamiento		Bloqueo	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Muy bueno (18-20)	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Bueno (15-17)	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Regular (11-14)	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Deficiente (07-10)	14	100,0	8	57,1	14	100,0
Muy deficiente (00-06)	0	0,0	6	42,9	0	0,0
<b>Total</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>

La tabla 2 nos presenta resultados de aprendizaje del bloqueo en el pre test, respecto a la ejecución técnica, desplazamiento y bloqueo propiamente dicho. Ejecución técnica, el 100,0% de jugadoras evidencian una ejecución técnica deficiente. Desplazamiento, el 57,1% de jugadoras evidencian un desplazamiento deficiente y el 42,9% muy deficiente. Bloqueo propiamente dicho, el 100,0% evidencian un bloqueo deficiente.

Los resultados demuestran que el aprendizaje del bloqueo está en un descuido tremendo, es decir, los profesores no le dan a este fundamento técnico su debida importancia, más aun que el bloqueo constituye el fundamento técnico más importantísimo, entendiendo que en la transición del juego, es el primer y principal arma ofensiva, que determina la calidad de juego y el éxito del partido (Fernández Del Valle, Salas y Molina, 2009; Grgantov, Katic y Jankovic, 2006; Grgantov, Nedovic y Katic, 2007; Lin, 2014). Ureña (2010) señala que el bloqueo se encuentra a la cabeza de todos

los fundamentos técnicos en el voleibol competitivo, pero curiosamente es el último elemento técnico que el jugador desarrolla. En este caso en particular, se observa que las jugadoras no desarrollaron el fundamento técnico del bloqueo, y si lo hicieron no aplicaron una metodología de enseñanza coherente con el grupo de edad y nivel de formación deportiva (Donega, 2007; Vásconez, 2010), por lo que, los procesos de aprendizaje no fueron correctamente perseguidos y concretados durante los escalones de formación (Côté, Turnnidge y Evans, 2014).

**Tabla 3. Aprendizaje del bloqueo post test**

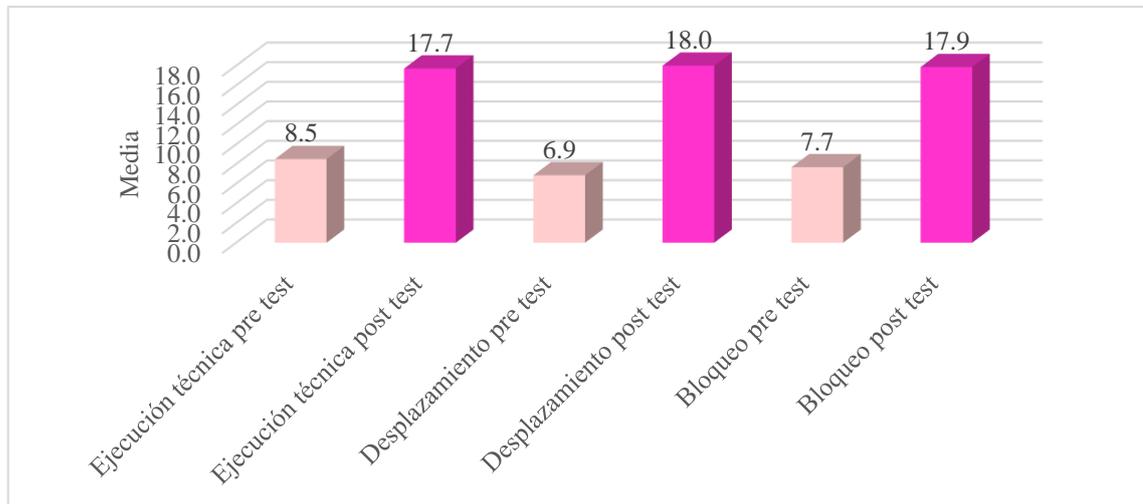
	Ejecución técnica		Desplazamiento		Bloqueo	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Muy bueno (18-20)	8	57,1	11	78,6	13	92,9
Bueno (15-17)	6	42,9	3	21,4	1	7,1
Regular (11-14)	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Deficiente (07-10)	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Muy deficiente (00-06)	0	0,0	0	0,0	0	0,0
<b>Total</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>	<b>14</b>	<b>100,0</b>

La tabla 3. presenta resultados de aprendizaje del bloqueo en el post test, respecto a la ejecución técnica, desplazamiento y bloqueo propiamente dicho. Ejecución técnica, el 57,1% de jugadoras evidencian una ejecución técnica muy buena y el 42,9% buena. Desplazamiento, el 78,6% de jugadoras evidencian un desplazamiento muy bueno y el 21,4% bueno. Bloqueo propiamente dicho, el 92,9% evidencian un bloqueo muy bueno y el 7,1% bueno.

Los resultados demuestran, que el seguir un proceso correcto de enseñanza del bloqueo o cualquier otro fundamento técnico, trae consigo muy buenos resultados. Los resultados alcanzados por Bernedo (2014) corroboran los alcanzados en el estudio, quien

aplicó un programa de voleibol, donde el resultado del aprendizaje de los fundamentos técnicos-bloqueo de las deportistas fue buena.

**Figura 3. Aprendizaje del bloqueo pre y post test**



La figura 3. presenta resultados de media de aprendizaje del bloqueo del pre y post test, respecto a la ejecución técnica, desplazamiento y bloqueo propiamente dicho. Ejecución técnica, la media de aprendizaje en el pre test es de 8.5 y el post test de 17.7, teniendo una diferencia de 9.2. Desplazamiento, la media de aprendizaje en el pre test es de 6.9 y el post test de 18.0, teniendo una diferencia de 11.1. Bloqueo propiamente dicho, la media de aprendizaje en el pre test es de 7.7 y el post test de 17.9, teniendo una diferencia de 10.2.



## 4.2. Análisis inferencial

La prueba de hipótesis se realizó teniendo en cuenta lo siguiente:

- 1) Establecimiento de hipótesis
- 2) Nivel de significancia ( $\alpha$ )
- 3) Cálculo de P-Valor
- 4) Prueba T para muestras relacionadas

### 1) Establecimiento de hipótesis

Ho: No existe diferencia significativa en el aprendizaje del bloqueo del voleibol en jugadoras de la categoría infantil de la Academia de Voleibol Semillitas y Talentos Puno, entre el pre y post test, tras la estrategia de enseñanza global.

H1: Existe diferencia significativa en el aprendizaje del bloqueo del voleibol en jugadoras de la categoría infantil de la Academia de Voleibol Semillitas y Talentos Puno, entre el pre y post test, tras la estrategia de enseñanza global.

### 2) Nivel de significancia ( $\alpha$ )

$\alpha=5\%$  o 0.05, significa que en el estudio existe 5% o 0.05 de probabilidad de error y 95% o 0.95 de confianza.



### 3) Cálculo de P-Valor

El cálculo de P-Valor se dio a través de la prueba de normalidad de Chapiro Wilk por ser la muestra inferior a 50.

#### *Normalidad*

P-Valor (pre test) = 0.142 >  $\alpha = 0.05$

P-Valor (post test) = 0.113 >  $\alpha = 0.05$

#### *Conclusión*

Los datos del pre y post test provienen de una distribución normal.

### 4) Prueba T para muestras relacionadas

**Tabla 4 Prueba T para muestras relacionadas**

	t	gl	Sig. (bilateral)
Bloqueo pre test - bloqueo post test	-42,779	13	0.000

Según resultados de la tabla 4, se evidencia que existe diferencia significativa en el aprendizaje del bloqueo entre el pre y post test ( $p = 0,000 < 0,05$ ). Por tanto, se afirma que la estrategia de enseñanza global mejora significativamente el aprendizaje del bloqueo (ejecución técnica y desplazamiento).

La progresión metodológica asociada, en definitiva asegura un muy buen nivel de aprendizaje de cualquier fundamento técnico, tal como lo demuestran Mamani et al. (2018). La riqueza y diferencia del presente estudio recae en haber desarrollado un programa de enseñanza-aprendizaje específico del bloqueo, el que puede ser utilizado por



cualquier profesor especialista, sin olvidar que esto es únicamente aplicable a deportistas que se encuentran en etapa de formación.



## V. CONCLUSIONES

**PRIMERA.-** El aprendizaje del bloqueo en jugadoras de la categoría infantil de la Academia de Voleibol Semillitas y Talentos Puno, antes de la aplicación de la estrategia de enseñanza global, es deficiente, por cuanto, no siguen los patrones de movimiento, ni para la ejecución técnica ni desplazamiento.

**SEGUNDA.-** El aprendizaje del bloqueo en jugadoras de la categoría infantil de la Academia de Voleibol Semillitas y Talentos Puno, después de la aplicación de la estrategia de enseñanza global, es muy bueno, quienes siguen los patrones de movimiento, tanto para la ejecución técnica y desplazamiento.

**TERCERA.-** La estrategia de enseñanza global permite un aprendizaje significativo del bloqueo, haciendo que el mismo sea aprendido de manera racional cada uno de movimientos corporales que intervienen en su ejecución.



## VI. RECOMENDACIONES

**PRIMERA.-** Los profesores-entrenadores de voleibol deben incidir en la enseñanza-entrenamiento del bloqueo desde las etapas de iniciación-formación, siguiendo pautas metodológicas pertinentes.

**SEGUNDA.-** Los equipos de voleibol deben utilizar el bloqueo dentro del juego como un elemento clave, por cuanto, constituye el fundamento técnico más importantísimo, entendiendo que en la transición del juego, es el primer y principal arma ofensiva, que determina la calidad de juego y el éxito del partido, principalmente en los sets decisivos.

**TERCERA.-** Los profesores-entrenadores de voleibol deben enseñar-entrenar el bloqueo en base al programa facilitado en el estudio, a su vez, deben diseñar un programa de enseñanza-entrenamiento del bloqueo para distintas etapas de formación, haciendo hincapié en el inicio, porque de ello dependerá el éxito personal deportivo y del equipo.



## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Bernedo, H. (2014). Aplicación de un programa de aprendizaje en las participantes de la disciplina de vóleybol del Club Deportivo Universitario de la UNA-Puno (Tesis de pregrado). Universidad Nacional del Altiplano, Puno.
- Bizzocchi, C. (2000). O voleibol de alto nível: da iniciação à competição. São Paulo, Brasil: Fazendo Arte.
- Bojikian, J. (2005). Ensinando voleibol. Sao Paulo, Brasil: Phorte Editora.
- Calisaya, H. (2017). Nivel de fundamentos técnicos del voleibol en los estudiantes del 6to grado de las instituciones educativas primarias N° 70494 Túpac Amaru de Macari y Adventista Titicaca Juliaca (Tesis de pregrado). Universidad Nacional del Altiplano, Puno.
- Castro, J., Souza, A., y Mesquita, I. (2011). Attack efficacy in volleyball: elite male teams. *Perceptual and Motor Skills*, 113(2), 395-408. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22185054>
- Ccasa, N., y Nina, D. (2017). Programa de entrenamiento deportivo global para mejorar los fundamentos técnicos del voleibol en la selección femenina categoría B de la institución educativa secundaria emblemática María Auxiliadora de Puno (Tesis de pregrado). Universidad Nacional del Altiplano, Puno.
- Colegio Peruano de Entrenadores de Voleibol. (2007). Voleibol. Manual para entrenadores de voleibol nacional I. Lima.
- Côté, J., Turnnidge, J., y Evans, M. (2014). The dynamic process of development through sport. *Kinesiologia Slovenica*, 20(3), 14-26. Recuperado de <https://www.dlib.si/stream/URN:NBN:SI:DOC-78F5K2TW/2b08f4a8-6c0e-4684-b961-e6a79ffbd842/PDF>



- Cortina, L. (2007). Voleibol fundamentos técnicos. México: Facultad de Estudios Superiores Zaragoza.
- Díaz, M. (2014). Estudio de la estructura formal de la defensa en voleibol masculino de alto rendimiento (Tesis doctoral). Universidad de Huelva.
- Donega, A. (2007). Análise do processo de ensino-aprendizagemtreinamento do voleibol mirim masculino catarinense: um estudo de casos (Tesis de maestría). Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, Brasil.
- Drauchke, K., Kroger, C., Schulz, A. y Utz, M. (2011). El entrenador de voleibol. Barcelona: Paidotribo.
- Federación Internacional de Voleibol FIBV. (2011). Manual para entrenadores. Recuperado de <http://www.fivb.org/EN/Technical-Coach/Document/CoachManual/Spanish/files/assets/downloads/publication.pdf>
- Federación Internacional de Voleibol FIBV. (2016). Manual para entrenadores Nivel II. Recuperado de [file:///C:/Users/ADNIN/Downloads/Coaches\\_Manual\\_Level\\_II\\_ES%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/ADNIN/Downloads/Coaches_Manual_Level_II_ES%20(2).pdf)
- Fernández Del Valle, M., Salas, C., y Molina, J. (2009). Variaciones técnico-tácticas en el bloqueo ante ataques de tiempo cero en función de las variables contextuales: la influencia del marcador en voleibol. *Cronos*, 8(14), 71-78. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3056435>
- García, L. (2013). Voleibol fundamentación. Colombia: Kinesis.
- Gea, G., y Molina, J. (2013). Análisis del sistema defensivo en primera línea en voley playa femenino. *International Journal of Sport Science*, 33(9), 282-297. Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/710/71028042007/>



- Grgantov, Z, Katić, R., y Janković, V. (2006). Morphological characteristics, technical and situation efficacy of young female volleyball players. *Collegium Antropologicum*, 30(1), 87-96. Recuperado de <https://hrcak.srce.hr/8896>
- Grgantov, Z.: Nedovic, D., & Katic, R. (2007). Integration of technical and situation efficacy into the morphological system in young female volleyball players. *Collegium Amtropologicum*, 31(1), 267-273. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17598412>
- Grupo de Estudio Kinesis. (2002): Voleibol básico. Colombia: Editorial Kinesis.
- Guimaraes, T. (2006). Voleibol. Iniciación y alto rendimiento. Bogotá, Colombia: Cooperativa Editorial Magisterio.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación. México: Interamericana Editores, S.A. de C.V.
- Katic, R.; Grgantov, Z., y Jurko, D. (2006). Motor structures in female volleyball players aged 14- 17 according to technique quality and performance. *Collegium Amtropologicum*, 30(1), 103-112. Recuperado de <https://pdfs.semanticscholar.org/b2af/83e3fe0b8202fcd498b93a0e4bcc96a6ce26.pdf>
- Lin, K. (2014). Applying game theory to volleyball strategy. Landing techniques in volleyball. *Journal of Performance Analysis in Sport*, 14(3), 761-774. <https://doi.org/10.1080/24748668.2014.11868756>
- Lucas, J. (2005). El voleibol. Iniciación y perfeccionamiento. Barcelona, España: Paidotribo.
- Mamami, A, Huayanca, P., Mamani, N., Manzaneda, P., Casa, N., Nina, D., y Fuentes López, J. (2018). Estrategia de enseñanza global para el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol en jugadoras de la categoría infantil. *Sportis*.



Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity, 4(3), 574-586. <https://doi.org/10.17979/sportis.2018.4.3.3396>

Montoro, J., y Hernández, A. (2014). Incidencia del nivel de competición en el rendimiento del bloqueo en voleibol femenino. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 36(10), 144-155. Recuperado de <https://www.cafyd.com/REVISTA/03605.pdf>

Moreno, A. (2006). El conocimiento táctico en voleibol en jugadores en etapas de formación. Madrid: CV Ciencias del Deporte.

Muchaga, L. F. (1997). Sistema de ataque. Estructura. Documento inédito concentración permanente júnior.

Porath, M., Collet, C., Milistetd, M., das Neves, W., y Vieira, J. (2016). Nível de Desempenho Técnico-Tático das Equipas de Voleibol em Escalões de Formação. *Motricidade*, 12(2), 8-17. DOI: <https://doi.org/10.6063/motricidade.6012>

Sáez, N., Vila, S., Abellán, J., y Contreras, O. (2013). Análisis del comportamiento visual y la toma de decisiones en el bloqueo en voleibol. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 13(2), 31-43. Recuperado de <http://revistas.um.es/cpd/article/view/180411>

Ureña, A. (2007). Técnica en Pequevoley. Artículos Técnicos de Voleibol. Real Federación Española de Voleibol.

Ureña, A. (2010). Técnica. Programa de la asignatura de técnica. Curso Nacional de Entrenadores de voleibol de Nivel III. Barcelona: FEVB.

Vargas, R. (1991). Voleibol 1001 ejercicios y juegos. Madrid, España: Editorial Augusto E. Pila Teleña S.A.

Vásconez, F. (2010). La preparación metodológica del vóley moderno. Guaranda, Ecuador: Universidad Estatal de Bolívar.



# ANEXOS



## ANEXO 01

### EVALUACIÓN DE EJECUCIÓN TÉCNICA DEL BLOQUEO PARA JUGADORES DE VOLEIBOL CATEGORÍA INFANTIL

#### PROTOCOLO

**Edad de los jugadores para la evaluación:** 12 a 14 años (cumplidos o por cumplir en el mismo año).

**Bloqueo luego de un desplazamiento lateral:** debe ejecutarse entre 60 a 70 cm del punto de inicio (punto medio de la línea central). Los ataques deben ser ejecutados entre esas distancias.

**Bloqueo luego de un desplazamiento cruzado:** debe ejecutarse entre 1,50m a 1,60m del punto de inicio (punto medio de la línea central). Los ataques deben ser ejecutados entre esas distancias.

**General:** Se debe contar con un grupo especial de colaboradores: un levantador, un defensa o líbero, dos atacantes. Todos estos deben tener un nivel adecuado de ejecución técnica y de juego del voleibol. La altura de la red debe estar a 2,15m en la parte media y a 2,17m como máximo a los extremos.

#### **Función específica del profesor principal y grupo especial de colaboradores:**

##### *Profesor principal*

Lanzar balones con una trayectoria media desde la posición 1 hacia la posición 6.

##### *Levantador*

a) Para el bloqueo con desplazamiento lateral: hacer un levantamiento medio (entre 1,5m a 2m) hacia los puntos de referencia. Los puntos de referencia están entre 60 a 70 cm del punto de inicio, la cara de la red que da al equipo de colaboradores en la banda superior debe ser señalizada con un distintivo llamativo.

b) Para el bloqueo con desplazamiento cruzado: hacer un levantamiento alto (entre 3m a 3,5m) hacia los puntos de referencia. Los puntos de referencia están entre 1,50m a 1,60m del punto de inicio, la cara de la red que da al equipo de colaboradores en la banda superior debe ser señalizada con un distintivo llamativo.

##### *Defensa o líbero*

Pasar balones con trayectoria media (entre 2,5m a 3m) hacia la zona 2½ para el desplazamiento lateral (izquierdo-derecho), desplazamiento paso cruzado derecho también hacia la zona 2½ y para el desplazamiento paso cruzado izquierdo al espacio 8 del terreno de juego, más a la derecha de la zona 2½.





## ANEXO 02

### EVALUACIÓN DE DESPLAZAMIENTO PARA EL BLOQUEO PARA JUGADORES DE VOLEIBOL CATEGORÍA INFANTIL

#### PROTOCOLO

**Edad de los jugadores para la evaluación:** 12 a 14 años (cumplidos o por cumplir en el mismo año).

**Desplazamiento lateral:** debe ejecutarse entre 60 a 70 cm del punto de inicio (punto medio de la línea central). Los ataques deben ser ejecutados entre esas distancias.

**Desplazamiento cruzado:** debe ejecutarse entre 1,50m a 1,60m del punto de inicio (punto medio de la línea central). Los ataques deben ser ejecutados entre esas distancias.

**General:** Se debe contar con un grupo especial de colaboradores: un levantador, un defensa o líbero, dos atacantes. Todos estos deben tener un nivel adecuado de ejecución técnica y de juego del voleibol. La altura de la red debe estar a 2,15m en la parte media y a 2,17m como máximo a los extremos.

#### **Función específica del profesor principal y grupo especial de colaboradores:**

##### *Profesor principal*

Lanzar balones con una trayectoria media desde la posición 1 hacia la posición 6.

##### *Levantador*

a) Para desplazamiento lateral: hacer un levantamiento medio (entre 1,5m a 2m) hacia los puntos de referencia. Los puntos de referencia están entre 60 a 70 cm del punto de inicio, la cara de la red que da al equipo de colaboradores en la banda superior debe ser señalizada con un distintivo llamativo.

b) Para desplazamiento cruzado: hacer un levantamiento alto (entre 3m a 3,5m) hacia los puntos de referencia. Los puntos de referencia están entre 1,50m a 1,60m del punto de inicio, la cara de la red que da al equipo de colaboradores en la banda superior debe ser señalizada con un distintivo llamativo.

##### *Defensa o líbero*

Pasar balones con trayectoria media (entre 2,5m a 3m) hacia la zona 2½ para el desplazamiento lateral (izquierdo-derecho), desplazamiento paso cruzado derecho también hacia la zona 2½ y para el desplazamiento paso cruzado izquierdo al espacio 8 del terreno de juego, más a la derecha de la zona 2½.

##### *Atacantes*





## ANEXO 03 EVIDENCIAS















M.O. No. 1 20154420201

## SOLICITUD DE INSCRIPCIÓN DE TÍTULO

Séase Completar con letra impresa y mayúscula  
de las instrucciones indicadas al reverso de la hoja

J 1 3 3 4 5 0 3 PUNO

Registrador Público de la Oficina Registral de:  
Marcar con un aspa (x) el casillero que corresponda (1)

1

Registro de Propiedad Inmueble  Registro de Personas Jurídicas  Registro de Personas Naturales  RPV, BMC, Embarcaciones Pesqueras, Buzques, Navas, Aviones, Registro de Bienes Muebles vinculados a la Pequeña Minería y Minería Artesanal y otros

2

**GUTIERREZ** **HANCCO** **HERBER ALFREDO**  
Apellido Paterno: Apellido Materno: Nombre(s) (2)

Identificado (a) con DNI/ C.E. / Pasaporte / Otro: **41141156**

Correo Electrónico: \_\_\_\_\_

Domiciliado (a) en: **JR. CAJAMARCA N° 330**

3

En representación de: (llenar cuando corresponda) (3)

Persona Natural:  Persona Jurídica:  Sector Público:  Sector Privado:

RUC: \_\_\_\_\_

Todos los Intervinientes  Algun (os)  Tercero interesado  Especificar: \_\_\_\_\_

4

Solicito la Inscripción \* (4)

**CONSTITUCION ASOCIACION**

Formulando Reserva de (señale los actos o derechos que no desea inscribir)

5

Intervinientes: \* (5)

**CLUB DEPORTIVO SOCIAL SEMILLITAS PAOLERON**

6

Documentos que se adjuntan (6):

Naturaleza del Documento	Nombre y Cargo del Notario o Funcionario que autoriza o autentica	Fecha
Escritura Pública <input checked="" type="checkbox"/>	<b>EVA MARINA CENTENO ZAVALA</b>	<b>28/01/2020</b>
Parte Judicial <input type="checkbox"/>		
Resolución Administrativa <input type="checkbox"/>		
Derechos (*): <input type="checkbox"/>		

7

Antecedente Registral (7) consignar EL QUE CORRESPONDA:

Partida Electrónica	Ficha Registral	Partida SARP

Tomo: \_\_\_\_\_ Folio: \_\_\_\_\_ Asiento N° \_\_\_\_\_ Nro. de Placa de Rodaje: \_\_\_\_\_ Nro. de Matrícula (Aeronave, Buzque, Navío, Embarcación Pesquera)

Si el bien no cuenta con antecedente Registral:

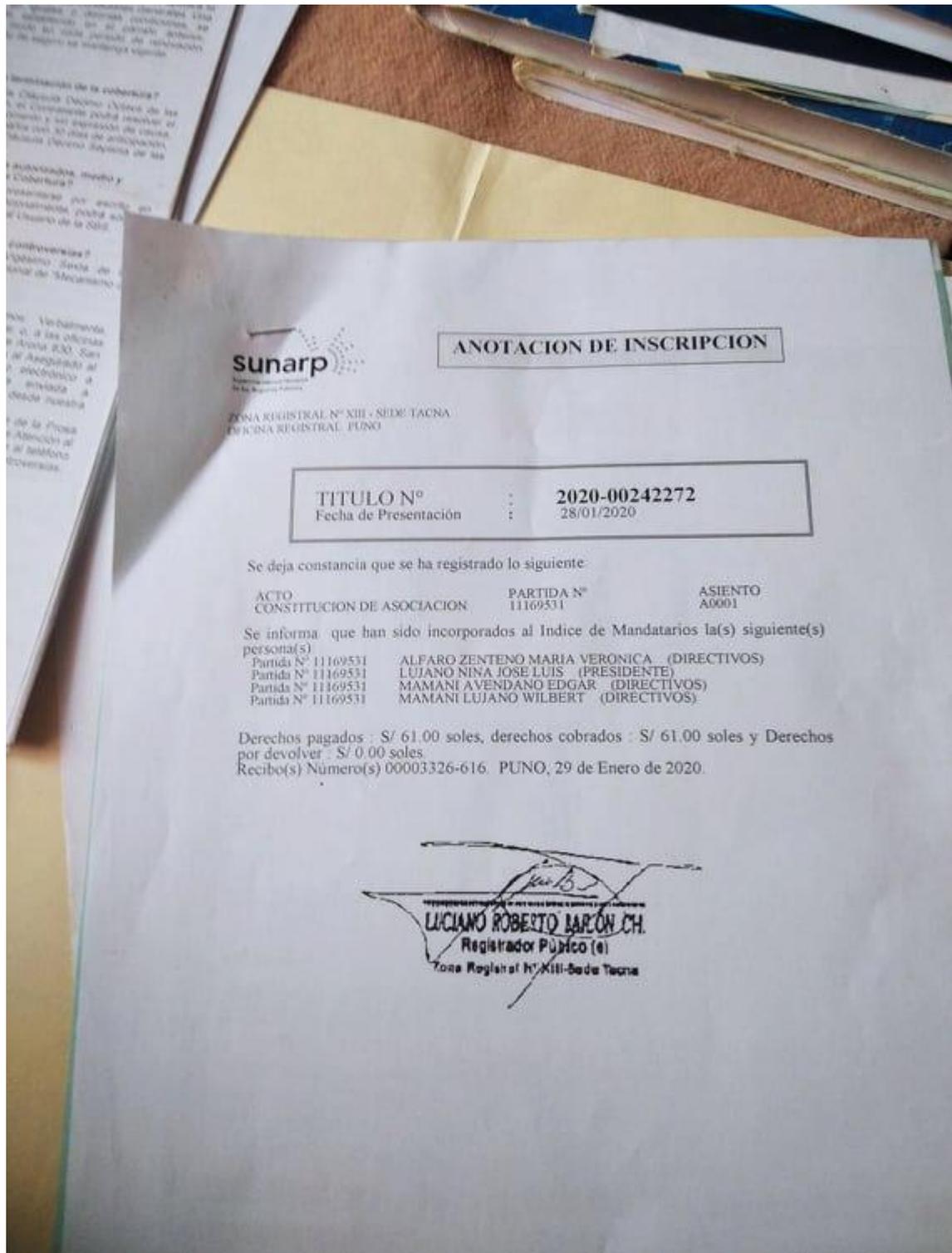
Nro. de Motor: \_\_\_\_\_ Nro. de Serie (chasis): \_\_\_\_\_ Nro. DUA/DAM: \_\_\_\_\_

28 de **ENERO** del 20 **20**

Firma y huella digital del presentante

(\*) Si el espacio fuera insuficiente, sírvase anexar la información adicional, en hoja bond A4 (original y copia).  
 NOTA: Los reintrosos de títulos para subsanar observación o el pago de mayor derecho registral, se admitirán solo hasta el día anterior al vencimiento del asiento de presentación.  
 Los títulos tachados que deben ser entregados a los presentantes se conservarán durante 06 meses posteriores a la notificación de la tacha.

369-2020





### AUTORIZACIÓN PARA EL DEPÓSITO DE TESIS O TRABAJO DE INVESTIGACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Por el presente documento, Yo FREDY QUISPE COILA,  
identificado con DNI 02416508 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional,  Programa de Segunda Especialidad,  Programa de Maestría o Doctorado

EDUCACION FÍSICA

informo que he elaborado el/la  Tesis o  Trabajo de Investigación denominada:

“ ESTRATEGIA DE ENSEÑANZA GLOBAL PARA MEJORAR EL APRENDIZAJE DE BLOQUEO EN LA CATEGORÍA INFANTIL DE LA ACADEMIA DE VOLEIBOL SEMILLITAS PUNO ”

para la obtención de  Grado,  Título Profesional o  Segunda Especialidad.

Por medio del presente documento, afirmo y garantizo ser el legítimo, único y exclusivo titular de todos los derechos de propiedad intelectual sobre los documentos arriba mencionados, las obras, los contenidos, los productos y/o las creaciones en general (en adelante, los “Contenidos”) que serán incluidos en el repositorio institucional de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

También, doy seguridad de que los contenidos entregados se encuentran libres de toda contraseña, restricción o medida tecnológica de protección, con la finalidad de permitir que se puedan leer, descargar, reproducir, distribuir, imprimir, buscar y enlazar los textos completos, sin limitación alguna.

Autorizo a la Universidad Nacional del Altiplano de Puno a publicar los Contenidos en el Repositorio Institucional y, en consecuencia, en el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto, sobre la base de lo establecido en la Ley N° 30035, sus normas reglamentarias, modificatorias, sustitutorias y conexas, y de acuerdo con las políticas de acceso abierto que la Universidad aplique en relación con sus Repositorios Institucionales. Autorizo expresamente toda consulta y uso de los Contenidos, por parte de cualquier persona, por el tiempo de duración de los derechos patrimoniales de autor y derechos conexos, a título gratuito y a nivel mundial.

En consecuencia, la Universidad tendrá la posibilidad de divulgar y difundir los Contenidos, de manera total o parcial, sin limitación alguna y sin derecho a pago de contraprestación, remuneración ni regalía alguna a favor mío; en los medios, canales y plataformas que la Universidad y/o el Estado de la República del Perú determinen, a nivel mundial, sin restricción geográfica alguna y de manera indefinida, pudiendo crear y/o extraer los metadatos sobre los Contenidos, e incluir los Contenidos en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

Autorizo que los Contenidos sean puestos a disposición del público a través de la siguiente licencia:

Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional. Para ver una copia de esta licencia, visita: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

En señal de conformidad, suscribo el presente documento.

Puno 10 de ENERO del 20 24

  
FIRMA (obligatoria)



Huella



### AUTORIZACIÓN PARA EL DEPÓSITO DE TESIS O TRABAJO DE INVESTIGACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Por el presente documento, Yo MARIA VERONICA ALFARO CENTENO  
identificado con DNI 40616694 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional,  Programa de Segunda Especialidad,  Programa de Maestría o Doctorado

EDUCACION FISICA

informo que he elaborado el/la  Tesis o  Trabajo de Investigación denominada:

" ESTRATEGIA DE ENSEÑANZA GLOBAL PARA MEJORAR EL  
APRENDIZAJE DE BLOQUEO EN LA CATEGORÍA INFANTIL  
DE LA ACADEMIA DE VOLEIBOL SEMILLITAS PUNO "

para la obtención de  Grado,  Título Profesional o  Segunda Especialidad.

Por medio del presente documento, afirmo y garantizo ser el legítimo, único y exclusivo titular de todos los derechos de propiedad intelectual sobre los documentos arriba mencionados, las obras, los contenidos, los productos y/o las creaciones en general (en adelante, los "Contenidos") que serán incluidos en el repositorio institucional de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

También, doy seguridad de que los contenidos entregados se encuentran libres de toda contraseña, restricción o medida tecnológica de protección, con la finalidad de permitir que se puedan leer, descargar, reproducir, distribuir, imprimir, buscar y enlazar los textos completos, sin limitación alguna.

Autorizo a la Universidad Nacional del Altiplano de Puno a publicar los Contenidos en el Repositorio Institucional y, en consecuencia, en el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto, sobre la base de lo establecido en la Ley N° 30035, sus normas reglamentarias, modificatorias, sustitutorias y conexas, y de acuerdo con las políticas de acceso abierto que la Universidad aplique en relación con sus Repositorios Institucionales. Autorizo expresamente toda consulta y uso de los Contenidos, por parte de cualquier persona, por el tiempo de duración de los derechos patrimoniales de autor y derechos conexos, a título gratuito y a nivel mundial.

En consecuencia, la Universidad tendrá la posibilidad de divulgar y difundir los Contenidos, de manera total o parcial, sin limitación alguna y sin derecho a pago de contraprestación, remuneración ni regalía alguna a favor mío; en los medios, canales y plataformas que la Universidad y/o el Estado de la República del Perú determinen, a nivel mundial, sin restricción geográfica alguna y de manera indefinida, pudiendo crear y/o extraer los metadatos sobre los Contenidos, e incluir los Contenidos en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

Autorizo que los Contenidos sean puestos a disposición del público a través de la siguiente licencia:

Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional. Para ver una copia de esta licencia, visita: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

En señal de conformidad, suscribo el presente documento.

Puno 10 de ENERO del 2024

FIRMA (obligatoria)



Huella



### DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo FREDY QUISPE COLLA  
identificado con DNI 02416508 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional,  Programa de Segunda Especialidad,  Programa de Maestría o Doctorado  
EDUCACION FISICA

informo que he elaborado el/la  Tesis o  Trabajo de Investigación denominada:  
" ESTRATEGIA DE ENSEÑANZA GLOBAL PARA MEJORAR  
EL APRENDIZAJE DE BLOQUEO EN LA CATEGORÍA  
INFANTIL DE LA ACADEMIA DE VOLEIBOL SEMILITAS PUNO "

Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como tuyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

En caso de incumplimiento de esta declaración, me someto a las disposiciones legales vigentes y a las sanciones correspondientes de igual forma me someto a las sanciones establecidas en las Directivas y otras normas internas, así como las que me alcancen del Código Civil y Normas Legales conexas por el incumplimiento del presente compromiso

Puno 10 de ENERO del 2024

  
FIRMA (obligatoria)



Huella



### DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo MARÍA VERÓNICA ALFARO CENTENO,  
identificado con DNI 40616694 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional,  Programa de Segunda Especialidad,  Programa de Maestría o Doctorado

EDUCACION FISICA

informo que he elaborado el/la  Tesis o  Trabajo de Investigación denominada:

“ ESTRATEGIA DE ENSEÑANZA GLOBAL PARA MEJORAR  
EL APRENDIZAJE DE BLOQUEO EN LA CATEGORIA INFANTIL  
DE LA ACADEMIA DE VOLEIBOL SEMILLITAS PUNO ”

Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como tuyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

En caso de incumplimiento de esta declaración, me someto a las disposiciones legales vigentes y a las sanciones correspondientes de igual forma me someto a las sanciones establecidas en las Directivas y otras normas internas, así como las que me alcancen del Código Civil y Normas Legales conexas por el incumplimiento del presente compromiso

Puno 10 de ENERO del 20 24

  
FIRMA (obligatoria)



Huella