

EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE: UNA TÉCNICA INNOVADORA EN LA ENSEÑANZA DE VOLEIBOL BÁSICO Y DEPORTE, CICLO ESCOLAR AGOSTO-DICIEMBRE 2006

René Díaz Montejo*

Antecedentes

El voleibol es uno de los cursos de deportes de conjunto II, que se imparte en el noveno ciclo de la licenciatura en educación física y deporte, y que necesita en la enseñanza de sus múltiples etapas, la integración de desarrollo de habilidades y conocimientos de los alumnos, así como también el trabajo en equipo y la actitud que debe prevalecer en el individuo para ser y servir mejor. Partiendo de estas premisas, el profesional que se necesita en la educación física y el deporte, debe contar en su formación con cualidades que pueden ser físicas y éticas para poder hacer mejor sus funciones como técnico, psicólogo, entrenador, ejemplo, motivador, disciplinado, director, administrador, amigo, investigador y estudiante. Debido a estas afirmaciones mencionadas en congresos nacionales e internacionales, se hace énfasis en la formación integral de los estudiantes de nuestra licenciatura de educación física y deporte.

La presente experiencia esta enfocada en la enseñanza básica del voleibol en niños de 7 a 13 años de edad a través de nuestros alumnos de la licenciatura, ya que en estas edades se encuentran niños que estudian el nivel de primaria en nuestro país. Por ello, para nuestros alumnos son la materia prima para poner en práctica los conocimientos iniciales de su formación. Esta enseñanza deportiva está basada en los principios fundamentales de la teoría y práctica de la actividad física deportiva.

Para el desarrollo de esta experiencia se tomaron en cuenta las recomendaciones de la Federación Mexicana de Voleibol (FMV) y la Federación Internacional de Voleibol (FIV) donde se establecen las diversas actividades correspondientes a las diferentes edades cronológicas de los aprendices del voleibol.

Objetivo

Conocer las diferentes técnicas de enseñanza metodológica en los fundamentos básicos del voleibol en edades tempranas.

Desarrollo

Partiendo de que nuestros alumnos van a ser futuros profesionales de educación física y deporte, se desarrolló la experiencia pensando en las diferentes etapas de la

psicología evolutiva. Las edades que se tomaron en cuenta para que los alumnos de la licenciatura pongan en práctica esta experiencia son de los 7 a 13 años de edad. Porque en esta etapa los niños pueden participar en su enseñanza y organización deportiva de forma mixta, dándole una formación multilateral, integrando los valores como punto principal de enseñanza.

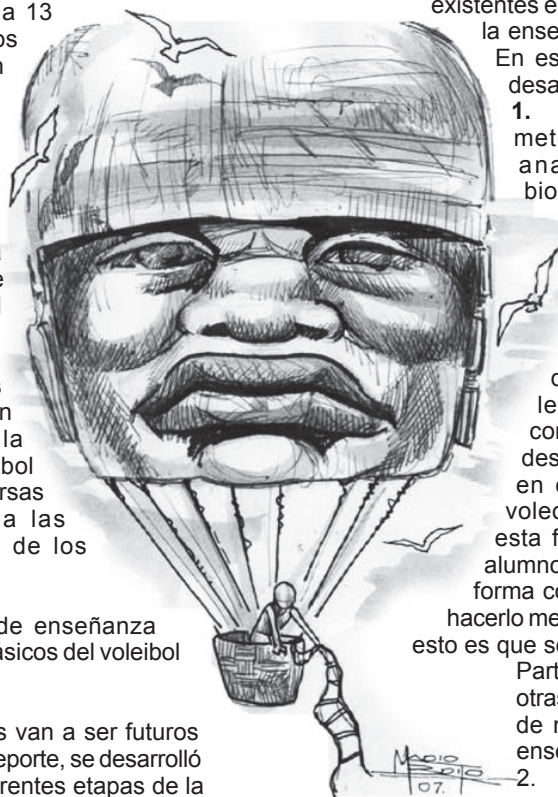
Se plantearon las actividades tomando en cuenta los principios fundamentales de la etapa infantil, como la multilateralidad, individualidad, aumento gradual de las cargas en la facilitación de las actividades, partiendo de lo más fácil a lo más difícil.

Esta experiencia plantea los ejercicios iniciales, metodológicamente hablando, en la enseñanza del voleibol, los cuales son respaldados por la fundamentación teórica cuando el alumno realiza las lecturas recomendadas y las investigaciones necesarias para la comprensión de la temática. Al mismo tiempo, conoce y ejecuta los diversos ejercicios que le servirán en su quehacer profesional, iniciando con la toma del balón y pasando por los desplazamientos en sus diferentes términos existentes en el voleibol hasta llegar a la transición de la enseñanza táctica individual y grupal básica.

En este programa de ejercicio se plantea el desarrollo de los siguientes fundamentos:

1. **El voleo.** Aquí se aplican ejercicios metodológicos, partiendo de la postura anatómica que facilite la aplicación biomecánica del ejercicio desde su fase inicial hasta la final. Tomando en cuenta en la enseñanza de éstos las diferentes fases del desarrollo de las habilidades en los estudiantes, las cuales pueden ser divididas en 3, 4 o 5 pasos, según lo amerite el estudiante que por su reacción psicomotora no le permita ejecutarlo en menos pasos, continuando por enseñarles los diferentes desplazamientos que existen técnicamente en el voleibol, combinando ejercicios de voleo con los propios desplazamiento. En esta fase inicial se toma en cuenta que los alumnos que no pueden realizar el ejercicio de forma correcta técnicamente hablando, deberán hacerlo mediante otra técnica en donde el objetivo de esto es que se logre la transferencia de conocimiento. Partiendo de este principio en cada una de las otras técnicas de este fundamento se aplicaría de manera consecutiva la misma forma de enseñanza.

2. Otro fundamento técnico que se toma



en cuenta en la aplicación de esta experiencia de aprendizaje es la recepción, el cual es un ejercicio que tiene como objetivo la defensa básica para el juego. Esta se inicia con el análisis de la postura anatómica donde se observan desde la posición de los pies, el centro de gravedad, los hombros, los brazos y las cabezas, continuando con ejercicios combinados de los diferentes desplazamientos y la acción biomecánica del fundamento técnico. Posteriormente se aplican diferentes ejercicios tomando en cuenta lo antes descrito hasta llegar progresivamente a la transición de la defensa, el acomodo y el ataque en su concepción básica, de forma individual y grupal. Aquí el alumno deberá adquirir el conocimiento de la transmisión de la enseñanza haciendo diversas representaciones y simulaciones como un profesional de la educación física y el deporte.

3. Finalmente, en esta etapa de la experiencia se enseña los fundamentos metodológicos de la enseñanza del saque por abajo y saque flotado (saque de tenis). En esta etapa se utiliza la misma mecánica que en los fundamentos anteriores: se va partiendo de forma gradual de lo más sencillo a lo más complejo. Se analiza la correcta estructura anatómica y se enseña por fases unificando los diferentes movimientos hasta llegar a ejecutarlos de forma global. Tomando en cuenta que nuestros alumnos tienen el perfil de entrenamiento deportivo, se les da más peso que ejecuten los pasos del entrenamiento deportivo y que son fundamentales para su formación profesional ya que serán ellos los futuros entrenadores deportivos. Estos aspectos se reflejan en la explicación teórica, la demostración, la ejecución y las correcciones, así como también la atención individualizada donde el educando lo requiera. Estos elementos técnicos del voleibol que se enseñan en estas edades tempranas sirven como enseñanza inicial para obtener las habilidades del remate que se enseñan en otra fase.

Como parte fundamental en esta experiencia es necesario que el alumno presente buena actitud y disposición que marcarán la personalidad de un entrenador deportivo donde tiene que desempeñarse como educador, administrador y orientador que atiende las necesidades que sus alumnos presentan durante el entrenamiento.

La diversidad de técnicas de enseñanza en el deporte permite que el alumno tenga interrelación social que inicia desde la práctica individual, grupal y colectiva. Esta se ve reflejado en la aplicación de los diversos ejercicios, incluyendo la participación del profesor.

Para la aplicación de esta experiencia se revisó la bibliografía existente en la biblioteca de la DES DACSA del área de educación física y deporte, obteniendo como resultado una serie de libros de interés y que son básicos para la enseñanza metodológica del voleibol. Esta bibliografía está presente en el apartado correspondiente en la experiencia. Es importante recalcar que la mayoría de esta bibliografía es de autores extranjeros y reconocidos entrenadores deportivos, así como también material elaborado por la Federación Internacional de Voleibol. Un valor agregado a esto es la basta experiencia con la que cuenta el profesor LEF. René Díaz Montejo autor de la experiencia y que en su haber tiene el quinto nivel en el programa de certificación de entrenadores deportivos en esta disciplina por la Comisión Nacional del Deporte.

Conclusiones:

Al aplicar la presente experiencia ha sido un verdadero reto ya que se ha invertido un gran esfuerzo en el diseño de las actividades y planeación de los ejercicios que el alumno deberá conceptualizar y dominar para poder transmitirlos a sus futuros educandos. El sentar las bases en esta experiencia es lo que le hace tener un grado mayor de importancia ya que posteriormente se profundizará en ciertos temas que le imprimirán el sello característico del entrenador deportivo en el voleibol. Haber ampliado el material bibliográfico y videográfico ha sido un logro que queda como evidencia fundamental para dar seguimiento a la experiencia en cada uno de los temas. Formar profesionales del deporte en la actualidad no es tarea fácil ya que las técnicas deportivas evolucionan a la par de la tecnología, sin embargo nos damos a la tarea de transmitirle conocimiento firme que los harán competitivos en el campo laboral.

Sugerencias

La presente experiencia nos permite reconocer que la mejor forma de enseñar en el ambiente deportivo es mediante la planificación de las actividades, la comunicación en el mismo lenguaje de quienes serán los que recibirán el conocimiento final. Realizar las prácticas deportivas de su profesión desde el inicio de la carrera, lo que les permitirá adquirir experiencia como educadores de la educación física y el deporte.

Es importante para el alumno al iniciar sus clases tener en cuenta las siguientes recomendaciones:

- Revisar si el área no presenta riesgos.
- Efectuar el calentamiento correctamente.

Se orienta la clase dando las indicaciones para que los alumnos estén preparados para recibir los ejercicios siguientes:

- Evitar los movimientos bruscos por los alumnos.
- Desglosar la actividad en la mayor de las fases posibles.

- Evitar el desorden de los alumnos.
- Hacer los ejercicios al mismo tiempo que todos.
- Atención personalizada a los alumnos que lo requieran.

Anexos
Plan de actividades

DENOMINACIÓN	EDAD CURSO	ACTIVIDADES Y JUEGOS	CAMPO	RED	COMPETICIONES
Desarrollo de habilidades básicas	Hasta los 9 años 4º Educación Primaria	Introducción y motivación Actividad motriz de base Adaptación al balón Juegos menores	Áreas adaptadas a la edad y a la capacidad motora.	Libre adaptada	Superación de tareas-problemas.
Minivolei Micro	9 - 10 años 4º - 5º Educación Primaria	Aprendizaje técnica global Juegos competitivos y cooperativos: 1x1, 2x2, 3x3 con reglas adaptadas Juego 3x3 con reglas oficiales	9 x 4,5 m	2,00 m	Informales Dentro de la clase Intercursos Locales
Minivolei Mini	11 - 12 años 5º - 6º Educación Primaria	Aprendizaje técnica global Juegos competitivos y cooperativos: 2x2, 3x3, 4x4 con reglas adaptadas Juego 4.4 con reglas oficiales	12 x 6 m	2,10 m	Dentro de la clase Intercursos Locales Territoriales



Bibliografía

Navelo, Rafael de M. *El joven voleibolista*. Editorial José Martí. Zhelezniak, Klesshev, Chejov. La preparación de los voleibolistas jóvenes. Editorial Científico Técnica Habana, Cuba 1989.

Área Técnica. CONADE. SICCED Nivel III *Manual del entrenador voleibol*. Administración del deporte CONADE 1987.

Baacke, Toyoda. *Manual internacional de voleibol*. Nivel I 1988.

Manual del entrenador. Siccéd Nivel III. CONADE 1999. CONADE, Mex.

Lojero, Ricardo. Curso de voleibol 1995. UNACAR.

Gorbunov, G.D. *Psicopedagogía del deportista de alto rendimiento en Cuba 1988*.

Federación Andaluza de voleibol, Manual del preparador de minivoleibol.

Federación Andaluza de voleibol, Manual del preparador de voleibol Nivel I

Federación Andaluza de voleibol, Manual del preparador de voleibol Nivel II

Claus Drauscke, Christian Kroger, Arnold Scholz, Manfred Utz. *El entrenador de voleibol*.



Sitios web:

<http://www.nalejandria.com/00/colab/voleibol/voleibol.htm>, Quirós, Profesor

Rodolfo. *Voleibol para el segundo y tercer ciclo de la E.G.B* el minivoleibol como agente motricidad del niño, de la EGB.

<http://www.ligavallecaucana.com>

