



PROGRAMAS DE ASIGNATURAS

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE (INEF)

NOMBRE DE LA ASIGNATURA: DEPORTES DE ALTO RENDIMIENTO I. VOLEIBOL

CRÉDITOS: 8,00

CURSO EN EL QUE SE IMPARTE: 4º

CARÁCTER DE LA ASIGNATURA (TR., OBL., OP., L.E.): OPTATIVA

PRESENTACIÓN DE LA ASIGNATURA:

OBJETIVOS GENERALES DE LA ASIGNATURA:

Durante el desarrollo de este curso se pretende completar la formación de los alumnos tanto como licenciados en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, así como desde el punto de vista de una alta especialización como **técnicos deportivos en Voleibol al máximo nivel**, adecuando los programas y contenidos al futuro Real Decreto por el que se establece el título de Técnico Deportivo Superior de Voleibol, así como a los programas del Comité de Entrenadores de la Real Federación Española de Voleibol correspondientes a la titulación del nivel III (entrenador nacional), teniendo en cuenta que estos estudios están reconocidos y convalidados por dicha Federación Española.

DISTRIBUCIÓN DE LOS CONTENIDOS EN BLOQUES DIDÁCTICOS SEÑALANDO (usar solo los apartados necesarios del formulario):

- OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL 1^{ER} BLOQUE::

FUNDAMENTOS TECNICOS AVANZADOS Y SISTEMAS DE ENTRENAMIENTO DE LOS MISMOS.

A lo largo del curso se pretende alcanzar unos elevados conocimientos teóricos y el nivel de ejecución práctico suficiente en los siguientes aspectos y contenidos del Voleibol:

- Teoría sobre los fundamentos técnicos avanzados del voleibol.
- Perfeccionamiento técnico y dominio de la táctica individual de los mismos.
- Sistemas y métodos de entrenamiento para el perfeccionamiento de la técnica individual
- Análisis de los gestos técnicos del voleibol, sistematización y corrección de errores en los mismos.



- El dominio de la técnica a través de juegos bilaterales y de control.

- **DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS (TEMAS DEL BLOQUE):**

Tema 1. El saque.

- Fundamentos avanzados del saque.
- Los saques flotantes y sus diferentes técnicas de ejecución.
- Los saques en potencia y sus diferentes técnicas de ejecución.
- Táctica del saque.
- Entrenamiento del saque.

Tema 2. La recepción del saque.

- La recepción del saque como primer paso en la construcción del ataque.
- Tendencias actuales en la recepción del saque en el Voleibol de alto rendimiento.
- Posición preparatoria. Los desplazamientos en la recepción. Posición de manos y brazos. Inclinación de los brazos. Contacto visual.
- Análisis para la recepción de los diferentes tipos de saque.
- Entrenamiento de la recepción del saque

Tema 3. El pase colocación y las combinaciones de ataque.

- Introducción.
- Características que deben reunir los pases colocación.
- Técnica del pase colocación.
- Diferentes tipos de pase colocación y sus características.
- La figura del colocador: cualidades físicas, habilidades técnicas, habilidades tácticas y cualidades mentales y psicológicas.
- Las combinaciones de ataque y objetivo de las mismas.
- Tiempos de ataque.
- Tipos de combinaciones e identificación de las mismas: sistema digital americano, sistema asiático, sistema español.
- Normas para la utilización de las combinaciones de ataque.
- Entrenamiento del pase colocación.

Tema 4. El ataque en Voleibol.

- Tendencias y exigencias del voleibol de alta competición con relación al remate.
- Estudio de las técnicas avanzadas del remate.



- Variantes del remate: batida con una sola pierna, la doble batida, con salto en longitud, con cambios de dirección en la carrera.
- El ataque de zagueros.
- Las fintas del rematador.
- Táctica del remate.
- Entrenamiento del remate.

Tema 5. El bloqueo.

- Introducción y objetivos del bloqueo.
- La técnica del bloqueo: Posición inicial, observaciones y lecturas de los bloqueadores. Puntos a tener en cuenta para tratar de anticipar al colocador. Desplazamientos. Temporización. Anticipación de las intenciones del rematador. Posición y movimientos de las manos y brazos. La caída.
- Táctica del bloqueo individual y colectivo.
- Sistemas de organización del bloqueo.
- El entrenamiento del bloqueo

Tema 6. La defensa en campo .

- Los pases y la defensa de remates de mano baja.
- Los golpes laterales de mano baja.
- Diferentes técnicas de caídas.
- Las planchas altas y deslizantes.
- Los golpes altos de defensa.
- El método de la recepción y defensa refleja. Fundamentos de la misma.
- Entrenamiento de la defensa en campo.

- **BIBLIOGRAFÍA ESPECÍFICA DEL BLOQUE:**

Bertucci, Bob y otros (1992): “*Guía de Voleibol de la A.E.A.B.*”. Editorial Paidotribo. Barcelona.

Callejón, Diego (2004): “*Apuntes de clase*”. Facultad de CC. De la A. F. y el D. Madrid

Callejón, Diego y otros (1992): “*Voleibol*”. C.O.E. Madrid.

Ejem, Miloslav y Buchtel, Jaroslav (1983): “*Contemporary Volleyball*”. Volleyball Plus Inc. USA.

Frohner, Berthold: “*Voleibol. Juegos para el entrenamiento*”. Editorial Stadium, Buenos Aires.

González, Cristina (2001): “*Análisis del esfuerzo en el juego del Voleibol, tras los nuevos cambios en el Reglamento, mediante una observación sistemática y una medición telemétrica y lactacidémica*”. Universidad de Granada.



Herrera, G., Ramos, J. y Despaigne, M. (1996) “*Voleibol: Manual de consulta operativa para el entrenador*”. Federación Vasca de Voleibol. Bilbao.

Kaplan, O. (1987): “*Voleibol actual*”. Editorial Stidium, Buenos Aires.

Lucas, J (2000): “*El Voleibol: Iniciación y perfeccionamiento*”. Editorial Paidotribo, Barcelona.

Matsudaira, Yasutaka (1997): “*Winning volleyball*”. Canadian Volleyball Association.

Moras, Gerard (1994): “*La preparación integral en el voleibol*”. Editorial Paidotribo. Barcelona.

Revista digital Educación Física y Deportes. Buenos Aires. <http://www.efdeportes.com>

Shanel, David (1989): “*Volleyball. Fundamentals, tactics and strategy*”. American Press, Boston.

Selinger, Arie y Ackermann-Blount, Joan (1986): “*Power Volleyball*”. St.Martin’s Press. Nueva York

Toyoda, Hiroshi y Herrera, Gilberto (1989): “*Técnica para entrenadores de voleibol*”. Unisport. Málaga.

Vargas, Ricardo (1991): “*Voleibol. 1001 ejercicios y juegos*”. Editorial Augusto Pila Teleña,

Velasco, Julio (1997): “*Clinic Internacional de entrenadores de Voleibol*”. Gijón.

VV.AA.: “*Coaches Manual I*” (1974). F.I.V.B. y C.A.V. Canadá.

VV.AA.: “*Coaches Manual II*” (1974). F.I.V.B. y C.A.V. Canadá.

VV.AA.: “*Guía de voleibol de la Asociación de entrenadores americanos de Voleibol*”. Editorial Paidotribo

Wise, Mary (2003): “*Entrenamiento de la técnica y la táctica*”. Editorial Hispano Europea, Barcelona.

- **OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL 2º BLOQUE :**

FUNDAMENTOS DE LA TACTICA COLECTIVA. SISTEMAS DE JUEGO.

A lo largo de este 2º bloque se pretende alcanzar unos elevados conocimientos teóricos sobre los fundamentos de la táctica colectiva y todos los sistemas de juego que se utilizan en Voleibol, así como un adecuado nivel de ejecución práctica de los mismos.

- Los sistemas de juego y su evolución. Los sistemas de juego utilizados por los equipos de alto rendimiento.
- La aplicación de las tácticas colectivas en el juego.
- El dominio de la táctica colectiva a través de juegos bilaterales y de control.
- Observación y estudio de los sistemas de juego asistiendo a competiciones de alto nivel.

- **DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS (TEMAS DEL BLOQUE):**



Tema 7. Principios generales de la táctica colectiva.

- Normas para la representación de diagramas y signos convencionales.
- Los sistemas de juego, finalidad y objetivos de los mismos.
- Clasificación de los sistemas de juego y concepto de sistema base de juego.
- Influencia de las nuevas normas de juego sobre los sistemas.
- La consecución del punto en Voleibol: en situación de recepción de saque (complejo K1); en situación de posesión de saque (complejo K2).
- Elección del sistema base de juego.
- La especialización en Voleibol: especialización funcional; especialización posicional.
- El jugador "libero".
- Cambios de puestos entre los jugadores situaciones y formas de efectuarlos.
- Concepto de penetración y sus variaciones. Concepto de falsa penetración.

Tema 8. El complejo K 1: Interrelación entre los sistemas para la recepción del saque y los sistemas de ataque.

Sistemas básicos en el K.1:

- Recepción con 5 jugadores en 1-3-2. Ataque con 2C-4R . Con colocador en zona 3 y con colocador en zona 2. Sin y con especialización posicional. Posibles formas de construcción del ataque. Apoyos al ataque propio.
- Recepción con 5 jugadores en semicírculo y el mismo sistema de ataque anterior. Formas de construcción del ataque. Posibles falsas penetraciones. Apoyos al ataque. Transición a la defensa.
- Recepción de saque con 5 jugadores en W. Ataque con 1C-5R con especialización posicional. Penetraciones por 1, 6 y 5. Formas de construcción del ataque. Falsas penetraciones. Apoyos a los rematadores. Transición a la defensa.
- Recepción de saque con 5 jugadores en W. Ataque con 2U-4R con especialización posicional. Posibles formas de construcción del ataque. Apoyo a los rematadores. Transición a la defensa.

Tema 9. El complejo K 1: Interrelación entre los sistemas para la recepción del saque y los sistemas de ataque.

Sistemas avanzados en el K.1:

- Recepción de saque con 4 jugadores. Ataque con 1C-5R, con penetraciones adelantadas y con penetraciones retrasadas. Variaciones a ambas situaciones. Formas en la construcción del ataque. Apoyos al ataque propio por proximidad. Transición a la defensa.
- Recepción de saque con 4 jugadores. Ataque con 2U-4R. Penetraciones adelantando el par correspondiente o adelantando otro jugador. Formas en la construcción del ataque. Apoyos por proximidad. Transición a la defensa.



Tema 10. El complejo K 1: Interrelación entre los sistemas para la recepción del saque y los sistemas de ataque.

Sistemas avanzados en el K.1.:

- Tendencias de los equipos de alto nivel en competiciones internacionales.
- Sistema de recepción con 3 jugadores. Ataque con 1C-5R. Determinación de los jugadores excluidos en la recepción. Introducción del jugador "líbero" en la recepción. Posibles formas en la construcción del ataque. Cobertura al ataque propio. Transición a la defensa.
- Sistema de recepción con 2 jugadores. Ataque con 1C-5R. Situando a los dos receptores siempre en la misma zona del campo o con posibilidad de variar la misma. Incidencia de la introducción del "líbero" en el sistema de recepción. Posibilidades en la construcción del ataque. Cobertura del ataque propio. Transición a la defensa.

Tema 11. El complejo K2. Los sistemas de defensa y la transición al contraataque.

- Introducción a los sistemas de defensa.
- El juego detrás del bloqueo y el juego por fuera del bloqueo.
- La defensa de ataques a 1^{er}, 2^o y 3^{er} tiempo.
- El apoyo al bloqueo.
- La defensa en función del contraataque.

Tema 12. Los sistemas de defensa.

- Sistema de defensa 3-1-2.
- Posiciones iniciales.
- Posiciones finales ante diferentes situaciones de ataque del contrario.
- Variantes ante ataques rápidos y combinativos.
- Su aplicación y adaptación ante los diferentes sistemas de ataque estudiados en temas anteriores y sus correspondientes formas de contraataque.

Tema 13. Los sistemas de defensa.

- Sistema de defensa 3-2-1.
- Posiciones iniciales.
- Posiciones finales ante diferentes situaciones de ataque.
- Variante con el 6 hacia la diagonal. Defensa de ataques rápidos y combinaciones.
- Su integración dentro de un sistema base y sus correspondientes formas de contraataque.



Tema 14. Los sistemas de defensa.

- Sistema de defensa 3-3 ó 2-0-4.
- Sistema de defensa 2-1-3.
- Sistema de defensa 2-2-2.
- Posiciones iniciales de los mismos.
- Posiciones finales ante diferentes situaciones de ataque.
- Defensa de ataques rápidos y ataques combinativos.
- Integración de los mismos en un sistema base y formas de contraataque.

- BIBLIOGRAFÍA ESPECÍFICA DEL BLOQUE:

- Anderlini, F. y Balducci, F.: (1986). “*Preparazione per una pallavollo totale*”.
- Bertucci, Bob y otros (1992): “*Guía de Voleibol de la A.E.A.B.*”. Editorial Paidotribo. Barcelona.
- Blume, Gunter. (1989): “*Voleibol. Entrenamiento*”. Martínez Roca. Barcelona.
- Callejón, Diego (2004): “*Apuntes de clase*”. Facultad de CC. De la A. F. y el D. Madrid
- Callejón. Diego y al. (1992): “*Voleibol*”. C.O.E. Madrid.
- Carrero, Luis. (1965): “*Balonvolea actual*”. C.O.E. Madrid
- Drauchke, Klaus y otros. (1994): “*El entrenador de voleibol*”. Editorial Paidotribo. Barcelona
- Ejem, Miloslav y Buchtel, Jaroslav (1983): “*Contemporary Volleyball*”. Volleyball Plus Inc. USA.
- Frohner, Berthold (1998): “*Voleibol. Juegos para el entrenamiento*”. Editorial Stadium,
- García, F. y Fernández, F. (2003): “*Acciones determinantes del resultado en Voleibol*”. Universidad de Vigo.
- González, Cristina (2001): “*Análisis del esfuerzo en el juego del Voleibol, tras los nuevos cambios en el Reglamento, mediante una observación sistemática y una medición telemétrica y lactacidémica*”. Universidad de Granada.
- Haley, Mick. (1982): “*Offensive Systems*”. Editado por Bob Bertucci. USA
- Herrera, Gilberto. (1997): “*Clinic Internacional de Entrenadores*”. Gijón
- Kazio, Yoshiaki. (1982): “*The “Tsunagi” transformation concept*”. Bob Bertucci. USA
- Lindal, Vic. (1982): “*Team offensive and attack tactics*”. Editado por Bob Bertucci. USA.
- Mc Manama, Jerre. (1982): “*The 2-1-3 and the 2-4 defense*”. Editado por Bob Bertucci. USA
- Moras, Gerard. (1994): “*La preparación integral en el voleibol*”. Editorial Paidotribo. Barcelona
- Park. Chon. (1982): “*Case Study of some defensive formations*”. Editado por Bob Bertuchi. USA
- Revista digital “*Educación Física y Deportes*”. Buenos Aires. <http://www.efdeportes.com>
- Revista digital “*Volley*”. <http://www.e-volley.com>



- Santos, Antonio y al.(1996): “Voleibol”. Ministerio de Educación y Ciencia. Madrid.
- Selinger, Arie y Ackermann-Blount, Joan. (1986): “Power Volleyball”. St.Martin´s Press. Nueva York.
- Toyoda, Hiroshi (1979): “The Most up-date Volleyball”.
- Ureña, A., Calvo, R., Gallardo, C. (2000): “Estudio de las variables que afectan al rendimiento de la recepción del saque en Voleibol: Análisis del Equipo Nacional masculino de España”.
<http://www.efdeportes.com>
- Ureña, A.; Calvo, R.; Gallardo, C. (2002): *Estudio de la recepción del saque en el Voleibol masculino tras la incorporación del jugador líbero*. <http://www.cdeporte.rediris.es>
- Vargas, Ricardo (1991): “Voleibol. 1001 ejercicios y juegos”. Editorial Augusto Pila Teleña. Madrid.
- Vargas, Ricardo. (1976): “La táctica del voleibol en competición”. Editorial Augusto Pila Teleña. Madrid.
- VV.AA. (2002). “Manual del Curso Internacional de Entrenadores. Nivel 2”. Barcelona.
- Wise, Mary (2003): “Entrenamiento de la técnica y la táctica”. Editorial Hispano Europea, Barcelona.

EVALUACIÓN, ESPECIFICANDO:

- TIPO DE EVALUACIÓN:

Teniendo en cuenta que uno de los objetivos o necesidades de la evaluación es la calificación de los alumnos a través de los productos finales obtenidos al término del proceso didáctico, el tipo de evaluación utilizada es SUMATIVA.

- **Nº Y TIPO DE EXÁMENES PARCIALES, SI SE REALIZAN, INDICANDO CONTENIDOS Y CONDICIONES DE REALIZACIÓN y CONDICIONES PARA LIBERAR CONTENIDOS, ASÍ COMO FECHAS APROXIMADAS (NORMATIVA RECIENTEMENTE APROBADA POR LA UNIVERSIDAD)**

Número: 2

Tipo: Teórico y práctico.

Contenidos: La materia impartida en cada uno de los cuatrimestres, distribuida en las dos partes correspondientes a los dos bloques anteriormente expuestos.

Condiciones realización:

- El examen teórico consistirá en pruebas escritas confeccionadas con preguntas abiertas de desarrollo sobre los fundamentos técnicos y de la táctica colectiva, y una segunda parte en una representación gráfica de diferentes situaciones de juego según los distintos sistemas tácticos.
- El examen práctico consiste en evaluar los fundamentos técnicos a través de situaciones de juego así como la demostración práctica del dominio de todos los sistemas de juego estudiados durante la realización de partidos.

Condiciones para liberar contenidos: Aprobar todas y cada una de las partes que conforman los diferentes exámenes.

Fechas aproximadas: Febrero para el primer cuatrimestre y finales de Mayo para el segundo



- **EXÁMENES FINALES, INDICANDO CONTENIDOS Y CONDICIONES DE REALIZACIÓN (LA FECHA LA MARCARÁ JEFATURA DE ESTUDIOS)**

Contenidos: Se recuperan sólo las partes suspendidas en los exámenes parciales.

Condiciones realización: Las mismas que en los exámenes cuatrimestrales

- **SISTEMA DE CALIFICACIÓN:**

- Para aprobar la asignatura es necesario superar todas y cada una de las partes de los exámenes teóricos así como los exámenes prácticos.
- La nota final de la asignatura se corresponderá con la media entre la nota final teórica y la práctica.
- En la convocatoria de Septiembre el alumno suspendido tan sólo se examinará de las materias suspendidas en Junio
- Es obligatoria la asistencia de los alumnos a las clases, permitiéndose unas ausencias de un 10% sobre el total del número de clases.

- **BIBLIOGRAFÍA GENERAL:**

La especificada en los diferentes bloques.