



Ficha técnica de materias optativas

Nombre del curso: Voleibol II
Docente: L.E.F. Luis Daniel Farías Lecea
Días y horarios: Martes y Jueves 14:00 – 16:00 horas
Cupo máximo: 20 alumnos
Criterios de inscripción (si aplica): Abierto
Conceptos básicos: <ul style="list-style-type: none">- Cancha de Voleibol<ul style="list-style-type: none">• Líneas• Medidas• Zonas- Fundamentos básicos del Voleibol<ul style="list-style-type: none">• Voleo• Fildeo• Remate• Bloqueo• Saque- Posiciones dentro del Voleibol y sus funciones<ul style="list-style-type: none">• 1.1 Nombres de las posiciones de los jugadores de Voleibol• 1.2 rematadores o atacantes• 1.3 Bloqueadores• 1.4 Colocador o armador• 1.5 Zagueros• 1.6 Especialistas en defensa• 1.7 Libero- Reglas básicas del Voleibol- Acondicionamiento en el Voleibol
Justificación: <p>Voleibol. Un deporte, un espacio con perspectivas educativas, formativas, deportivas, competitivas y recreativas pensado para jóvenes dentro de la optativa en UCEMICH, considerando que se encuentran viviendo en una etapa de su vida en la cual la práctica física y/o deportiva no es una de sus prioridades.</p> <p>Es por tal razón y que con ayuda de los medios vamos a brindar herramientas básicas para la ejecución de la técnica de voleibol en pro de una alternativa de desarrollo tanto social como personal.</p>



Ficha técnica de materias optativas

Objetivo general:

Desarrollar prácticas deportivas encaminadas a la formación y preparación de deportistas, orientando hacia la obtención de máximos logros en el aprendizaje de los alumnos de UCEMICH.

Objetivos específicos:

- Formar Jugadores que sean referente para el Voleibol en la comunidad educativa.
- Brindar espacios adecuados para el aprendizaje y la práctica de esta disciplina deportiva.
- Trabajar a través de valores, formando jugadores con carácter, que se caractericen por su respeto y su buen espíritu competitivo.
- Competir en los diferentes torneos a nivel local, regional y nacional dejando en alto el nombre de nuestra organización deportiva.
- Convertir esta práctica deportiva en un espacio donde a través de la recreación y la diversión se aprenda y se aproveche el tiempo libre.
- Propender por el incremento de los niveles de preparación física general, preparación físico técnica, preparación física táctica, que permitan el desarrollo de las direcciones condicionantes del resultado deportivo.

Método de trabajo:

Entrenamiento colectivo

Criterios de evaluación:

Asistencia: 50%

Evaluación: 50%

Teórica 25%

Practica 25%

Bibliografía:

www.ligavallecaucanadevolibol.com

www.voleibol.com

www.wikipedia.org/wiki/volibol

www.monografias.com/volibol

www.google.com