



UNIVERSIDAD RICARDO PALMA
RECTORADO
PROGRAMA DE ESTUDIOS BÁSICOS

Sílabo plan de estudios 2015-II

Datos Administrativos

Asignatura:	VOLEIBOL
Código:	EB-0001
Naturaleza:	TEORICO PRACTICA
Condición:	OBLIGATORIA
Requisitos:	NO APLICA
Créditos:	01
Horas semanales:	02
Semestre académico:	
Profesor:	JESUS RENATO FERNANDEZ SOTERO

I. SUMILLA.

La asignatura del Voleibol está dirigida a los estudiantes de la Universidad Ricardo Palma como un Taller Deportivo dentro de la currícula de estudios como curso obligatorio dentro del área de actividades artísticas y deportivas.

En esta asignatura se busca que el estudiante se inicie en el aprendizaje de voleibol logrando alcanzar el conocimiento de los fundamentos de este deporte, así como las reglas del juego y a su vez como medio de entrenamiento y salud

II. COMPETENCIAS GENERICAS A LAS QUE CONTRIBUYE LA ASIGNATURA.

- Desarrollo de habilidades físicas corporales
- Hacer del voleibol para el alumno parte de su vida en mejora de su salud.
- Autoaprendizaje.
- Comportamiento ético.

III. COMPETENCIAS ESPECIFICAS A LAS QUE CONTRIBUYE LA ASIGNATURA.

Formación integral del alumno a través del entrenamiento deportivo.

VI. DESARROLLA EL COMPONENTE DE INVESTIGACION () RESPONSABILIDAD SOCIAL ()

V. LOGRO DE LA ASIGNATURA.

Al finalizar el dictado de la asignatura el alumno, habrá logrado adquirir, hábitos de disciplina para llevar adelante los trabajos académicos, como también habilidades y destrezas para el Trabajo grupal e individual.

Evidencia, además, una actitud creativa y ética de la realidad, de acuerdo al avance deportivo. También como una actitud creativa de la realidad, de acorde al desarrollo deportivo, analiza y valora influencias de las actividades deportivas en su formación integral.

VI. PROGRAMACION DE CONTENIDOS.

UNIDAD I TECNICA INDIVIDUAL Y COLECTIVA	
LOGRO DE APRENDIZAJE Reconoce y aplica los conceptos adquiridos de estrategia respecto al deporte.	
SEMANA	CONTENIDOS
1	Generalidades del curso y estrategias metodológicas. Evaluación de entrada sobre fundamentos técnicos. Lectura del sílabo
2	Trabajo de coordinación para fundamentos técnicos Ejecuta ejercicios de coordinación óculo manual y ejercicios de velocidad, fuerza y resistencia.
3	Fundamento de voleo, ¿Qué es el voleo?, técnicas para su desarrollo, Postura Movimientos, Ejercicios diversos de Voleo
4	Fundamento de antebrazo, introducción al antebrazo, formas de colocar las manos, golpe de antebrazo, ejercicio variados con desplazamiento

UNIDAD II PREPARACION PARA LOS FUNDAMENTOS DE SERVICIO Y ATAQUE	
LOGRO DE APRENDIZAJE. Practica los diferentes tipos de saque y ataque y reconoce las capacidades físicas básicas de correr, saltar y lanzar.	
SEMANA	CONTENIDOS
5	Fundamento del saque o servicio, Posición para el saque o servicio, Tipos de saque: Saque bajo mano, Saque Tenis y Saque japonés.
6	Fundamento de ataque o mate, Pasos para el ataque, Desplazamientos para el salto, Ataque o mate con desplazamiento
7	RETROALIMENTACIÓN Y APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO Identifica los movimientos de carrera y salto para la ejecución de los diferentes fundamentos técnicos. Situaciones de juego, técnica y táctica básica Juego real, aplicación del reglamento
8	EXAMEN PARCIAL: Evalúa las capacidades de las Unidades I y II

UNIDAD III FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE DEFENSA Y SISTEMAS TACTICOS	
LOGRO DE APRENDIZAJE Practica y repite movimientos de fundamentos técnicos básicos (voleo, recepción, bloqueo) en un circuito de habilidades y destrezas.	
SEMANA	CONTENIDOS
9	Fundamento de defensa: Posición básica para defender, desplazamientos básicos
10	Fundamento bloqueo, Posición y desplazamiento de las manos y pies.
11	Fundamento de Bloqueo, Bloqueo Individual, Bloqueo en parejas y bloqueo triple.
12	Acondicionamiento físico técnico desarrollando los fundamentos técnicos.

UNIDAD IV : FUNDAMENTOS TACTICO.	
LOGRO DE APRENDIZAJE : Practica y ejecuta movimientos de fundamentos técnicos básicos en grupo para el desarrollo táctico en conjunto.	
SEMANA	CONTENIDOS
13	Sistema de Juego K I saque, Recepción y ataque, Ejercicios de ataque y Contraataque
14	Sistema de juego KI + KII. Ejercicio de formación de equipo. Mayor incidencia en situaciones de juego partido.
15	Formación de Juego y Rotaciones
16	EXAMEN FINAL: Tiene carácter integrador y evalúa la competencia de la asignatura y las capacidades de las cuatro unidades
17	EVALUACION SUSTITUTORIO

VII . MOMENTOS DE LA SESION DE APRENDIZAJE VIRTUAL.

La modalidad presencial desarrollara actividades que los estudiantes realizaran al mismo tiempo con el docente independientemente, fortaleciendo su aprendizaje autónomo. La metodología presencial organizara, las actividades de la siguiente manera

Antes de la sesión

Exploración vinculada con el contexto, otros

Problematización conflictos cognitivos de la unidad, otros.

Durante la sesión

Motivación bienvenida y presentación del curso, otros.

Presentación del tema a trabajar conjuntamente al syllabo.

Practica Resolución individual de un problema, resolución, colectiva de un problema otros.

Después de la sesión

Evaluación de la unidad presentación del producto.

Extensión / Transferencia presentación en digital de la resolución individual de un problema.

VIII. EVALUACION.

La modalidad presencial se evaluará a través de productos que el estudiante presentará al final de cada unidad.

Los productos son las evidencias del logro de los aprendizajes y serán evaluados a través de rubricas cuyo objetivo es calificar el desempeño de los estudiantes de una manera objetiva y precisa.

UNIDAD	INSTRUMENTOS	PORCENTAJE
I	RUBRICA	15 %
II	RUBRICA	20 %
III	RUBRICA	25 %
IV	RUBRICA	40 %

IX. RECURSOS.

. Equipos, computadoras ,laptop Tablet, celular

Materiales. Apuntes de clase del Docente, separatas deportivas, lecturas, balones,aros, conos,platillos.

X. REFERENCIAS.

Aguayo, F. (2002). *Voleibol Básico*. Madrid: Editorial Paidotribo

Ballesteros, J. (2000). *Manual Técnico Internacional de Voleibol* .Suiza: Editorial FIVB

DERECHO Y CIENCIA POLÍTICA - INGENIERÍA CIVIL - INGENIERÍA ELECTRÓNICA - INGENIERÍA INDUSTRIAL - INGENIERÍA INFORMÁTICA - INGENIERÍA MECATRÓNICA - ARQUITECTURA - ADMINISTRACIÓN DE NEGOCIOS GLOBALES - ADMINISTRACIÓN Y GERENCIA - MARKETING GLOBAL Y ADMINISTRACIÓN COMERCIAL - CONTABILIDAD Y FINANZAS – ECONOMÍA - TURISMO, HOTELERÍA Y GASTRONOMÍA - PSICOLOGÍA - TRADUCCIÓN E INTERPRETACIÓN - MEDICINA HUMANA - MEDICINA VETERINARIA – BIOLOGÍA.

Jeff, L. (s\ f). *El Voleibol- Iniciación y Perfeccionamiento*. (2a Ed). Madrid: Editorial Paidotribo

FIVB (2009). *Reglas Oficiales de Juego*. Dubai