

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA



**NIVEL DE FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL VOLEIBOL EN
ESTUDIANTES DEL PRIMER GRADO DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA SECUNDARIA JOSÉ MARÍA ARGUEDAS
DE LLALLÍ**

TESIS

PRESENTADA POR:

FREDY ANTONIO VELARDE ARCE

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN
EDUCACIÓN FÍSICA**

PROMOCIÓN: 2009- II

PUNO – PERÚ

2018

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA

NIVEL DE FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL VOLEIBOL EN ESTUDIANTES
DEL PRIMER GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA JOSÉ
MARÍA ARGUEDAS DE LLALLI

FREDY ANTONIO VELARDE ARCE

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN
EDUCACIÓN FÍSICA.



APROBADA POR EL SIGUIENTE JURADO:

PRESIDENTE : _____
M.Sc. Miguel Oscar Villamar Barriga

PRIMER MIEMBRO : _____
Dr. Alcides Flores Paredes

SEGUNDO MIEMBRO : _____
M.Sc. Yanet Amanda Maquera Maquera

DIRECTOR / ASESOR : _____
Dr. Basilide Mamani Puma

DIRECTOR / ASESOR : _____
Dr. Basilide Mamani Puma

Área: Educación Física y Deporte.
Tema: Voleibol.

Fecha de sustentación: 06 / Sept / 2018

DEDICATORIA

A Dios, por darme la oportunidad de vivir y por estar conmigo en cada paso que doy, por fortalecer mi corazón e iluminar mi mente y por haber puesto en mi camino a aquellas personas que han sido mi soporte y compañía durante todo el periodo de estudio.

A mi querida madre y querido padre por ser los pilares fundamentales en todo lo que soy, en toda mi educación, tanto académica, como de la vida, a mi querida esposa y mi hijo por su incondicional apoyo perfectamente mantenido a través del tiempo.

Con profunda gratitud, admiración y respeto a mis maestros por compartir sus conocimientos y su tiempo, por inculcar el amor y la vocación a la educación que es el pilar fundamental para nuestra sociedad.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a la Universidad Nacional del Altiplano – Puno y a la Escuela Profesional de Educación Física del pregrado por haberme permitido en sus claustros ampliar y desarrollar mis conocimientos, para dar una educación de calidad a mis estudiantes que son la razón de mi noble profesión.

A mis jurados de tesis, por la gran dedicación y constancia mostrada hacia mi persona y hacia esta tesis, por darme la oportunidad de contribuir conocimientos con mi trabajo y de encaminar mi carrera profesional.

A la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llallí, por su gran disposición y aceptación para la ejecución de los test con los estudiantes, a las (os) docentes de aula de las diferentes secciones.

ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA	
ÍNDICE GENERAL	
ÍNDICE DE TABLAS	
ÍNDICE DE FIGURAS	
ÍNDICE DE ACRÓNIMOS	
RESUMEN	10
ABSTRACT.....	11

CAPÍTULO I**INTRODUCCIÓN**

1.1. Planteamiento del problema	12
1.2. Formulación del problema.....	14
1.3. Hipótesis de la investigación	14
1.3.1. Hipótesis general	14
1.3.2. Hipótesis específico.....	14
1.4. Justificación del estudio.....	14
1.5. Objetivos de la investigación.....	15
1.5.1. Objetivo general	15
1.5.2. Objetivos específicos.....	15

CAPÍTULO II**REVISIÓN DE LITERATURA**

2.1. Antecedentes de la investigación.....	17
2.2. Marco teórico.....	18
2.2.1. Voleibol	18
2.2.1.1 Historia del voleibol.....	18
2.2.1.2 Importancia del voleibol.	20
2.2.1.3 Voleibol en el Perú.....	20
2.2.1.4 Orígenes del voleibol en el Perú.	21
2.2.1.5 Definición del voleibol.....	22
2.2.2. Desarrollo de la coordinación fina y adaptación al juego	23

2.2.3. Finalidad y funciones del entrenamiento.....	24
2.2.4. Características motoras.....	25
2.2.5. Características psíquicas.....	25
2.2.6. Preparación técnica.....	26
2.2.7. Fundamentos técnicos del voleibol	27
2.2.7.1 Saque.....	28
2.2.7.2 Recepción de balón	30
2.2.7.3 Voleo.....	32
2.2.7.4 Pase Lateral	33
2.2.7.5 Remate.....	33
2.3. Marco conceptual.....	35

CAPÍTULO III

MATERIALES Y METODOS

3.1. Ubicación Geográfica del Estudio.....	37
3.2. Periodo de duración del estudio.....	37
3.3. Población y muestra de estudio	37
3.4. Diseño estadístico de la investigación	38
3.5. Procedimiento.....	39
3.6. Variable.....	39
3.7. Análisis de los resultados.....	39

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Resultados	40
4.2. Discusión	45

CONCLUSIONES	47
--------------------	----

RECOMENDACIONES.....	48
----------------------	----

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	50
----------------------------------	----

ANEXOS	52
--------------	----

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Población y muestra de estudio	37
Tabla 2. Nivel de fundamento técnico del saque	40
Tabla 3. Nivel de fundamento técnico de recepción de balón	41
Tabla 4. Nivel de fundamento técnico del voleo	42
Tabla 5. Nivel de fundamento técnico del remate	43
Tabla 6. Nivel de fundamentos técnicos del voleibol.....	44

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Nivel de fundamento técnico del saque de los estudiantes del 1er grado de la I.E.S. José María Arguedas de Llallí	40
Figura 2. Nivel de fundamento técnico de recepción de balón en los estudiantes del 1er grado de la I.E.S José María Arguedas De Llallí	41
Figura 3. Nivel de fundamento técnico de voleo en los estudiantes del 1er grado de la I.E.S José María Arguedas De Llallí	42
Figura 4. Nivel de fundamento técnico de remate en los estudiantes del 1er grado de la i.e.s josé maría arguedas de llallí.....	43
Figura 5. Nivel de fundamentos técnicos del voleibol de los estudiantes del 1er grado de la i.e.s josé maría arguedas de llallí.....	44

ÍNDICE DE ACRÓNIMOS

- JMALL** José María Arguedas Llalí.
- FTV** Fundamentos Técnicos del Voleibol.
- IES** Institución Educativa Secundaria.
- NFT** Nivel de Fundamentos Técnicos.

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar el nivel de los fundamentos técnicos del voleibol en los estudiantes del PRIMER GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA JOSÉ MARÍA ARGUEDAS DE LLALLÍ. El estudio de tipo descriptivo y de diseño diagnóstico - descriptivo. Se estudió a una muestra de 55 estudiantes del 1er grado de secundaria de edades entre 11-13 años. El instrumento aplicado fue el test de fundamentos técnicos del voleibol. Los test como procedimientos o métodos que evalúan la presencia de un factor o fenómeno que comprende un conjunto de ítems (preguntas, estímulos o tareas) que se puntúan de forma estandarizada y se utilizan para examinar y posiblemente evaluar las diferencias, disposiciones, capacidades, actitudes y emociones. Para el tratamiento estadístico se aplicó el análisis porcentual. Conclusión, El 67% de estudiantes de la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llalli en el fundamento técnico de voleibol se encuentra en la categoría deficiente, el 22 % en regular y el 11 % en bueno y especificando en el fundamento de saque el 46% de estudiantes se ubican en la categoría deficiente, el 36% en regular y el 18% en bueno, en el fundamento de recepción el 60% se ubica en la categoría deficiente, el 27% en regular y el 13% en bueno, en el fundamento de voleo el 78% se ubica en la categoría deficiente, el 15% en regular y el 7% en bueno, en el fundamento de remate el 84% se ubica en la categoría deficiente, el 15% en regular y el 5% en bueno, determinado a través del tratamiento estadístico vía análisis porcentual.

Palabras claves: Estudiantes, Fundamentos, Nivel, Técnicos, Voleibol.

ABSTRACT

The objective of the present investigation was to determine the level of the technical foundations of volleyball in the students of the 1st GRADE OF THE JOSÉ MARÍA ARGUEDAS DE LLALLÍ SECONDARY EDUCATIONAL INSTITUTION. The study of descriptive type and diagnostic-descriptive design. A sample of 55 students of the 1st grade of secondary school aged between 11-13 years was studied. The applied instrument was the technical fundamentals test of volleyball. The tests as procedures or methods that evaluate the presence of a factor or phenomenon that comprises a set of items (questions, stimuli or tasks) that are scored in a standardized manner and are used to examine and possibly evaluate the differences, dispositions, abilities, attitudes, or emotions. For the statistical treatment, the percentage analysis was applied. Conclusion, 67% of students of the IES JMAL in the technical base of volleyball is in the deficient category, 22% in regular and 11% in good, and specifying in the base of service 46% of students located in the deficient category, 36% in regular and 18% in good, in the reception base 60% is located in the deficient category, 27% in regular and 13% in good, in the foundation of volition 78% is located in the deficient category, 15% in regular and 7% in good, in the foundation of auction 84% is in the poor category, 15% in regular and 5% in good, determined through statistical treatment via percentage analysis.

Keywords: Foundations; Level; Students; Technical; Volleyball.

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

1.1. Planteamiento del problema

Hoy en día, se observa en el voleibol competitivo mundial, que los campeonatos se definen en base a la autoconfianza con la que cuentan los jugadores o jugadoras, por tanto, la autoconfianza es la convicción que una persona tiene, para ejecutar con éxito la conducta requerida y producir un determinado resultado (Nicolás, A. 2009).

Como en cualquier deporte, en el voleibol la preparación juega un papel fundamental. El voleibol es un deporte de mucha intensidad, se realizan muchos saltos a nivel ofensivo y defensivo, por lo tanto el desgaste físico es alto. Para jugar bien cualquier deporte es importante entrenarse con seriedad, existen personas de habilidad natural, pero también hay quienes necesitan de mucho entrenamiento para estar en nivel de juego, como en este deporte. La preparación física en el voleibol te facilita las cosas, si presentas buena condición física la parte técnica te será más fácil realizarla y utilizarla en el desarrollo del juego. (Nicolás, A. 2009).

Es un deporte de mucho espectáculo y diversión, además no cualquiera juega voleibol porque se necesita capacidades especiales y en este deporte todos son especialistas en cada posición que juegan por tener un talento nato; tienes mucho reconocimiento de los jugadores contrarios ya que al hacer puntos muy buenos y que los deja en “shock” te verán como uno de los mejores y siempre terminas un juego sin ninguna rencilla con los contrarios.

Lo más importante del vóleibol es que te enseña a depender del otro para ganar y a entender que de uno dependen los demás. Eso hace que no puedas ser irresponsable en ningún momento. Además es un juego extremadamente lógico y racional por lo cual

ayuda a que estas cosas se desarrollen. Alguna vez alguien se puso a pensar lo maravilloso que es poner una recepción perfecta (en la cabeza del armador) como si estuviéramos midiendo la velocidad del saque y la fuerza-amortiguación necesaria para que la pelota se coloque ahí y no en otro lugar.

El momento y la forma de corregir los errores técnicos dependen de la madurez de cada jugador: cuanto menos haya practicado este deporte será más fácil corregirlos, mientras que al contrario entre más lo ha practicado más difícil será corregirlo, deberá ser de suma importancia recordar que mientras dura el proceso de aprendizaje de un aspecto técnico, el porcentaje de aciertos disminuirá estrepitosamente, y habrá que dejar que el cuerpo reaccione ante estos cambios provocados por la sustitución de un hábito por otro, para recuperar el nivel de asertividad y después mejorar.(Cortina, 2007)

El juego del voleibol ofrece un ocio activo para toda la familia; pocos deportes más permiten componer un equipo independientemente del sexo o la edad. Aparte que solo existe un riesgo reducido de lesión, ya que no hay contacto físico directo con el contrincante. Es sencillo marcar un campo de voleibol, que se puede jugar casi en cualquier sitio, independientemente de las características del suelo: sobre el césped, en la playa, en un patio. Como punto final el voleibol no es un deporte caro, una red, una pelota, una ropa adecuada. No se necesita obtener placer de este deporte adecuado para la familia y para toda la vida (Villalobos, 2002)

El presente trabajo de investigación enfoca el problema educativo y deportivo referente al aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos del voleibol en la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llallí debido al bajo rendimiento y protagonismo en los diferentes juegos deportivos inter escolares y/o en las diferentes actividades deportivas.

1.2. Formulación del problema

¿Cuál es el nivel de los fundamentos técnicos del voleibol que poseen los estudiantes del 1er grado de la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llalí?

1.3. Hipótesis de la investigación

1.3.1. Hipótesis general

- El Nivel de fundamentos técnicos del voleibol en los estudiantes del 1er Grado de la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llalí es deficiente.

1.3.2. Hipótesis específico

- El nivel de fundamento técnico de saque en la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llalí es deficiente.
- El nivel de fundamento técnico de recepción en la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llalí es deficiente.
- El nivel de fundamento técnico de voleo en la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llalí es deficiente.
- El nivel de fundamento técnico de remate en la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llalí es deficiente.

1.4. Justificación del estudio

El resultado del presente trabajo de investigación es importante porque enfoca y diagnostica el actual estado en que se encuentran los estudiantes respecto al aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos del voleibol de la IES, JMAL.

Se realizó el presente trabajo de investigación con la finalidad de dar un aporte de la realidad que se viene dando sobre la utilización de los fundamentos técnicos del voleibol. Cabe mencionar que este trabajo de investigación se llevó a cabo únicamente con los alumnos del 1er Grado de la IES JMAL.

El voleibol posee elementos básicos para el fortalecimiento de la motricidad del niño(a), en contra posición también posee exigencias técnicas que contribuyen de echo una dificultad para su real y correcto aprendizaje., el aprendizaje de esta disciplina deportiva puede ser muy sencilla, siempre y cuando se escoja adecuadamente las herramientas correctas de enseñanza y aprendizaje en el cual se asegura el paso progresivo de lo simple a lo complejo permitiendo la enseñanza el voleibol por etapas y/o niveles de aprendizaje (Hessing, W. 1995).

El voleibol depende de gran medida de cada uno de los jugadores. Un error técnico en la cadena de acciones de saque, recepción, pase, ataque, apoyo al propio ataque, y defensa del campo no puede arreglarlo ni el propio causante ni otro jugador. Provoca de forma inmediata el cambio del derecho de saque o que el contrario gane un punto. Por esta razón, debe intentarse siempre reducir los propios puntos débiles y aumentar el propio rendimiento en los ámbitos de técnica, táctica condición física (Drauschke, Kroger, Achul y Utz, 2011).

1.5. Objetivos de la investigación

1.5.1. Objetivo general

- Determinar el nivel de los fundamentos técnicos del voleibol en los estudiantes del 1er grado de la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llallí.

1.5.2. Objetivos específicos

- Reconocer el nivel del fundamento del saque en el voleibol en los estudiantes del 1er grado de la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llallí.
- Identificar el nivel del fundamento de recepción de balón en los estudiantes del 1er grado de la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llallí.

- Establecer el nivel del fundamento de voleo en el voleibol en los estudiantes del 1er grado de la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llalli.
- Identificar el nivel del fundamento de remate en el voleibol en los estudiantes del 1er grado de la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llalli.

CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. Antecedentes de la investigación

Ramírez (2014) en Puno - Perú, con el objetivo de comparar el nivel de fundamentos técnicos del voleibol en los estudiantes del quinto grado de las IES José Reyes Lujan y Glorioso INA-21 de Azángaro, 2012. Estudiaron a una muestra de 165 estudiantes en total, concluyendo que de los alumnos evaluados sobre el nivel de fundamentos técnicos de voleibol son menores a los puntajes obtenidos por los estudiantes de la IES José Reyes Lujan en relación a la IES INA-21, al 5% de probabilidad de significancia, el cual indica que el nivel de fundamentos técnicos en saque, recepción, remate y voleo.

Jove (2011) en Puno - Perú, con el objetivo de determinar el nivel de aprendizaje de los fundamentos básicos del voleibol en los estudiantes del nivel secundario de la ciudad de Azángaro, durante el año académico 2011. Estudiaron a una muestra de 278 estudiantes en total, concluyendo que la gran mayoría conoce los fundamentos básicos del voleibol ubicándose dentro de la escala cualitativa de regular a bueno, tal como lo demuestran los cuadros respectivos; además es de subrayar que las damas son las que obtienen mejores resultados que los varones.

Ruelas y Quispe (2013) en Puno - Perú, con el objetivo de determinar el programa de entrenamiento para el rendimiento físico en el voleibol en los alumnos del tercer grado de la IES Industrial N° 32 PUNO 2011. Estudiaron a una muestra de 53 estudiantes en total, concluyendo que la prueba de pre test y post test obtenidos mediante; los test de velocidad, fuerza, potencia, resistencia y flexibilidad con la aplicación del programa de entrenamiento en el voleibol son aceptadas mediante las hipótesis.

Navarro (2015) en Puno - Perú, con el objetivo de demostrar el impacto de los videos motivacionales en la autoconfianza de la selección de voleibol femenino infantil de la liga distrital de voleibol Puno-2013. estudiaron a una muestra de 11 estudiantes en total, concluyendo que los videos motivacionales impactan favorablemente en la autoconfianza de la selección de voleibol femenino categoría infantil de la liga distrital de voleibol Puno.

Toscano (2014) en Quito-Ecuador, con el objetivo de determinar la incidencia que tiene la actual carga horaria destinada a las clases de educación física en la enseñanza y aprendizaje del voleibol en los estudiantes de educación básica superior de la Unidad Educativa Antares, sector de Mirasierra D.M.Q. Año lectivo 2013-2014; estudiaron a una muestra de 93 estudiantes hombres y mujeres de educación básica superior de la Unidad Educativa “Antares”. Concluyendo con esta investigación se ha podido evidenciar que los estudiantes demuestran interés por aprender y practicar voleibol en las horas de educación física. Pero debido al poco tiempo impartido al voleibol durante todo el año escolar no se ha podido lograr que los estudiantes dominen los fundamentos básicos y sobre todo formar un equipo o selección de voleibolistas para poder competir a nivel interescolar.

2.2. Marco teórico

2.2.1. Voleibol

2.2.1.1 Historia del voleibol

El voleibol (inicialmente bajo el nombre de mintonette) se creó el 9 de febrero de 1895 en Estados Unidos, en Holyoke, Massachusetts. Su inventor fue William George Morgan, un profesor de educación física de la Asociación Cristiana de Jóvenes (YMCA). Se trataba de un juego de interior por equipos con semejanzas al tenis o al balonmano. Aunque próximo en su alumbramiento

al baloncesto por tiempo y espacio, se distancia claramente de este en la rudeza, al no existir contacto entre los jugadores.

El primer balón fue diseñado especialmente a petición de Morgan por la firma A.G. Spalding & Bros. De Chicopee, Massachusetts. En 1912 se revisaron las reglas iniciales que en lo que refiere a las dimensiones de la cancha y del balón no estaban aseguradas, se limita a seis el número de jugadores por equipo, y se incorpora la rotación en el saque. En 1922 se regula el número de toques, se limita el ataque de los zagueros y se establecen los dos puntos de ventaja para la consecución del set.

La Federación Internacional de Voleibol (FIVB) se fundó en 1947 y los primeros campeonatos mundiales tuvieron lugar en 1949 (masculino) y 1952 (femenino). Desde 1964 ha sido deporte olímpico. El vóley playa se incorpora a la FIVB en 1986 y a los Juegos Olímpicos de verano desde 1996.

En 1998 se introduce la figura del jugador líbero. En 2000 se reduce de forma importante la duración de los encuentros al eliminar la exigencia de estar en posesión del saque para puntuar; se puede ganar punto y saque en la misma jugada mientras que antes se podía estar robando saques de forma alternativa sin que el marcador avanzara.

En 2006 se plantean dos posibles nuevos cambios y se prueban en algunas competiciones: permitir un segundo saque en caso de fallar el primero.

En 2010 se revisa la regla del toque de red, y se cambia: solo será falta de toque de red si toca la cinta superior de la red, e incide en la jugada. También se flexibiliza el juego con dos líberos permitiendo sucesivos cambios del líbero actuante por el segundo líbero a lo largo del partido. En 2014 se revierten los cambios sobre el toque de red.

(Carbajal 1990)

2.2.1.2 Importancia del voleibol.

El voleibol es un medio de información para facilitar en cada estudiante y joven en el desarrollo del máximo de las capacidades, en relación con su potencial biopsicológico. De esta manera se plantea como una acción educativa con objetivos de formación más que como búsqueda de especializaciones precoces y rendimientos inmediatos o a corto plazo, en el éxito el trabajo será consecuencia de la sociedad.

El voleibol posee elementos básicos para el fortalecimiento de la motricidad del estudiante, en contra posición también posee exigencias técnicas que constituyen de hecho una dificultad para su real y correcto aprendizaje. A pesar de todas estas exigencias inherentes a la ejecución de estas acciones técnicas básicas y específicas el voleibol, el aprendizaje de esta disciplina deportiva puede ser muy sencilla, y cuando se escoja adecuadamente las herramientas correctas de enseñanza-aprendizaje en el cual se asegura el paso progresivo de lo simple y lo complejo permitiendo la enseñanza del voleibol por etapas y/o niveles de aprendizaje (Hessing. W. 1995)

2.2.1.3 Voleibol en el Perú.

El voleibol desde hace muchos años, es el segundo deporte más practicado y difundido entre la población peruana. Forma parte del programa regular del curso de Educación Física en los colegios y ha sido pilar fundamental en el desarrollo femenino dentro de la sociedad peruana.

En muchos sitios dentro del Perú se practica este deporte como hobby, ya que es muy factible la compra y utilización de la característica red. En las tiendas deportivas se pueden encontrar instrumentos para la práctica profesional: (pelotas, uniformes, rodilleras, etc.). Hay campeonatos locales de voleibol casi todas las semanas en algún barrio del país, donde se reparten premios importantes Por último, el "vóley" es uno

de los pocos deportes, dentro de la sociedad peruana, donde hombres y mujeres pueden jugar en un mismo equipo, aunque no siempre. Los equipos mixtos son muchos más vistosos de ver que los equipos de un solo sexo. (Tamayo, K 1986)

2.2.1.4 Orígenes del voleibol en el Perú.

El voleibol llegó al Perú en 1911, fue traído por dos profesores estadounidenses, encargados de una reforma educativa y que lo practicaban como pasatiempo, ya que en aquellos años predominaba el fútbol y el boxeo, y este nuevo deporte no llamó la atención. No fue hasta 1923, en que una exhibición de jugadores chinos en el Callao, hizo que el voleibol obtuviera popularidad. En los '50, durante los primeros campeonatos sudamericanos Perú se mantenía en el tercer lugar, detrás de Brasil y Uruguay, en 1961 subiría al segundo puesto en el continente, por encima de Uruguay. En 1964, una selección peruana emergente obtuvo su primer título sudamericano en Buenos Aires, aunque en este torneo no participó Brasil. (Guimarães, T. 2006)

La era de Akira Kato.

En 1965 llegó el entrenador japonés Akira Kato, como invitado de la Federación Peruana de Voleibol. Akira mezclaba el juego rápido de la escuela asiática con el juego de potencia de Europa. La fuerte preparación de Akira daría sus primeros frutos en el sudamericano de 1967 en Santos, donde Perú ganaría por primera vez a Brasil. A partir de este año, el equipo peruano iniciaría una época de hegemonía continental, que duraría hasta 1993, ya que contando el sudamericano de 1964 hasta 1993 se jugaron 15 torneos, Perú ganó en 12 oportunidades. Parte importante en el funcionamiento peruano en esta disciplina lo cumplió el colegio/internado Divino Maestro, ubicado en la ciudad de Lima, que fue el centro de acopio de las jóvenes jugadoras que venían del interior del país. A pesar del escaso recurso con que contaban, este centro de educación fue de gran ayuda para las futuras promesas del voleibol peruano. (Tamayo, K. 1986).

2.2.1.5 Definición del voleibol.

El voleibol es un deporte practicado en un terreno de 9 mts por 18 mts, dividido por una línea central y por una malla cuya altura varía según la edad y el sexo, con seis jugadores por bando en el terreno de juego. Este deporte está exento de contacto personal, hace necesario el trabajo de equipo y requiere una fortaleza física dado que los partidos están condicionados al resultado, y no al tiempo de juego.

El objetivo del juego es enviar el balón por encima de la red o malla y dentro del terreno delimitado de forma que el equipo contrario no pueda devolverla o impedir el toque del balón en el suelo.

- **La cancha:** Es un rectángulo de 9 metros por 18 metros. Con una línea central y dos en cada lado ubicada a tres metros del centro. Esta es la zona de ataque.
- **La red:** Tiene un metro de anchura y una longitud de 9.50 mts, siendo la altura 2.43 metros para hombres y 2.24 metros. para mujeres.
- **Ubicación:** Al inicio del juego y en cada servicio los jugadores tienen que tener un respectivo orden, pero ya con el balón en movimiento el jugador se puede desplazar por cualquier zona del terreno, inclusive por fuera del área demarcada.
- **Puntuación:** Si un equipo no logra devolver correctamente el balón por encima de la red, se registra una falta contra él. Si ocurre un cambio de servicio, también se otorga punto pero al equipo que gana el servicio. Se juega a 25 puntos y llevándose el marcador hasta que haya una diferencia de dos puntos a favor de algún equipo. Gana el equipo que logre ganar 3 sets. Entre las características principales de este juego y que a la vez lo diferencia de otros deportes se encuentran que:
 - La esencia radica en pasar el balón por encima de la red, tratando que el mismo pique en el terreno contrario.

- No está limitado, consiste en ganar 02 sets o 03 según la organización de cada competencia, o sea, de 3 set ganar 2 y de 5 sets ganar 3.
- Cada equipo tiene la oportunidad de hacer tres contactos con el balón antes de ser enviado al terreno contrario. Después del contacto con el balón en el bloqueo se permite los tres contactos sin la consideración de este último.
- Todos los jugadores están obligados a rotar por todas las zonas del terreno y en ella realizar la función de acuerdo al plan táctico del equipo.
- No existe una diferencia exacta entre el equipo que juega a la ofensiva o a la defensa, como sucede en baloncesto, fútbol, balonmano, béisbol, etc.
- Cada set culmina con una anotación de 25 tantos. En caso de empate se continua hasta que uno obtenga 2 tantos de ventaja, empatados a 2 sets se juega por el sistema punto corrido. Si se juega un set definitivo, de desempate, se juega a 15 tantos.
- El balón no puede ser retenido por ninguna parte del cuerpo. (Mosston, M. 2005).

2.2.2. Desarrollo de la coordinación fina y adaptación al juego

A la edad de 10 a 12 años empieza con la formación sistemática de los elementos técnicos. El niño alcanza mental y motrizmente un grado de desarrollo que favorece el aprendizaje de los elementos teóricos bajo unas condiciones de interacción fomentada. El niño se encuentra a esta edad en la fase del mejor aprendizaje motor. Los elementos técnicos más importantes se dominan en forma de coordinación global.

Ahora se trata cada vez mas de optimizar los gestos técnicos, de eliminar o superfluo e incorrecto; se desarrolla la coordinación fina de los movimientos. Pero el nivel de dominio gestual todavía está caracterizado por una cierta inestabilidad. También se observan faces de estancamiento, pero se manifiesta otra vez en una clara mejora después de una cierta fase de instrucción.

El objetivo es la simulación de una correcta ejecución técnica de los movimientos por medio de una práctica dirigida. La consolidación de la técnica. Por eso, la forma de ejercitarse sin contrario recibe todavía una gran importancia. La técnica también por medio del empleo de relevos y formas de jugadas, y también solo después se empieza con ejercicios con contrarios.

Para el desarrollo de la coordinación fina se requiere un alto número de repeticiones, sin embargo hay que prestar atención a que eso no se convierta en monótono. El empleo de distintos medios de entrenamiento contrasta eso y garantiza que la disposición de rendimiento de los niños se mantiene y que colabora más activa y conscientemente. (Guimaraes, T. 2006)

2.2.3. Finalidad y funciones del entrenamiento.

El entrenamiento del estudiantes constituye al comienzo del desarrollo deportivo de nuestros jóvenes deportistas. El objetivo principal es estabilizar el interés por jugar voleibol y en relación con ello, por participar regularmente en una actividad deportiva, motivándoles a ello y acercando a niños a entrenamientos sistemáticos y regulares.

En la práctica de entrenamiento se observa una y otra vez que los niños son tratados como si fueran “pequeños adultos”. En el proceso de su educación y formación, a menudo no se les habla y trata de acuerdo a su edad, y muchos de los métodos de ejercicios son una copia de los adultos. Hay que tener en cuenta que precisamente en estos primeros años de entrenamiento, sobre todo en el de principiantes, se sientan las bases de una actividad deportiva desarrollada en la juventud y edad adulta, así como también de los futuros deportistas de alta competición el entrenador que trate con estas edades tiene una gran responsabilidad: el contribuye a la definición de los rasgos esenciales de su carácter, de sus principios y actitudes fundamentales sienta las bases tanto de compartimiento

elementales, que coinciden con un progresiva de la jugada como de los conocimientos técnicos y tácticos. Los descuidos en esta etapa serán la causa de que más adelante sea difícil e incluso imposible recuperar todo lo anteriormente expuesto, ya que en esta edad, por razones ontogénicas, hay facetas especialmente indicadas para fomentar determinadas aptitudes motoras, con ello también la adquisición de las correspondientes capacidades de movilidad. (Moras, G. 1996)

2.2.4. Características motoras.

Fase de la edad idónea para el aprendizaje motor.

- La capacidad de aprendizaje motor alcanza un nivel muy alto. Los movimientos son aprendidos.
- Los niños de esta edad quieren producir cosas, quieren ser exigidos.
- La exigencia en el entrenamiento puede ser alta si se tiene en cuenta el principio del aumento gradual de este.
- Una excelente capacidad de aprendizaje motor posibilita una especialización temprana. (Campos, G. 2002)

2.2.5. Características psíquicas.

Fase de revelaciones de “realismo crítico”.

- Es posible plantear unas exigencias mayores a la capacidad de concentración.
- La sed de saber y el deseo de una representación interesante de las cosas están íntimamente unidas.
- Se forma el pensamiento conceptual y lógico.
- Sorprendente capacidad de retención, paso a la memoria lógica e inteligencia.
- Aumento de la capacidad para elaborar información de la conciencia del aprendizaje.
- Ámbito emocional: dominan el equilibrio y el optimismo.
- Buenas disposiciones para aprender y esforzarse. (Campos, g. 2002)

2.2.6. Preparación técnica.

Equivale a perfeccionar al deportista en el dominio, de los fundamentos del voleibol como son técnica: de la recepción de balón, saque, voleo, remate, acompañados de una excelente familiarización con el balón, este tipo de investigación es de competencia del entrenador de voleibol. El dominio de la técnica perfeccionada es una parte importante en un proceso correctamente organizado del entrenamiento deportivo, el logro de altos resultados deportivos sin la enseñanza de la base de la técnica de los distintos eventos sin la corrección de los errores que nos encontramos durante el estudio y la perfección ofensiva de los mismos, en relación al desarrollo anterior de la capacidad física del atleta llevarla al proceso del mismo la técnica se considera en el deporte como un útil y económico método para la solución de problemas deportivos. Este método ha de corresponder al reglamento y las posiciones competitivas.

Durante el tiempo restante se solucionarían los problemas sin el balón, la técnica es la capacidad de dominar el balón a un en situación de juego sumamente angustiosas, con el fin de garantizar la posición del balón del propio equipo. Para realizar esta meta de entrenamiento, el término “técnica del voleibol” o técnica se divide en dos puntos “técnica del balón o “técnica del cuerpo”.

El término técnica del balón significa encontrarse familiarizando con el balón, dominarlo, mientras que el término “técnica física”. Significa el uso adecuado, razonable y eficaz del cuerpo de acuerdo con la situación correspondiente de un juego. La técnica ideal, se tiene que variar a menudo en el partido según la intensidad de encuentro, que varía rápidamente y que no encaja en ningún sistema. A pesar de ellos, los jugadores han de aprender lo más correctamente posiblemente a técnica básica a través de un entrenamiento técnico metódico y bien estructurado, las acciones técnicas han de estar siempre al servicio del objetivo del partido. (Hessing.W. 995)

2.2.7. Fundamentos técnicos del voleibol

Movimiento especializado o específico principal y primario que aseguran el dinamismo de competitividad del deportista (Mosston, 2005).

Son los conocimientos que ponen en práctica cuando juegan a algo. Los fundamentos técnicos son la forma apropiada, la técnica de un movimiento para lograr el objetivo, porque cada técnica de cada deporte ha ido evolucionando porque descubrían que haciendo un movimiento de tal forma era más eficaz; y con las nuevas tecnologías se van estudiando la biomecánica del movimiento para no lesionar a deportista y mejorar la técnica (Hessing, 2006).

Razón principal o motivo con que se pretende afianzar y asegurar algo raíz, principio y origen en que estriba y tiene su mayor fuerza algo no material (García, 2002).

Se emplean diversas técnicas para impulsar la pelota en distintas situaciones del juego. En todas ellas el balón debe ser golpeado, no agarrado ni lanzado. La retención, arrastre o acompañamiento del balón es falta. El criterio arbitral en esta aplicación de esta norma es fuente habitual de polémica por parte de los aficionados que asisten a los partidos (Portillo, 2003).

En el voleibol es de gran importancia profundizar en los fundamentos de juego donde la técnica cumple una sustancial misión. Al hablar de técnica se habla de los fundamentos, porque el saque, recepción, voleo, remate son las característica fundamentales de este deporte (Hessing, 2006).

Para alcanzar el objetivo del juego, los jugadores realizan acciones individuales identificadas en los siguientes gestos técnicos: las posiciones fundamentales, los desplazamientos, así como saque, recepción, voleo, bloqueo y remate (Campos, 2002)

Según Planchart y Domínguez (2001) la técnica se define como la utilización racional de los movimientos del cuerpo en función de los fundamentos de juego, con el objeto de obtener los más elevados beneficios mediante la realización de esfuerzo mínimo.

2.2.7.1 Saque

Con el saque comienza el juego ofensivo, de la ejecución del saque se desprende un efecto moral que debe capitalizarse a favor del equipo propio. Es importante la orientación del saque porque el jugador contrario que se ve obligado a recibir el tiro, queda limitado para participar en el subsiguiente ataque. Todo saque debe reunir básicamente tres características: seguridad, precisión y efectividad, pues si posee éstas, dificulta la recepción del contrario. El saque es la acción de poner en juego el balón, cada punto se inicia con un saque del balón desde detrás de la línea de fondo su finalidad principal es ofensiva, marcar punto al contrario, o dificultar al máximo la recepción por parte del contrario (Moras, 1996).

El saque es el elemento fundamental del juego. Cada vez que este se interrumpe por una falta, se reanuda con un saque. El equipo que no sabe sacar no puede ganar. Un jugador dispone, para realizar el saque, de 8 segundos, único gesto en el que el jugador puede controlar en balón, por ello sacar bien, más que necesario, es una obligación (Guimaraes, 2006).

Existen diferentes formas de saques, por ejemplo los saques tenis, saque gacho, saque con suspensión, pero en esta oportunidad se tomó en cuenta en saque bajo mano (Guimaraes, 2006)

Saque bajo mano

Es el más utilizado por los principiantes se le llama también de seguridad (es el más fácil de ejecutar y también el menos afectivo). El jugador se coloca (en la zona de

saque) con los hombros frente a la red. (Teniendo diferencia continua con el campo contrario), los pies separados a la anchura de las caderas, la pierna del brazo que va golpear el balón retrasado, y el otro brazo sujeta el balón por su parte inferior. En esta posición el jugador flexiona las piernas llevando el brazo que realiza el golpeo o saque, extendiendo atrás y con la mano en forma de cuchara. En el momento de lanzar (o soltar) el balón al aire verticalmente, se realiza una extensión de las piernas, llevando el peso del cuerpo hacia delante. El brazo que realiza el golpeo ya muy extendido mediante un movimiento pendular de atrás hacia adelante, golpeando el balón por detrás y debajo. Después del golpe al balón, la pierna de atrás avanza para entrar el jugador en el terreno de juego (Guimaraes, 2006).

El saque de abajo es fácil de ejecutar, y el nivel de éxito en conseguir que la pelota pase al otro lado de la red es bueno. Sin embargo, el empleo de este servicio en el voleibol u otras formas altamente organizadas de este deporte va probablemente en detrimento del equipo que efectúa el servicio. Debido a la naturaleza de la acción, el servicio hace que la pelota viaje siguiendo una línea parabólica, que se parece a una situación libre para el adversario. Puesto que es fácil de ejecutar es adecuado para los jugadores muy jóvenes o para principiantes (Moras, 1996).

El jugador se coloca en la zona de saque de perfil a la red (un hombro -derecho o izquierdo en dirección a la red), con el balón en las manos a la altura de la cintura, lo puede soltar y golpear, como también lo puede lanzar hacia arriba y golpearlo. Al momento de golpearlo debe girar la cintura, dando frente a la red, para que el balón se dirija al campo contrario por sobre la red. El balón se golpea con una sola mano o con cualquier parte del brazo. Los saque bajo mano son utilizados por jugadores novatos y cuando se requiere colocar los balones a determinada posición del equipo rival. La posición de los pies es la siguiente: una pierna delante con flexión y

extensión al momento de golpear el balón con la mano tipo cuchara o puño, sin doblar el codo. Colocando lateralmente a la malla y de frente a la línea lateral del terreno. Los pies en forma de paso, aproximadamente al ancho de los hombros, las piernas ligeramente flexionadas. El tronco algo inclinado al frente con una pequeña torsión hacia el brazo que golpeo. El balón es sostenido con la mano derecha o izquierda delante y el brazo contrario se retira hacia atrás. Se lanza el balón algo hacia arriba donde el brazo derecho se desplaza lateralmente desde atrás hacia delante golpeando el balón con la mano abierta. Para la realización de este tipo de saque, el ejecutante se coloca en la zona respectiva, lateral o perpendicular a la red, con los pies paralelos y separados aproximadamente a la anchura de los hombros. La pelota se sostiene frente al cuerpo con la mano adelantada, luego se lanza y se golpea el balón en la parte ínfero posterior con el otro brazo extendido y la mano acopada a la altura de la cadera; simultáneamente se realiza una rotación de la cintura y un paso al frente con el pie adelantado para proporcionarle una fuerza última y adicional (Carvajal y Régulo, 1990).

2.2.7.2 Recepción de balón

El jugador adoptando una posición o actitud dinámica que se le posibilite un rápido desplazamiento, debe observar con gran atención al contrario para saber qué tipo de saque va a hacer. Después hay que concentrarse en el balón. Es importante moverse tan pronto salga de su mano y no esperar a que el balón este en nuestro campo. Una vez que el jugador ha llegado al lugar apropiado mediante un buen desplazamiento, debe colocarse correctamente, abrir y flexionar las piernas, buscando una posición equilibrada, estando el peso de todo el cuerpo sobre la parte delantera de los pies, orientando esos y los hombros en la dirección del pase (hacia el colocador), y colocando los brazos muy estirados y muy adelantados con las manos unidas una sobre

otra, con los dedos pulgares unidos, paralelos, estirados y a la altura. En el momento del contacto del contacto con el balón (que ser con la zona media de los antebrazos) se inicia una extensión de todos los segmentos del cuerpo, empujando el balón y dirigiéndolo hacia el colocador, sin darle una trayectoria demasiado alta, acompañando el golpe con todo el cuerpo. Cuanta más potencia lleva el saque, más suave debe ser el golpe. La recepción es la base y el fundamento del contraataque a pesar de ser considerada un elemento defensivo (Guimaraes, 2006)

El jugador se coloca en el terreno mirando hacia el campo contrario con los pies en forma de paso y las piernas flexionadas. El tronco algo inclinado al frente. Los brazos van semiextendidos y relajados al frente, separados completamente del tronco. En esta postura se espera al balón. El contacto con el balón comienza con una extensión progresiva de las piernas, al momento de dar el golpe las manos van entrelazadas y estiradas, en ese momento se realiza un movimiento de los hombros hacia adelante y arriba para de esta forma regular la fuerza del impacto y dirección de la acción. El jugador debe ejecutar pequeños movimientos con las piernas en el lugar para propiciar un rompimiento más rápido y fácil del momento de inercia. Cuando se haya terminado el contacto con el balón, el peso del cuerpo reposa sobre la punta de los pies. El cuerpo se regresa a su estado inicial realizando los movimientos pertinentes para la ejecución de la acción posterior (Cortina, 2007)

La recepción es el primero de los tres contactos que le están permitidos un equipo para devolver la pelota por encima de la red, permite parar el saque y evita que el equipo contrario haga punto, permite efectuar un toque de antebrazo hacia el pasador (Hessing, W. 1995)

La separación de las piernas debe ser un tanto más ancho de los hombros, la punta de los pies ligeramente hacia adelante, las rodillas más adelante que la punta de los pies, los hombros más adelante que las rodillas, ligeramente inclinado hacia delante, los dos codos deben estar más adelante que los hombros, los ojos deben observar el balón de abajo hacia arriba. Al momento de contestar, sacar un pie adelante metiendo la cintura hacia adelante (Tamayo k. 1986).

2.2.7.3 Voleo

El segundo pase lo realiza el colocador mediante un pase de arriba con dos manos. De una buena colocación depende el ataque y este no será bueno si el colocador no realiza un buen pase. Para realizar un buen pase adelante, el jugador tendrá, previa a la llegada del balón, una posición dinámica, con el peso del cuerpo en la parte delantera de los pies, que le posibilite un rápido desplazamiento al lugar donde vaya realizar el toque de balón. Una vez que el jugador se coloca detrás y debajo del balón, debe abrir y flexionar las piernas, adelantando una de ellas, orientándola al igual que los hombros, en la dirección del pase (hacia el remate). El toque de balón se realiza muy cerca de la cara (entre la nariz y la frente) con las manos abiertas y próximas en la forma de copa, ofreciendo al balón una forma cóncava, en la que los dedos pulgares e índice forman un triángulo. El contacto se realiza con las yemas de los dedos (ultima falange), y estando las muñecas en tensión, se realiza una extensión coordinada de las piernas, tronco, brazos y manos hacia arriba-adelante, en la dirección del pase, en un movimiento corto y rápido (Guimaraes, 2006).

El voleo es el alma del voleibol. De ello depende el éxito o el fracaso del ataque. El jugador que efectúa el pase debe ser un buen técnico para saber pasar la pelota, desde cualquier situación a un jugador de ataque. Pero sobre todo debe ser táctico dado que

es el quien decide quien efectuará el ataque. Con su forma de efectuar el pase decidirá como vencer, si es posible, el bloqueo contrario (Mosston, 2005).

Domínguez (2001). Consiste en golpear la pelota con la yema de los dedos, sin empujarla, ni retenerla. Por este motivo es necesario que el contacto con el balón y los dedos de la mano sea instantáneo para no incurrir en "Dobles". Puede ser: Voleo, pelotas altas, voleo adelante, voleo atrás, voleo bajo. Voleo pelotas altas: La posición debe ser con los pies separados y uno adelantado con respecto al otro, cadera abajo y adelante, rodillas poco flexionadas, manos arriba y adelante, los dedos separados y extendidos toca la pelota y se realiza una pequeña amortiguación del golpe. En esta oportunidad tomaremos en cuenta el pase o voleo lateral.

2.2.7.4 Pase Lateral

Cuando el balón va dirigido hacia la red o golpea en ella, el colocador puede efectuar un pase lateral a dos manos. El jugador, al realizarlo, se encuentra lateral a la dirección del pase; esto dificulta su exactitud (Guimaraes, 2006).

2.2.7.5 Remate

Golpear fuertemente el balón, cuando esta se encuentra cerca y por encima de la red; el jugador debe elevarse lo más alto posible y con fuerza del tronco, brazo y mano en forma de cuchara impulsar el balón de arriba hacia abajo en el campo contrario (García, 2002).

El remate se puede definir como el golpeo que se realiza al balón con una sola mano por encima de la red, con la máxima fuerza y velocidad, hacia el campo contrario, con el fin de provocar la máxima dificultad en la defensa del adversario. El balón debe ser golpeado a la máxima altura por encima de la red y cerca de ella, por lo cual el jugador realiza un salto procedido de una carrera. Normalmente debe partir de la línea de

ataque, realizando 3 o 4 pasos, siendo los dos últimos los más importantes. Cuando el colocador recibe el balón, el rematador inicia la carrera y, cuando ve el lugar donde el balón va dirigido, efectúa el penúltimo paso, marcando la velocidad y el lugar donde se va a producir el salto. El último paso es el más rápido y el más largo: el pie se apoya en el suelo de talón e inmediatamente se hace lo mismo con el otro pie, procurando que queden apoyados a la misma altura, separados a la anchura de los hombros y de frente a la red. Cuando el jugador realiza el último paso o batida, flexiona las piernas y el tronco hacia adelante, llevando enérgicamente los brazos estirados atrás para mantener el equilibrio y ayudar en el salto. Los pies hacen un movimiento de secante de talón punta para realizar el salto. El salto se realiza con las dos piernas. El salto se inicia con el simultáneo lanzamiento de los brazos estirados hacia arriba, estiramiento del tronco y explosivo impulso de las piernas. En el punto más alto el tronco se arquea hacia atrás y el brazo del remate se arma con una rápida flexión atrás, con el codo muy alto. El otro brazo se eleva para mantener el equilibrio. En el momento del golpe se realiza una fuerte extensión del tronco hacia adelante, ayudado por un rápido movimiento del brazo que golpea, describiendo un arco cuyo centro es el codo con una velocidad que alcanza su máximo en el instante en que la mano golpea al balón, que estará abierta y la muñeca muy suelta. Se debe golpear el balón con el brazo estirado y en el punto más alto. La caída debe ser sobre las dos piernas, de forma elástica, y en el lugar de la batida (salto en altura), con apoyo de los pies de punta a talones, amortiguando con flexión de piernas y en la menor disposición para una posible e inmediata intervención en juego del rechace del balón por el bloqueo (Guimaraes, 2006).

2.3. Marco conceptual

Fundamento técnico

Movimiento especializado o específico principal y primario que aseguran el dinamismo de competitividad del deportista (Mosston, 2005).

El término técnica del balón

significa encontrarse familiarizando con el balón, dominarlo, mientras que el término “técnica física”. Significa el uso adecuado, razonable y eficaz del cuerpo de acuerdo con la situación correspondiente de un juego. (Mosston, 2005).

El voleibol

Es un deporte donde dos equipos se enfrentan sobre un terreno de juego liso separados por una red central, tratando de pasar el balón por encima de la red hacia el suelo del campo contrario. El balón puede ser tocado o impulsado con golpes limpios, pero no puede ser parado, sujetado, retenido o acompañado. (Mosston, 2005).

Cada equipo dispone de un número limitado de toques para devolver el balón hacia el campo contrario. Habitualmente el balón se golpea con manos y brazos, pero también con cualquier otra parte del cuerpo. Una de las características más peculiares del voleibol es que los jugadores tienen que ir rotando sus posiciones a medida que van consiguiendo puntos. (Mosston, M. 2005)

Ejercicios estáticos

Ejercicios efectuados a una velocidad más lenta y más rápida. Recepción de balones desde distintas direcciones y pase inmediato hacia delante, lateral y hacia atrás. Combinación de distintos elementos técnicos aplicado ejercicios complejos. (Campos, 2002).

La coordinación corporal

Es el conjunto de capacidades que organizan y regulan de forma precisa todos los procesos parciales de un acto motor en función de un objetivo motor preestablecido. (Navarro, 2001).

La coordinación motriz gruesa

Consiste en la capacidad de contraer grupos musculares diferentes de forma independiente, o sea, llevar a cabo movimientos que incluyen a varios segmentos corporales (Navarro, 2001).

El equilibrio

Es la función que permite mantener en un estado relativamente estable el centro de gravedad del individuo, a pesar de los acontecimientos e influencias del entorno. Es la capacidad para asumir y sostener cualquier posición del cuerpo contra la fuerza de la gravedad (Navarro, 2001).

CAPÍTULO III

MATERIALES Y METODOS

3.1. Ubicación Geográfica del Estudio

La Institución Educativa Secundaria José María Arguedas está ubicado en la zona rural en el barrio vallecito del distrito de Llalli, provincia de Melgar, región Puno. Los estudiantes se encuentran entre las edades de 11 y 13 años siendo mixto y su condición económica es de media a baja ya que provienen de familias que se dedican a la agricultura, ganadería y comercio.

3.2. Periodo de duración del estudio

La ejecución del proyecto que lleva por título, Nivel de fundamentos técnicos del voleibol en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llalli. Fue ejecutado durante los meses Marzo- Mayo del 2018.

3.3. Población y muestra de estudio

La población y muestra de estudio estuvo constituido por los estudiantes del 1er grado “A” y “B” del nivel secundario de la IES José María Arguedas de Llallí. Siendo un total de 55 estudiantes que están entre las edades de 11-13 años.

Tabla 1.

Población y muestra de estudio

Institución Educativa Secundaria	EDAD	ALUMNADO (población)	N° de alumnos (muestra de estudio)	fi	%
José María Arguedas de Llallí	11-13	280	55	55	100%
Total		280	55	55	100%

Fuente: Nómina de matrícula de la IES. José María Arguedas Llallí.

Elaborador: El investigador.

El instrumento que se utilizó para la recolección de datos fue el test de fundamentos técnicos del voleibol, impartida por un profesor de educación física.

Define los test como procedimientos o métodos que evalúan la presencia de un factor o fenómeno que comprende un conjunto de ítems (preguntas, estímulos o tareas) que se puntúan de forma estandarizada y se utilizan para examinar y posiblemente evaluar las diferencias individuales en aptitudes, habilidades, competencias, disposiciones, actitudes y emociones (Anastasi y Urbina, 1997)

La validación del instrumento fue realizada por el investigador y un experto (validez de contenido). El instrumento antes de ser aplicado al total de la muestra se sometió a ensayo piloto a 15 estudiantes que representan la muestra; donde se evidencio la funcionalidad del instrumento.

La validez es el grado en que una prueba o ítem de la prueba mide lo que pretende medir; es la característica más importante de una prueba. Al referirse a la validez relativa a un criterio definen a éste como la medida en que los resultados de la prueba se asocian con alguna otra medida de la misma aptitud (Baechle y Earle, 2007).

3.4. Diseño estadístico de la investigación

La investigación es de tipo descriptivo y diseño diagnóstico - descriptivo, que consiste en caracterizar la variable de estudio en base a la observación de ella y nos permitió conocer el nivel del fundamento técnico del voleibol. El tratamiento estadístico se dió vía análisis porcentual, apoyado en el Software estadístico SPSS.23.

3.5. Procedimiento

Para la presentación de los resultados obtenidos se estimó de la siguiente manera:

- Tabulación y clasificación de datos.
- Elaboración de cuadros estadísticos.
- Elaboración de gráficos estadísticos en base a las técnicas e instrumentos utilizados durante la recolección de datos.
- Se realizó el análisis e interpretación correspondiente.
- Aplicación de la formula estadística con la finalidad de probar la hipótesis.

3.6. Variable

Para la ejecución de la tesis se aplicó la variable de Fundamentos Técnicos del Voleibol.

3.7. Análisis de los resultados.

En el nivel de fundamentos técnicos del voleibol de los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llalí, de un total de 55 estudiantes que representa el 100%, a nivel de la evaluación de los fundamentos técnicos del voleibol el 11% se encuentra en la categoría bueno, el 22 % se encuentra en la categoría regular y el 67% se encuentra en la categoría deficiente.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Resultados del nivel de fundamentos técnicos del voleibol

Tabla 2.

Nivel de fundamento técnico del saque

Categorías		I.E.S José María Arguedas	
Cualitativa	Cuantitativa	Frecuencia	%
Bueno	[09-12]	10	18%
Regular	[04-08]	20	36%
deficiente	[00-03]	25	46%
Total		55	100%

Fuente: registro de los test de fundamento técnico del saque.

De 55 estudiantes que representa el 100%, el 46% de estudiantes de la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas Llalí en el fundamento técnico de saque se encuentra en la categoría deficiente, el 36% en regular y el 18% en bueno.



Figura 1. Nivel de fundamento técnico del saque de los estudiantes del 1er grado de la I.E.S. José María Arguedas de Llalí

Fuente: Test de fundamentos técnicos de voleibol.

Análisis: Según el grafico de un total de 55 estudiantes que representa el 100%, 25 estudiantes que significa el 46%, se encuentra en la categoría deficiente.

Tabla 3.
Nivel de fundamento técnico de recepción de balón

Categorías		I.E.S José María Arguedas	
Cualitativa	Cuantitativa	Frecuencia	%
Bueno	[09-12]	7	13%
Regular	[04-08]	15	27%
deficiente	[00-03]	33	60%
Total		55	100%

Fuente: registro de los test de fundamento técnico de recepción de balón

De 55 estudiantes que representa el 100%, el 60% de estudiantes de la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas Llalí en el fundamento técnico de recepción de balón se encuentra en la categoría deficiente, el 27% en la categoría regular y el 13% en la categoría bueno.

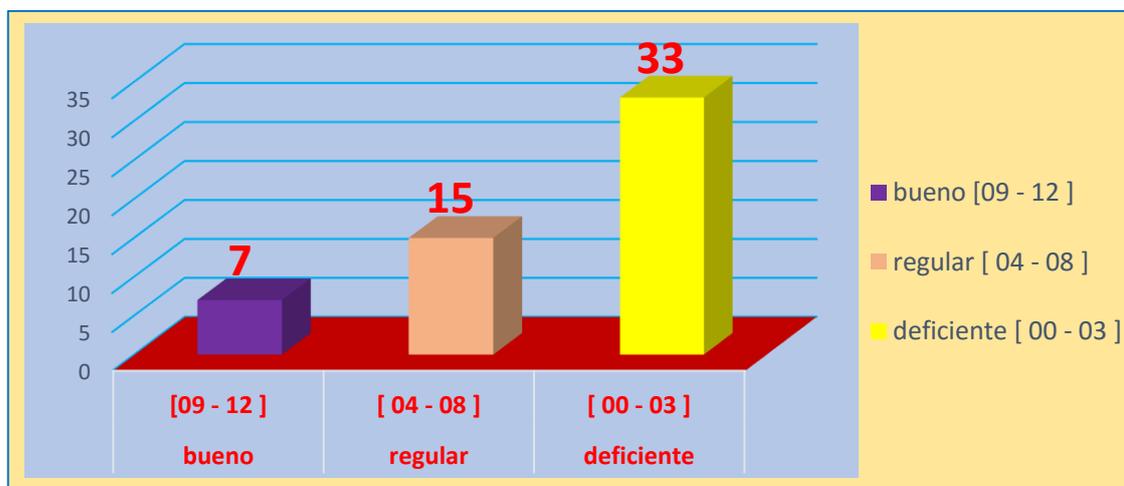


Figura 2. Nivel de fundamento técnico de recepción de balón en los estudiantes del 1er grado de la I.E.S José María Arguedas De Llalí

Fuente: Test de fundamentos técnicos del voleibol.

Análisis: Según el grafico de un total de 55 estudiantes que representa el 100%, 33 estudiantes que significa el 60%, se encuentra en la categoría de deficiente.

Tabla 4.
Nivel de fundamento técnico del voleo

Categorías		I.E.S José María Arguedas	
Cualitativa	Cuantitativa	Frecuencia	%
Bueno	[09-12]	4	7%
Regular	[04-08]	8	15%
deficiente	[00-03]	43	78%
Total		55	100%

Fuente: registro de los test de fundamento técnico del voleo

De 55 estudiantes que representa el 100%, el 78% de estudiantes de la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas Llallí en el fundamento técnico del voleo se encuentra en la categoría deficiente, el 15% en la categoría regular y el 7% en la categoría bueno.

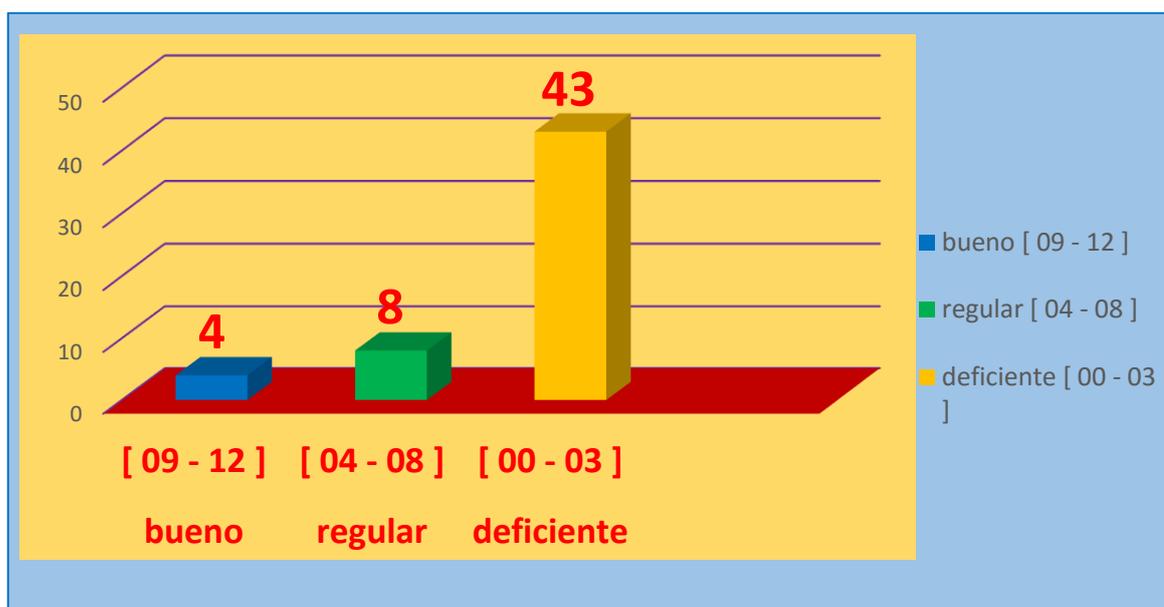


Figura 3. Nivel de fundamento técnico de voleo en los estudiantes del 1er grado de la I.E.S José María Arguedas De Llallí

Fuente: Test de fundamentos técnicos de voleibol.

Análisis: Según el grafico de un total de 55 estudiantes que representa el 100%, 43 estudiantes que significa el 78%, se encuentra en la categoría de deficiente.

Tabla 5.
Nivel de fundamento técnico del remate

Categorías		I.E.S José María Arguedas	
Cualitativa	Cuantitativa	Frecuencia	%
Bueno	[09-12]	3	5%
Regular	[04-08]	6	11%
deficiente	[00-03]	46	84%
Total		55	100%

Fuente: registro de test de fundamento técnico del remate

De 55 estudiantes que representa el 100%, el 84% de estudiantes de la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas Llalí en el fundamento técnico de remate se encuentra en la categoría deficiente, el 11% en la categoría regular y el 5% en la categoría bueno.



Figura 4. Nivel de fundamento técnico de remate en los estudiantes del 1er grado de la i.e.s José María Arguedas de Llalí

Fuente: Test de fundamentos técnicos de voleibol.

Análisis: Según el grafico de un total de 55 estudiantes que representa un 100%, 46 estudiantes que significa el 84%, se encuentra en la categoría de deficiente.

Tabla 6.
Nivel de fundamentos técnicos del voleibol

Categorías		I.E.S José María Arguedas	
Cualitativa	Cuantitativa	Frecuencia	%
Bueno	[09-12]	24	11%
Regular	[04-08]	49	22%
deficiente	[00-03]	147	67%
Total		220	100%

Fuente: Registro de los test de los fundamentos técnicos del voleibol

De 55 estudiantes que representa el 100%, el 67% de estudiantes de la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas Llalli en el fundamento técnico de voleibol se encuentra en la categoría deficiente, el 22 % en regular y el 11 % en bueno.

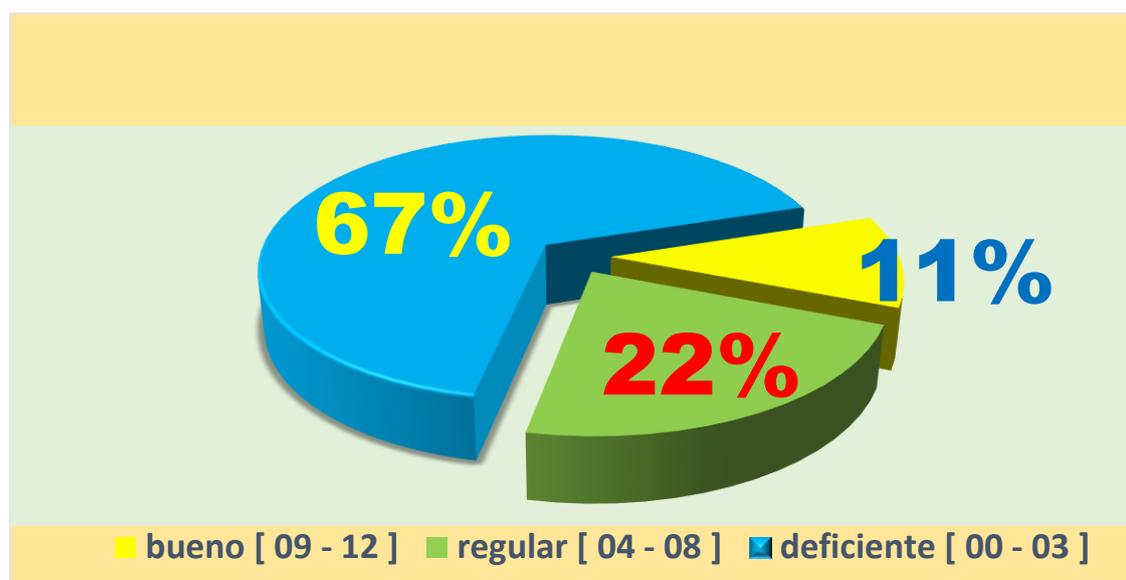


Figura 5. Nivel de fundamentos técnicos del voleibol de los estudiantes del 1er grado de la i.e.s José María Arguedas de Llallí

Fuente: Test de fundamentos técnicos de voleibol.

Análisis: Según el grafico de un total de 55 estudiantes que representa el 100%, a nivel de la evaluación de los fundamentos técnicos del voleibol el 11% se encuentra en la categoría bueno, el 22 % se encuentra en la categoría regular y el 67% se encuentra en la categoría deficiente.

4.2. Discusión

Conclusión, los estudiantes se encuentran en un nivel deficiente con respecto a los fundamentos técnicos del vóleybol en la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas del distrito de Llallí, provincia de Melgar departamento de Puno. (Cibrián, 1998) menciona que el descuido de esta faceta en la actividad del voleibolista puede conllevar a faltas innecesarias, torpeza en los movimientos de los jugadores que obstruccionan su motricidad específica y en muchos casos se convierten en causas principales en la pérdida de un tanto. Ambos aspectos (desplazamiento y la posición) en la mayoría de los casos forman la fase preparatoria de los diferentes fundamentos técnicos del juego.

En el fundamento de saque, la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llallí de un total de 55 estudiantes, el 46 % se ubican en la categoría deficiente, el 36% en regular y el 18% en bueno. Guarda relación con Toscano (2014) se ha podido evidenciar que los estudiantes demuestran interés por aprender y practicar voleibol en las horas de educación física. Pero debido al poco tiempo impartido al voleibol durante todo el año escolar no se ha podido lograr que los estudiantes dominen los fundamentos básicos y sobre todo formar un equipo o selección de voleibolistas para poder competir a nivel inter-escolar.

En el fundamento de recepción de balón, la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llallí de un total de 55 estudiantes, el 60% se ubican en la categoría deficiente, el 27% en regular y el 13% en bueno. No guarda relación con Navarro (2015) los videos motivacionales impactan favorablemente en la autoconfianza de la selección de voleibol femenino categoría infantil de la liga distrital de voleibol Puno.

En el fundamento de voleo, la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llallí de un total de 55 estudiantes, el 78% se ubican en la categoría deficiente. El 15% en regular y el 7 % en bueno. Guarda relación con **Toscano (2014)** se ha podido evidenciar que los estudiantes demuestran interés por aprender y practicar voleibol en las horas de educación física. Pero debido al poco tiempo impartido al voleibol durante todo el año escolar no se ha podido lograr que los estudiantes dominen los fundamentos básicos.

En el fundamento de remate, la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llallí de un total de 55 estudiantes, el 84% se ubican en la categoría deficiente, el 11 % en regular y el 5% en bueno. Guarda relación con **(García, 2002)**. Golpear fuertemente el balón, cuando esta se encuentra cerca y por encima de la red; el jugador debe elevarse lo más alto posible y con fuerza del tronco, brazo y mano en forma de cuchara impulsar el balón de arriba hacia abajo en el campo contrario

CONCLUSIONES

PRIMERA: Conclusión, El 67% de estudiantes de la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas Llallí, en el fundamento técnico de voleibol se encuentra en la categoría deficiente, el 22% en regular y el 11% en bueno.

SEGUNDA: En el fundamento de saque, la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llallí de un total de 55 estudiantes, el 46% se ubican en la categoría deficiente, el 36% en regular y el 18% en bueno.

TERCERA: En el fundamento de recepción de balón, la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llallí de un total de 55 estudiantes, el 60% se ubican en la categoría deficiente, el 27% en regular y el 13% en bueno.

CUARTA: En el fundamento de voleo, la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llallí de un total de 55 estudiantes, el 78% se ubican en la categoría deficiente. El 15% en regular y el 7% en bueno.

QUINTA: En el fundamento de remate, la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llallí de un total de 55 estudiantes, el 84% se ubican en la categoría deficiente, el 11% en regular y el 5% en bueno.

RECOMENDACIONES

PRIMERA: A los directores y autoridades educativas del José María Arguedas de Llalí priorizar la práctica de la disciplina deportiva del voleibol, con una buena planificación previa coordinación con los profesores de educación física, de la misma forma tenga un presupuesto para aumentar la infraestructura deportiva existente y que sea adecuada para dicha práctica deportiva.

SEGUNDA: Se sugiere a los profesores de Educación Física desarrollar sesiones de aprendizaje acorde a las fortalezas y debilidades de cada estudiante, de la misma forma realizar talleres deportivos en la disciplina de voleibol (inter-diario) por las tardes y/o mañanas así incentivar la práctica de este deporte.

TERCERA: Se sugiere al director de la Institución Educativa, la implementación del departamento de educación física con material deportivo adecuado para la práctica de la disciplina deportiva del voleibol. Ya sea mediante gestión o concientizar a los señores padres de familia mediante una charla para poder adquirir materiales deportivos, de la misma forma se recomienda a los estudiantes a practicar de forma constante no solo en las sesiones de clases de educación física.

CUARTA: Se sugiere a las autoridades educativas y profesores de educación física en especial, realizar confraternidades deportivas de voleibol cada fin de trimestre con distintas instituciones educativas para ver el progreso de vuestros estudiantes y de la misma forma incentivar a la práctica deportiva de los estudiantes.

QUINTA: Se sugiere a los padres de familia se preocupen un poco más de vuestros menores hijos apoyando más en la formación deportiva, buscando academias deportivas o incentivando desde casa a la práctica de disciplinas deportivas y no prohibir a que puedan salir a entrenar por las mañanas y tardes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Anastasi y Urbina,(1997). Test como procedimientos o métodos.
- Baechle, D. Earle, G. (1970). Conceptos de validación de instrumentos. España.
- Carbajal, A. Regulo, H. (1990). Educación física 7° grado. Caracas: Editorial Romor, C.A.
- Campos, G. (2002). *Voleibol básico*. Colombia: Editorial Romay.
- Cortina, C. (2007). Voleibol fundamentos técnicos. México. D.R. © Facultad de Estudios Superiores Zaragoza.
- Charaja, F. (2012). El MAPIC en la metodología de la investigación. Puno, Perú: Ediciones, Sagitario Impresora.
- Drauschke, k. Kroguer, C. Utz, M. (2011). El entrenador de voleibol. Badalona España. Editorial Paidotribo les Guixeres.
- García, f. (2002). Motivación del deportista peruano. Lima. Universidad San Martin de Porres.
- Guimaraes, T. (2006). Voleibol, iniciación y alto rendimiento. Bogotá. Cooperativa Editorial Magisterio.
- Hessing, W. (1995). Voleibol para principiantes, entrenamiento táctico y técnica. Barcelona. Editorial Paidotribo.
- Jove, H. (2011). Aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos del voleibol en los estudiantes del nivel secundario de la ciudad de Azangaro-2011. (Tesis pre-grado). Universidad Nacional del Altiplano, Puno.
- Moras, G. (1996). Guía de voleibol de la asociación e entrenadores americanos de voleibol. Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Mosston, M. (2005). Manual del voleibol, manual para entrenadores COPEV. Voleibol, diseño gráfico Editorial Luis Yngapajuelo, Perú
- Navarro, E. (2015). Los videos motivacionales y su impacto en la autoconfianza de la selección de voleibol femenino categoría infantil de la Liga Distrital de

voleibol Puno. (Tesis pre-grado). Universidad Nacional del Altiplano, Puno.

Navarro, M., García, J., Brito, E., Navarro, R., Ruiz, A., & Egea, A. (2001). Coordinación y equilibrio. Concepto y actividades para su desarrollo. 280286. Departamento Hospital Universitario Insular U.L.P.G.C.

Nicolás, A. (2009). Autoconfianza y deporte. Buenos Aires.

Planchart, J. y Domínguez, D. (2001) *Fundamentos técnicos del voleibol*. México: Editorial Paidós.

Portillo, R. Mazerosky, H. (2002). Fundamentos técnicos de voleibol. Maracaibo: Educación cultural y deportiva. Instituto Universitario de Tecnología.

Portillo, F, (2003) fundamentos técnicos de voleibol.

Ramírez, J. (2014). En la tesis titulada nivel de fundamentos en los estudiantes de quinto grado de las instituciones educativas secundarias José Reyes Lujan y Glorioso INA 21 de Azángaro, 2012. (Tesis pre-grado). Universidad Nacional del Altiplano, Puno.

Ruelas, y Quispe (2013) en la tesis titulada, programa de entrenamiento para el rendimiento físico en el voleibol en los alumnos del tercer grado de la IES Industrial N° 32 PUNO 2011. (Tesis pre-grado). Universidad Nacional del Altiplano, Puno.

Tamayo, k. (1986). Voleibol fundamentos técnicos. Federación peruana de voleibol. Perú

Toscano, M. (2014). Estudio de la enseñanza y aprendizaje del voleibol en los estudiantes de educación básica superior de la unidad educativa Antares, sector mirasierra distrito Metropolitano Quito, año lectivo 2013-2014. (Tesis pre-grado) Universidad central Del Ecuador facultad de cultura física carrera de docencia en cultura física.

Villalobos, E. (2002). *Manual de educación física para educación secundaria*. Lima – Perú: Edit. Abedul

ANEXOS

ANEXO “A”

Operacionalización de variables.

Variable	Dimensión	Indicadores	Escala de calificación
Fundamentos Técnicos Del Voleibol	Saque	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Por cada impacto en las colchonetas A, B y C ➤ Por cada impacto en el campo contrario ➤ Por impacto fuera del campo contrario ➤ Cuando el balón no pasa la red 	<p>Bueno = 09-12 Regular = 04-08 Deficiente = 00 -03</p>
	Recepción	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Por impacto dentro de la posición III ❖ Por impacto en el campo contrario ❖ Por cada impacto fuera de la posición III ❖ Por impacto fuera de la cancha de voleibol 	
	Voleo	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Por impacto dentro de la zona II y el balón pasa por la circunferencia ➤ Cuando el balón pasa por la circunferencia pero no impacta en zona II ➤ Cuando el balón impacta en zona II sin pasar por la circunferencia ➤ Cuando el balón no pasa por la circunferencia ni impacta en zona II 	
	Remate	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Por impacto en la marcación ➤ Por impacto dentro de la cancha ➤ Por impacto fuera del campo contrario ➤ Por impacto dentro del propio campo o deficiencia técnica 	

Universidad Nacional del Altiplano
Facultad de Ciencias de la Educación
Escuela Profesional de Educación Física

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN TEST DE VOLEIBOL

ANEXO “B”

TEST DE DOMINIO DEL SAQUE PARA ESCOLARES DEL NIVEL SECUNDARIA

Descripción de la prueba: se colocan colchonetas marcadas como A, B, C en las zonas de acierto el término posterior del campo de juego contrario. El jugador ejecuta 03 saques bajo mano hacia alguna de las colchonetas señaladas A, B, C

PUNTUACIÓN:

- Por cada impacto en las colchonetas A, B y C = 4 puntos
- Por cada impacto en el campo contrario = 3 puntos
- Por impacto fuera del campo contrario = 2 puntos
- Cuando el balón no pasa la red = 1 punto

Fundamento técnico	Escala de medición	Baremo
Saque	Bueno	09-12
	Regular	04-08
	Deficiente	00-03

Fuente: Baechle, D. Earle, G.

Elaborador: El Investigador.

ANEXO "C"

TEST DE DOMINIO DE RECEPCIÓN DE BALÓN PARA ESCOLARES DEL NIVEL SECUNDARIA

Se marca en la cancha de voleibol un espacio de 9X9 m en donde el estudiante deberá realizar recepción de balón tendrá 03 repeticiones de recepciones de balón, el cual consistirá en que se le lanzara el balón desde el campo contrario por un asistente desde la posición VI, los cuales serán lanzado uno hacia la posición II, otra a la posición VI y una hacia la posición IV y el estudiante en prueba deberá de realizar la recepción dirigido hacia la posición III.

La puntuación será de la siguiente manera

PUNTUACIÓN:

- ❖ Por impacto dentro de la posición III = 4pts
- ❖ Por impacto en el campo contrario = 3pts
- ❖ Por cada impacto fuera de la posición III = 2 pts
- ❖ Por impacto fuera de la cancha de voleibol = 1pts

Fundamento Técnico	Escala de medición	Baremo
Recepción	Bueno	09-12
	Regular	04-08
	Deficiente	00-03

Fuente: Baechle, D. Earle, G.

Elaborador: El Investigador.

ANEXO "D"

TEST DE DOMINIO DE VOLEO PARA ESCOLARES DEL NIVEL SECUNDARIA

Se realiza el voleo o denominado también toque de dedos en 03 repeticiones el cual consistirá en que el estudiante recibirá balones lanzado de la posición I de su propio campo de juego el estudiante deberá pasar el balón realizando el voleo o toque de dedos a zona II, el balón de pasar por una circunferencia de un radio de 1 metro

PUNTUACIÓN:

- Por impacto dentro de la zona II y el balón pasa por la circunferencia = 4 pts
- Cuando el balón pasa por la circunferencia pero no impacta en zona II = 3 pts
- Cuando el balón impacta en zona II sin pasar por la circunferencia = 2 pts
- Cuando el balón no pasa por la circunferencia ni impacta en zona II = 1 pt

Fundamento técnico	Escala de medición	Baremo
Voleo	Bueno	09-12
	Regular	04-08
	Deficiente	00-03

Fuente: Baechle, D. Earle, G.

Elaborador: El Investigador.

ANEXO "E"

TEST DE DOMINIO DE REMATE PARA ESCOLARES DEL NIVEL SECUNDARIA**Descripción de la prueba:**

El estudiante remata desde las posición II, IV y VI con pase procedente de la posición III del mismo campo de juego, en el campo contrario estarán marcadas en las esquinas hay una marcación de un cuadrado de 1.5 mts en cada esquina separado de la línea lateral a 0.5 m y 0.5 de la línea del fondo.

El estudiante deberá realizar el remate con dirección a las marcaciones A y B los cuales están ubicadas en las esquinas del campo contrario se realizara un total de 03 repeticiones, se suma el número de impactos en las marcaciones.

PUNTUACIÓN:

- Por impacto en la marcación = 4 puntos
- Por impacto dentro de la cancha = 3 puntos
- Por impacto fuera del campo contrario = 2 puntos
- Por impacto dentro del propio campo o deficiencia técnica = 1 punto

Fundamento técnico	Escala de medición	Baremo
Remate	Bueno	09-12
	Regular	04-08
	Deficiente	00-03

Fuente: Baechle, D. Earle, G.

Elaborador: El Investigador.

ANEXO “F”

I.E.S.....

NOMBRE Y APELLIDO.....

GRADO..... SECCIÓN..... EDAD.....

TEST DE SAQUE, PARA ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIA (VOLEIBOL)

FUNDAMENTO TÉCNICO	Estudiantes	Por cada impacto en las colchonetas A, B y C = 4 puntos	Por cada impacto en el campo contrario =3 puntos	Por impacto fuera del campo contrario = 2 puntos	Cuando el balón no pasa la red = 1 punto	TOTAL		
Saque	1							
	2							
	3							
	4							
	5							
	6							
	7							
	8							
	9							
	10							
	11							
	12							
	13							
	14							
	15							

Categoría	Baremos
Bueno	09-12
Regular	04-08
Deficiente	00-03

ANEXO “G”

I.E.S.....

NOMBRE Y APELLIDO.....

GRADO..... SECCIÓN..... EDAD.....

TEST DE RECEPCIÓN DE BALÓN, PARA ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIA (VOLEIBOL)

FUNDAMENTO TÉCNICO	n° de estudiantes	Por impacto dentro de la posición III = 4pts	Por impacto en el campo contrario = 3pts	Por cada impacto fuera de la posición III = 2 pts.	Por impacto fuera de la cancha de voleibol = 1pts	TOTAL		
Recepción	1							
	2							
	3							
	4							
	5							
	6							
	7							
	8							
	9							
	10							
	11							
	12							
	13							
	14							
	15							

Categoría	Baremos
Bueno	09-12
Regular	04-08
Deficiente	00-03

ANEXO “H”

I.E.S.....

NOMBRE Y APELLIDO.....

GRADO..... SECCIÓN..... EDAD.....

TEST DE VOLEO, PARA ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIA (VOLEIBOL)

FUNDAMENTO TÉCNICO	n° de estudiantes	Por impacto dentro de la zona II y el balón pasa por la circunferencia = 4 pts.	Cuando el balón pasa por la circunferencia pero no impacta en zona II = 3 pts.	Cuando el balón impacta en zona II sin pasar por la circunferencia = 2 pts.	Cuando el balón no pasa por la circunferencia ni impacta en zona II = 1 pt	TOTAL		
Voleo	1							
	2							
	3							
	4							
	5							
	6							
	7							
	8							
	9							
	10							
	11							
	12							
	13							
	14							
	15							

Categoría	Baremos
Bueno	09-12
Regular	04-08
Deficiente	00-03

ANEXO “I”

I.E.S.....

NOMBRE Y APELLIDO.....

GRADO..... SECCIÓN..... EDAD.....

TEST DE REMATE, PARA ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIA (VOLEIBOL)

FUNDAMENTO TÉCNICO	N° de estudiantes	Por impacto en la marcación = 4 puntos		Por impacto dentro de la cancha = 3 puntos		Por impacto fuera del campo contrario = 2 puntos		Por impacto dentro del propio campo o deficiencia técnica = 1 punto		TOTAL				
Remate	1													
	2													
	3													
	4													
	5													
	6													
	7													
	8													
	9													
	10													
	11													
	12													
	13													
	14													
	15													

Categoría	Baremos
Bueno	09-12
Regular	04-08
Deficiente	00-03