



Universidad de La Ciénega del Estado de Michoacán de Ocampo

Programa de formación Integral

Coordinación de Gobernabilidad y Nueva Ciudadanía

Actividades deportivas.

Periodo escolar 2017-2018[2]

Talleres de actividades deportivas

Todos los martes de 12:00 a 14:00 hrs.
Lugar: áreas deportivas
Cupo: 14 personas por disciplina
Instructores:
Adrián Maldonado Valdovinos (Atletismo), Grupo LGNC-ADA.
Héctor Navarro Reyna (Fútbol), Grupo LGNC-ADF.
Daniel Farias Licea (Voleibol), Grupo LGNC-ADV.
Hugo Carlos Núñez Sánchez (Básquetbol), Grupo LGNC-ADB.

Voleibol
Fútbol
Básquetbol
Atletismo

GNC
GOVERNABILIDAD Y
NUEVA CIUDADANÍA

Programa de Formación Integral

Disño e idea original: Claudia Cabrera Hernández



Voleibol

- + Sesiona grupo LGNC-ADV: todos los martes en el área de actividades deportivas
- + Horario: de 12 a 14 horas.
- + Instructor: Luis Daniel Farias Licea

PROGRAMA DE VOLEIBOL

Lugar: Instalaciones deportivas de la UCEMICH.

1. Introducción y Justificación

La Coordinación de Actividades Deportivas de la Universidad de La Ciénega del Estado de Michoacán de Ocampo, oferta una opción de educación integral, siendo esta la opción para prevenir a alumnos que enfrentan ciertas problemáticas de carácter psicológico en los alumnos, como altos niveles de depresión y estrés, los cuales son difíciles de tratar ya que no siempre son detectados por el personal académico y tampoco pueden ser atendidos por éstos en la mayoría de los casos.

Para poder atender tal situación, se está desarrollando y puesto en marcha un Programa de Baloncesto, dentro del cual se contempla un programa de actividades, que contribuyan a brindar una educación integral a los alumnos de las trayectorias que oferta la Universidad, entre lo que se pretende fomentar una conducta ética, responsable, disciplinada, crítica y saludable entre sus estudiantes.

El Programa de "Voleibol" forma parte del Programa de Educación Integral de las Trayectorias ofertadas por la Universidad, entre dos equipos de seis jugadores por lado que se juega golpeando una pelota al lado contrario por encima de una red.

Hoy en día, este deporte es muy practicado tanto en masculino como femenino. En el voleibol, los jugadores deben dominar las destrezas del juego: volear, recibir, sacar y rematar.

2. Metodología

La metodología a utilizar en esta disciplina deportiva son:

Mando directo

Asignación de tareas

Circuitos.



3. Objetivo

Que los jóvenes adquieran hábitos y estilos de vida saludables, además de contribuir a su formación y desarrollo equilibrado desde una perspectiva integral.

Ejecutará la técnica adecuada para la práctica del Baloncesto.

Favorecer el desarrollo físico, psicológico y social de los educandos

Fomentar los valores que integran el deporte estudiantil.

Que los jóvenes adquieran hábitos y estilos de vida saludables, además de contribuir a su formación y desarrollo equilibrado desde una perspectiva integral.

4. Descripción y programación de actividades

En la siguiente sección se describe de forma general las actividades que se realizarán, así como una propuesta de calendarización. Se sugiere que el taller tenga dos sesiones a la semana (martes y jueves dentro de las instalaciones deportivas de la UCEMICH con un horario de atención de 14:00 – 16:00 horas) con una duración de dos horas y se realizará como actividad extra clase.

Actividad	Objetivo	Responsable	Fecha
Sesión Inaugural	Presentar los objetivos y forma del trabajo del taller a los participantes.	Luis Daniel Farías Licea	S 1* 25-01-18
Sesión Inaugural	Presentar los objetivos y forma del trabajo del taller a los participantes.	Luis Daniel Farías Licea	S 2* 30-01-18
Pruebas de voleibol	Evaluar la capacidad física a los participantes.	Luis Daniel Farías Licea	S 3* 1-02-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 4 06-02-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 5 08-02-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 6 13-02-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 7 15-02-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 8 20-02-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el	Luis Daniel Farías Licea	S 9



	conocimiento del voleibol		22-02-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 10 27-02-18
Voleibol	Evaluar los conocimientos del voleibol de los participantes.	Luis Daniel Farías Licea	S 11* 01-03-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 12 06-03-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 13 13-03-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 14 15-03-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 15 20-03-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 16 22-03-18
Voleibol	Evaluar los conocimientos del voleibol de los participantes.	Luis Daniel Farías Licea	S 17* 03-04-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 18 05-04-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 19 10-04-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 20 12-04-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 21 17-04-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 22 19-04-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 23 24-04-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 24 26-04-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 25 03-05-18
Voleibol	Evaluar los conocimientos del voleibol de los participantes.	Luis Daniel Farías Licea	S 26* 08-05-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 27 10-05-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 28 17-05-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 29 22-05-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 30 24-05-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 31 29-05-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el	Luis Daniel Farías Licea	S 32



	conocimiento del voleibol		31-05-18
Voleibol	Evaluar los conocimientos del voleibol de los participantes.	Luis Daniel Farías Licea	S 33* 05-06-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 34 07-06-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 35 12-06-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 36 14-06-18
Voleibol	Que los alumnos adquieran el conocimiento del voleibol	Luis Daniel Farías Licea	S 37 19-06-18
Voleibol	Evaluar los conocimientos del voleibol de los participantes.	Luis Daniel Farías Licea	S 38* 21-06-18