

5

El juego modificado para la enseñanza del voleibol

Como podemos observar se proponen 8 etapas o fases funcionales iniciales para la enseñanza del voleibol sin más pretensión que la pedagógica.

La adecuación y duración de cada una de las etapas propuestas dependerá de las características del alumnado y de la evolución del proceso de aprendizaje teniendo en cuenta cada uno de los elementos perceptivos, estratégicos y técnicos que determinan la globalidad del juego del voleibol.

ETAPA 1: COMPRENDER EL DEPORTE Y EMPEZAR A JUGAR

1. Objetivos

- Que los alumnos comprendan el deporte del voleibol.
- Que los alumnos se familiaricen con las distintas situaciones y posiciones en el campo de voleibol en una situación de juego.
- Practicar un sistema táctico sencillo y familiarizarse con la dinámica de juego: ataque y defensa.
- Que los alumnos se familiaricen con las trayectorias del balón y aprendan a anticiparse a este.

2. Descripción

- Uno de los principales problemas que se encuentran a la hora de enseñar este deporte en secundaria es que muchos

OBJETIVOS	CONTENIDOS	JUEGO MODIFICADO
ETAPA 1 Comprender el deporte y empezar a jugar. Iniciar las funciones de los jugadores dentro de una estrategia colectiva.	<ul style="list-style-type: none"> • La dinámica de juego. • El sistema táctico. • Las trayectorias del balón. • La anticipación al balón. • Los desplazamientos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Construcción de una jugada. • Sistemas tácticos 3-3 y 1-3-2. • Bloqueo de 2. • Las funciones del receptor, colocador y rematador. • Saque, recepción y colocación cogiendo/ lanzando • Remate en apoyo 1-2 manos.
ETAPA 2 Iniciar función del colocador I.	<ul style="list-style-type: none"> • El papel del colocador en el juego colectivo. • Trayectoria, desplazamiento y técnica del pase de dedos para la función del colocador. 	<ul style="list-style-type: none"> • Construcción en sistema 1-3-2. • Bloqueo de 2. • Las funciones del sacador y receptor: saque y recepción cogiendo/lanzando. • La función del colocador: colocación opcional: pase dedos. • Remate en apoyo 1-2 manos.
ETAPA 3 Iniciar función del receptor I.	<ul style="list-style-type: none"> • El papel del receptor en el juego colectivo. • Trayectoria, desplazamiento/anticipación y posición orientada para la función 	<ul style="list-style-type: none"> • Construcción/sistema 1-3-2. • La función del sacador: saque cogiendo/lanzando. • La función del receptor: recepción cogiendo orientado y en posición básica. • La función del colocador: colocación con pase dedos opcional. • Remate en apoyo 1-2 manos.
ETAPA 4 Iniciar función del receptor II.	<ul style="list-style-type: none"> • El papel del receptor en el juego colectivo. • Trayectoria, desplazamiento/anticipación y posición orientada para la función del receptor. • La técnica de pase antebrazos para la función de receptor. 	<ul style="list-style-type: none"> • La función del sacador: saque cogiendo/lanzando. • La función del receptor: recepción con pase de antebrazos opcional. • La función del colocador: colocación con pase dedos obligatorio. • Remate en apoyo y suspensión a 1 mano.

OBJETIVOS	CONTENIDOS	JUEGO MODIFICADO
ETAPA 5 Iniciar función del colocador II.	<ul style="list-style-type: none"> • El papel del colocador en el juego colectivo. • Técnica de pase de dedos lateral y atrás para la función de colocador y refuerzo del pase de antebrazos para la función de receptor. 	<ul style="list-style-type: none"> • La función del sacador: saque cogiendo/lanzando. • La función del receptor: recepción con pase de antebrazos opcional. • Colocación: pase dedos frontal obligatorio y lateral y atrás opcional. • Remate en suspensión y a 1 mano.
ETAPA 6 Iniciar función del sacador I. Iniciar función del rematador II. Iniciar función del receptor III. Iniciar función defensiva colectiva: cobertura al bloqueo.	<ul style="list-style-type: none"> • La cobertura al bloqueo. • El papel del sacador y rematador en el juego colectivo. • Técnica de saque de mano baja. • Refuerzo pase de dedos lateral y atrás para la función de colocador y del pase de antebrazos y recursos para la función de receptor. • La finta de remate como estrategia para la función del rematador. 	<ul style="list-style-type: none"> • Indicar cobertura al bloqueo. • La función del sacador: saque de mano baja. • La función del receptor: recepción con pase de antebrazos y recursos. • Colocación: pase dedos frontal y lateral y atrás obligatorios. • Remate en suspensión a 1 mano y la finta de remate.
ETAPA 7 Iniciar función del sacador II. Iniciar función defensiva colectiva: cobertura al remate.	<ul style="list-style-type: none"> • El papel del sacador en el juego colectivo. • Técnica de saque de tenis. • Refuerzo receptor y colocador. • Las coberturas al remate y al bloqueo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Indicar coberturas al bloqueo y remate. • La funciones del sacador, receptor, colocador, y rematador con gestos técnicos obligados. • Iniciar partidos contando puntos sin olvidar la importancia de la construcción de la jugada.
ETAPA 8 Aprendizaje y juego autónomo.	<ul style="list-style-type: none"> • Proponer la búsqueda de elementos técnicos y sistemas tácticos avanzados. • Crear recursos técnicos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Juego libre autogestionado. • Voleibol sin apenas modificaciones.

Figura 14. Desarrollo de las etapas para la enseñanza del voleibol.

alumnos no entienden el objeto, la lógica interna y la dinámica del voleibol. De ahí que haya que hacer ver al alumno que pasarse el balón de un lado al otro de la red y alto no tiene sentido y que lo que se busca en voleibol es llegar al remate lo más cerca de la red.

- Al principio la colocación de los jugadores en el campo será libre. Progresivamente como respuesta a algunas cuestiones estratégicas se adoptará un sencillo sistema táctico que dará una mayor eficacia y coherencia al juego colectivo.
- El sistema que se va a aprender será el de defensa en W con colocador a turno en zona 3 y el bloqueo de 2 al remate del contrario.

3. Criterios a tener en cuenta en el juego modificado

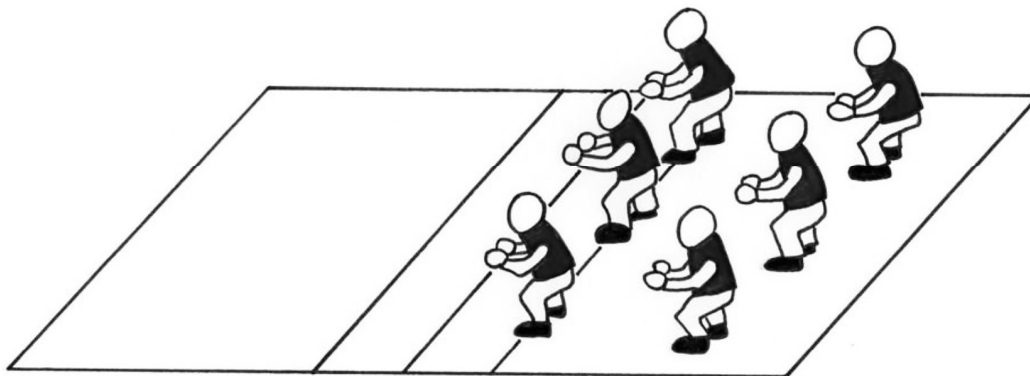
- Para la comprensión del juego iremos planteando al alumnado una serie de cuestiones y problemas para irles guiando a que encuentren las respuestas y soluciones más adecuadas.
- En el juego:
 - El saque se realizará lanzando el balón desde cerca de la red.
 - La recepción del balón se hará cogiéndolo para posteriormente lanzárselo al colocador.
 - La colocación se hará cogiendo el balón y lanzándolo alto para que 2 y 4 rematen.
 - El remate se hará en apoyo y golpeando con la palma de la mano. Se podrán utilizar ambas manos a la vez.

4. Puesta en práctica

A. COMPRENSIÓN DEL JUEGO

Utilizando cuestiones se irá guiando al alumnado a que vaya reflexionando sobre la naturaleza estratégica del voleibol. Una vez se hace la pregunta se espera a que las respuestas acertadas vayan apareciendo siendo entonces complementadas por el profesor.

- **Cuestión 1:** ¿Cuántos jugadores juegan?
Seis.

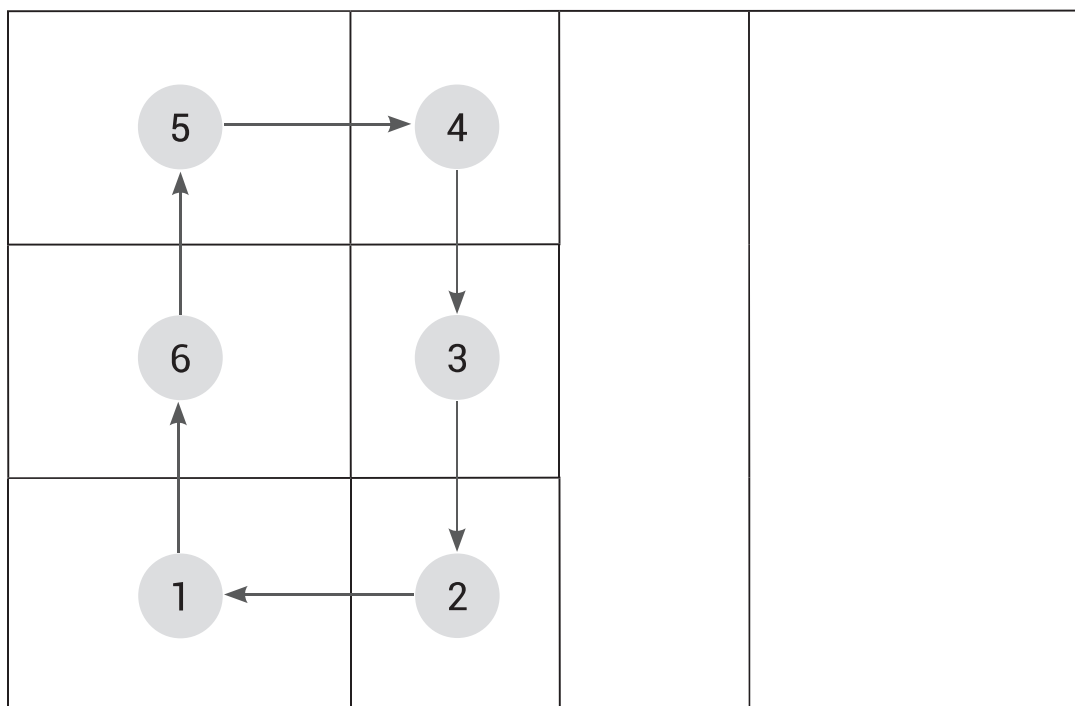


- **Cuestión 2:** ¿Cuántas zonas delimitan el campo?
Dibujar campo y marcar zonas conforme vayan acertando guiados por el profesor.

5	4		
6	3		
1	2		

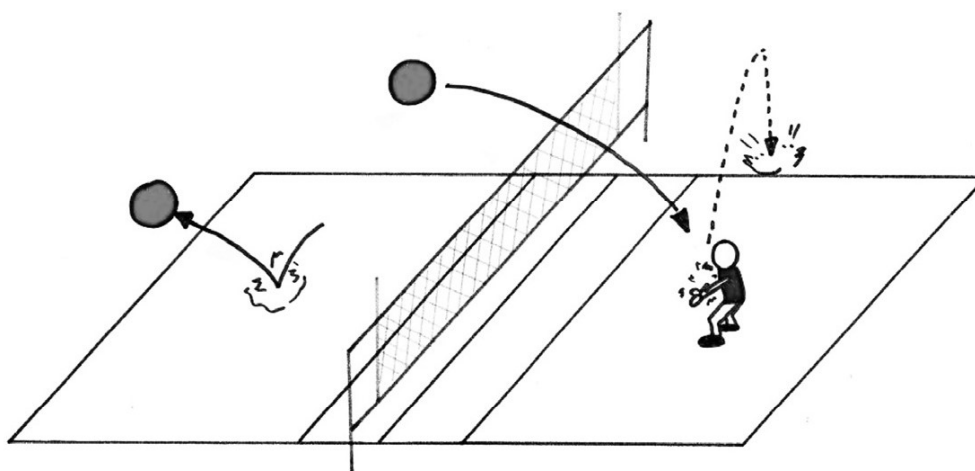
• **Cuestión 3:** ¿Cómo y cuándo se rota?

Teniendo como referencia las zonas del campo en el sentido de las agujas del reloj y cuando se recupera el saque.



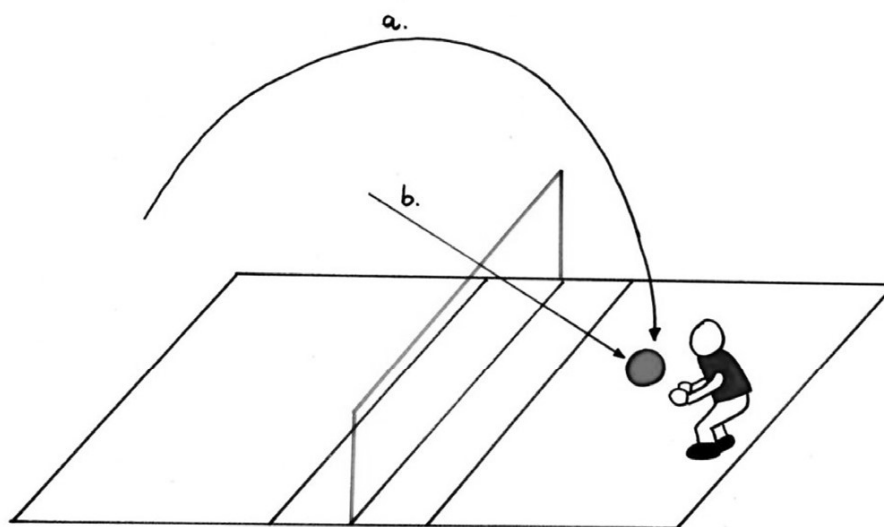
• **Cuestión 4:** ¿Cómo se marca un punto en ataque?

Cuando el balón toca en el suelo del equipo contrario o cuando sale fuera del campo tras tocar un jugador contrario o cuando un jugador contrario comete una infracción (tocar balón dos veces seguidas sin que una sea bloqueo).



- **Cuestión 5:** ¿Qué trayectoria de balón le dificulta más la recepción al equipo contrario?

Se le dibujan dos opciones una parábola (a) y una rectilínea descendente (b). La b y se le justifica: La trayectoria parabólica (a) es de mayor recorrido y a una menor velocidad lo que significa que el defensor tendrá más tiempo para «leer la trayectoria» adivinar dónde va a caer y anticiparse al balón. Ahora concluimos que un «remate» es más eficaz que el pasarse el balón de un campo a otro y de ahí la necesidad de construir una jugada utilizando los 3 golpes que posibilita el reglamento con un fin estratégico.

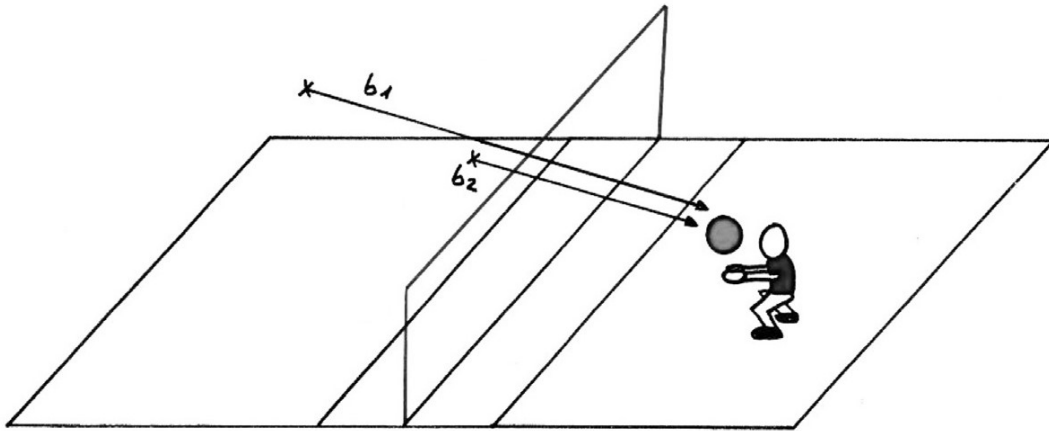


- **Cuestión 6:** ¿Qué remate le dificulta más la recepción al equipo contrario?

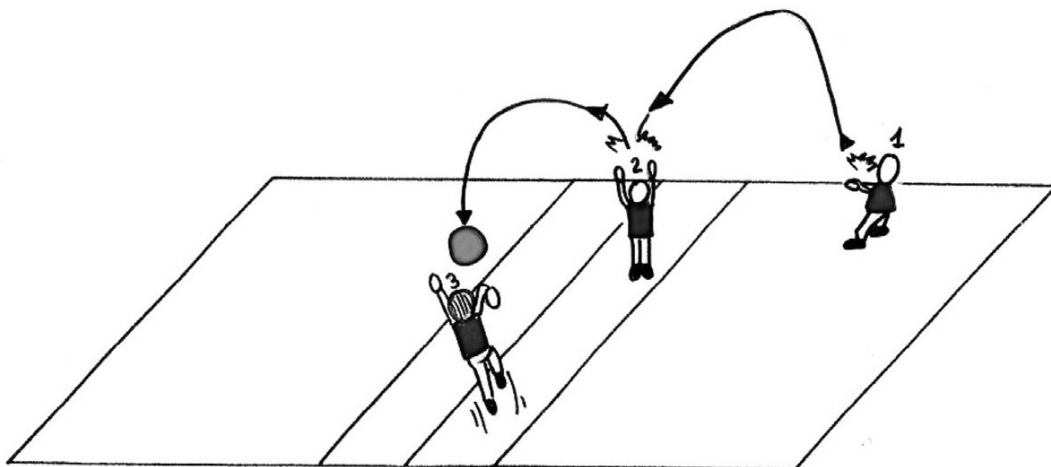
Se le dibujan dos opciones un remate lejos de la red (b1) y un remate cerca de la red (b2). La b2 y se le justifica: La trayectoria de b1 es de mayor recorrido lo que significa que el defensor tendrá más tiempo para «leer la trayectoria» adivinar dónde va a caer y anticiparse al balón.

Ahora concluimos que un «remate» cerca de la red es más eficaz que un remate desde lejos de la red y de ahí la necesidad de la búsqueda de un remate cerca de la red. Habrá que

considerar que la recepción del balón se debe orientar hacia delante acercando el móvil a los jugadores delanteros que están cerca de la red.

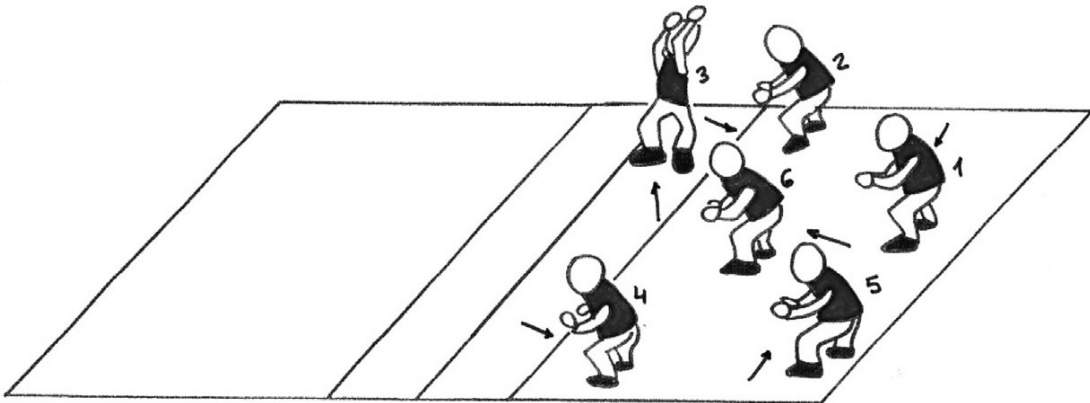


- **Cuestión 7:** ¿Cómo podemos llegar al remate?
Mediante la construcción de una jugada (Recibir-Colocar-Rematar). Aunque para responder a esta habrá que responder antes a:
- **Cuestión 8:** ¿Cuántas veces puede darle al balón un equipo, sin contar el bloqueo?
Tres toques. Y se le explica que el primer toque, cuando el balón viene fuerte de un saque o un remate, servirá para quitarle fuerza y preparar el ataque, llevando el móvil hacia los delanteros para finalmente rematar.



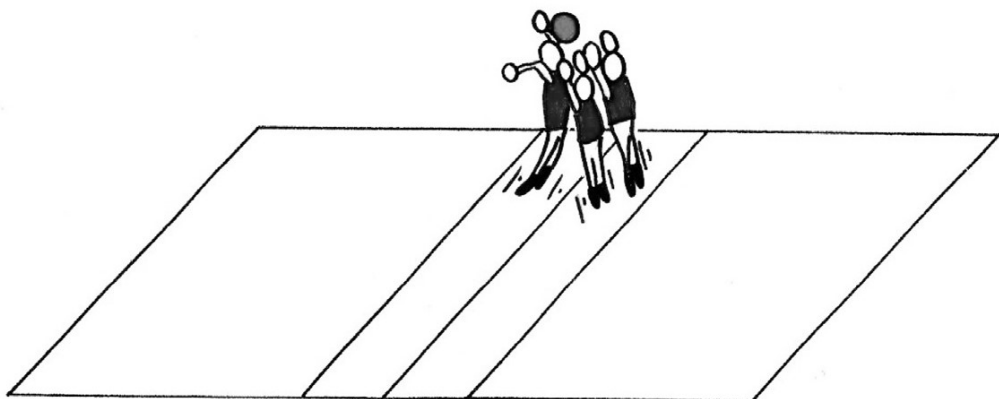
- Cuestión 9:** ¿Cómo podemos en tres golpes preparar el balón para que un compañero cerca de la red remate?

Ahora hay que recordar la regla de que aunque los zagueros pueden rematar saltando y sin pisar la zona de delanteros, son los jugadores que están en las zonas 2, 3 y 4 los que podrán rematar cerca de la red sin dificultad. Se les comenta la necesidad de repartir las funciones entre los distintos jugadores y en función de la zona que ocupan en ese momento: receptores, colocadores y rematadores. Más adelante volveremos sobre esto.



- Cuestión 10:** ¿Cuál sería la mejor forma de defender un remate del equipo contrario?

Poniendo un «muro» cerca de la red y entre uno, dos o tres jugadores: Bloqueo de 1, 2 o 3. Y se les explica en que consiste y que son los jugadores que se encuentran en las zonas 2, 3 y 4 los que deberán coordinarse para llevarlos a cabo.



B. EMPIEZO A JUGAR

Ahora es el momento de pasar a trabajar en la pista de voleibol. En primer lugar habrá que modificar las reglas del deporte para trabajar los aspectos perceptivos y estratégicos sin que el elemento técnico sea un problema. El objetivo será facilitar el aprendizaje de la dinámica del juego de voleibol a una velocidad y circunstancias espacio-temporales lo más parecida a la situación real de juego.

Normas de juego:

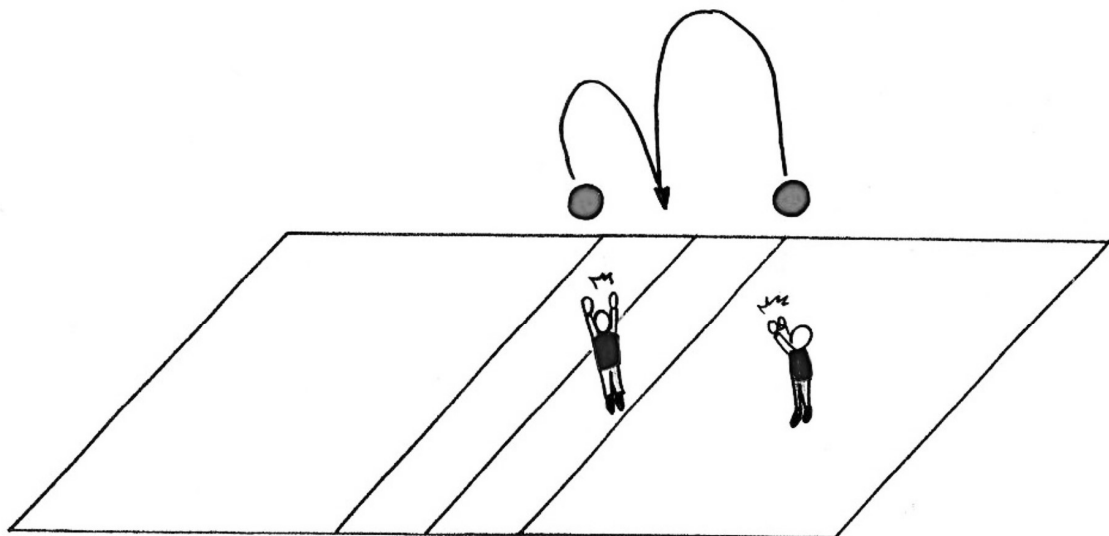
- La altura de la red se pondrá para que el alumno medio pueda tocar con la punta de los dedos de la mano en el borde superior sin saltar.
- El balón deberá tener un tacto y golpeo suaves evitando aquellos que por su excesiva dureza hagan daño. Hay en el mercado balones de iniciación algo más grandes y blandos que son ideales para el inicio.
- En cuanto a la técnica, y como norma general, solo se podrá golpear el balón en el remate o en el bloqueo, cuando lo incluyamos. Es decir el saque se hará *lanzando* el balón con una mano de abajo hacia arriba y desde la distancia que el sacador considere para llegar bien. La recepción del equipo contrario se hará *cogiendo* el balón y posteriormente se le *pasará* a otro compañero que hará las funciones de colocador que lo cogerá y lanzará alto y cerca de la red para que finalmente otro compañero remate golpeando con una o dos manos.
- Al principio todos reciben, todos colocan y solo 2, 3 y 4 rematan.
- La construcción de la jugada frente al marcaje de puntos: Se le quitará importancia a marcar y se le dará a «construir una jugada»: recibir-colocar-rematar. Cada equipo sacará sin rotar 4 veces y se irán señalando las construcciones.
- Gracias a la presencia de distintos grupos de nivel en la iniciación (eje de la atención a la diversidad) y la aplicación de cada uno de los elementos, que no solo respete cada ritmo de aprendizaje, además, permite mantener un juego fluido en todo momento lo que permite que los más hábiles se integren en el juego y que los más avanzados progresen.

Estaremos de este modo trabajando la estrategia:

- **Individual:** los alumnos empezarán a leer las situaciones de juego y a comprender la dinámica del mismo. Otro aspecto importante será la lectura de la trayectoria, la anticipación al balón y el pase como gesto con intención estratégica.
- **Colectiva:** Las intenciones estratégicas individuales y coordinadas harán que el equipo empiece a construir jugadas en busca de un remate cerca de la red. Es decir, existirá una intención estratégica colectiva y todos jugarán para ella.

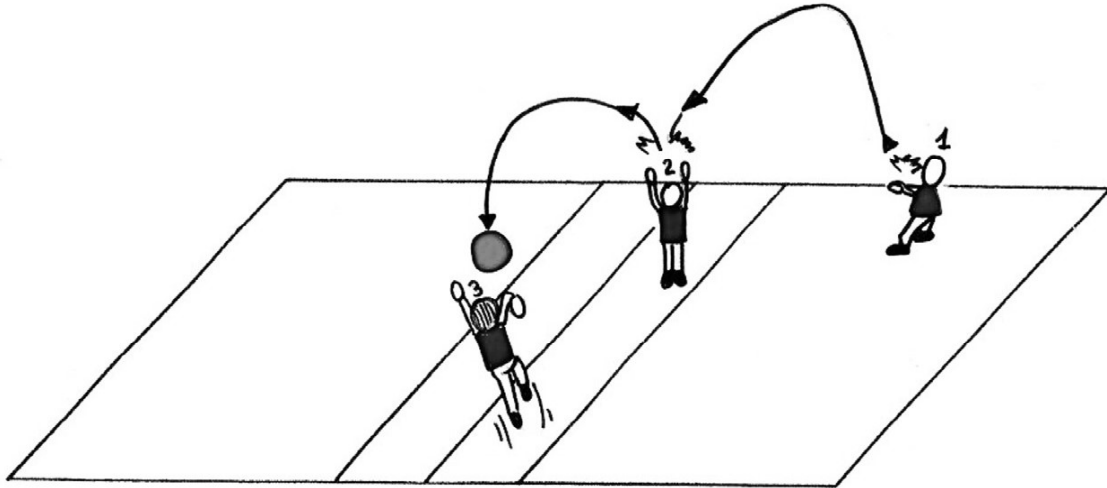
A partir de aquí iremos planteando «problemas» y poniendo soluciones desde la comprensión. El alumno deberá reflexionar en todo momento el «por qué» de cada decisión técnica o táctica.

- **Problema 1:** para hacer una colocación cerca de la red se observa mayor dificultad cuando se hace desde lejos de esta.

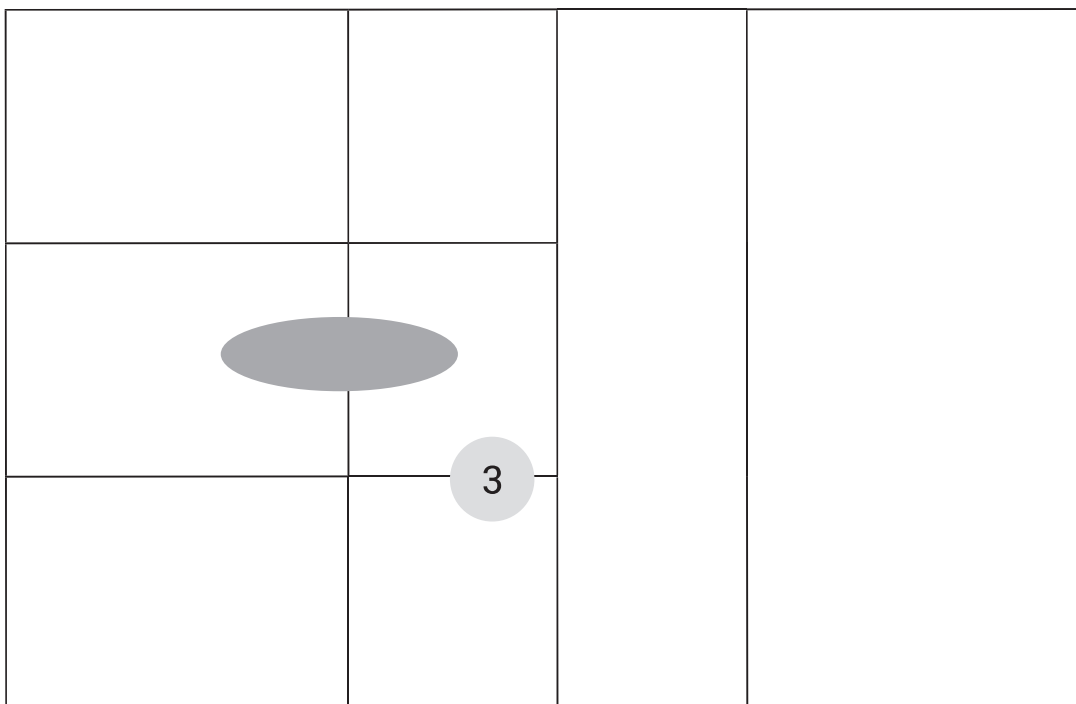


- **Solución 1:** el jugador que coloca deberá estar en la zona de delanteros. Se puede elegir a uno de los delanteros que será la referencia de todo para que una vez se reciba el balón se le pase para que este coloque. Lo pondremos en un lugar fijo

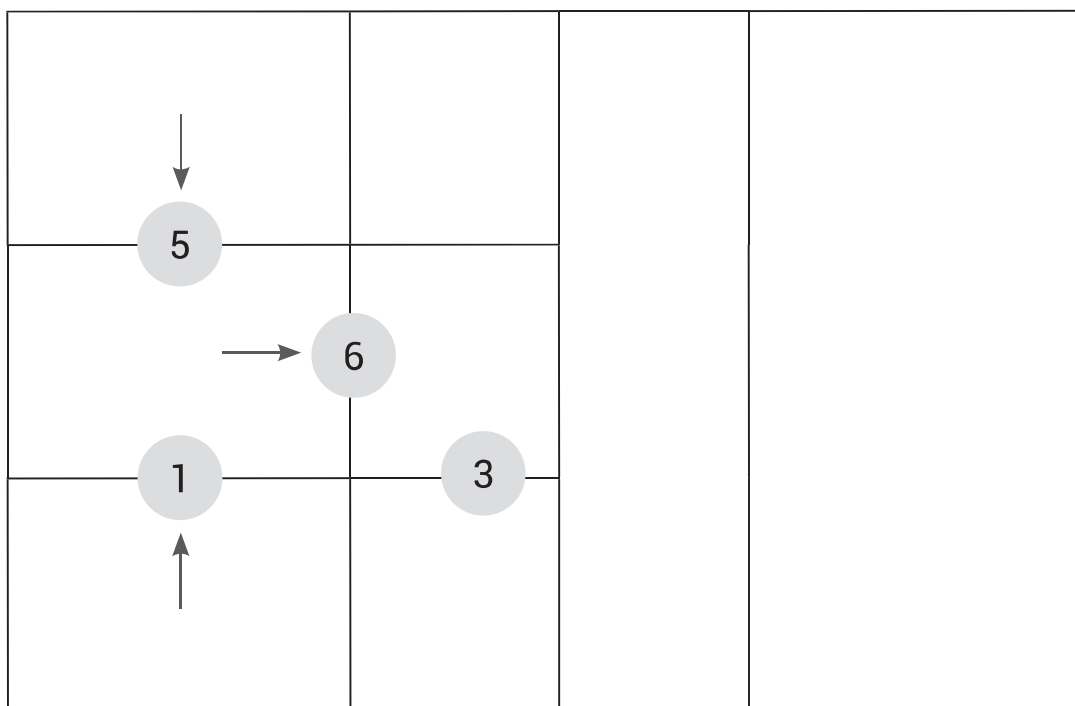
que permita que esta acción estratégica sea rápida y sin tener que buscarlo. Será el jugador que está en la posición 3 y lo pondremos pegado a la red.



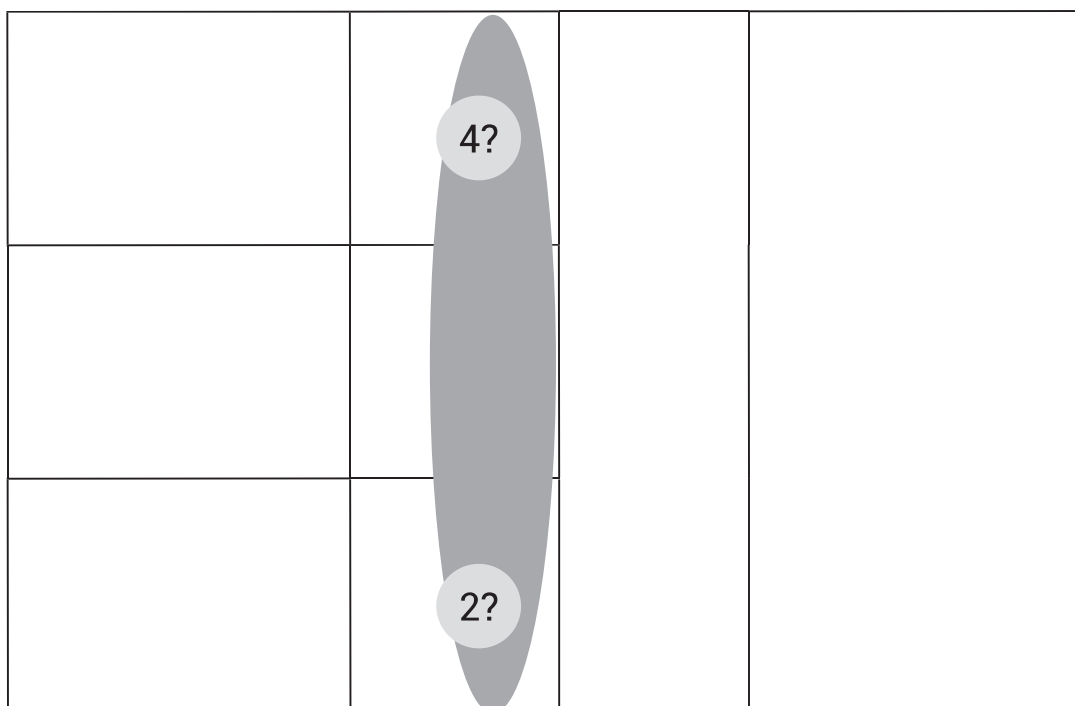
- **Problema 2:** al adelantar al 3 queda un hueco sin defender.



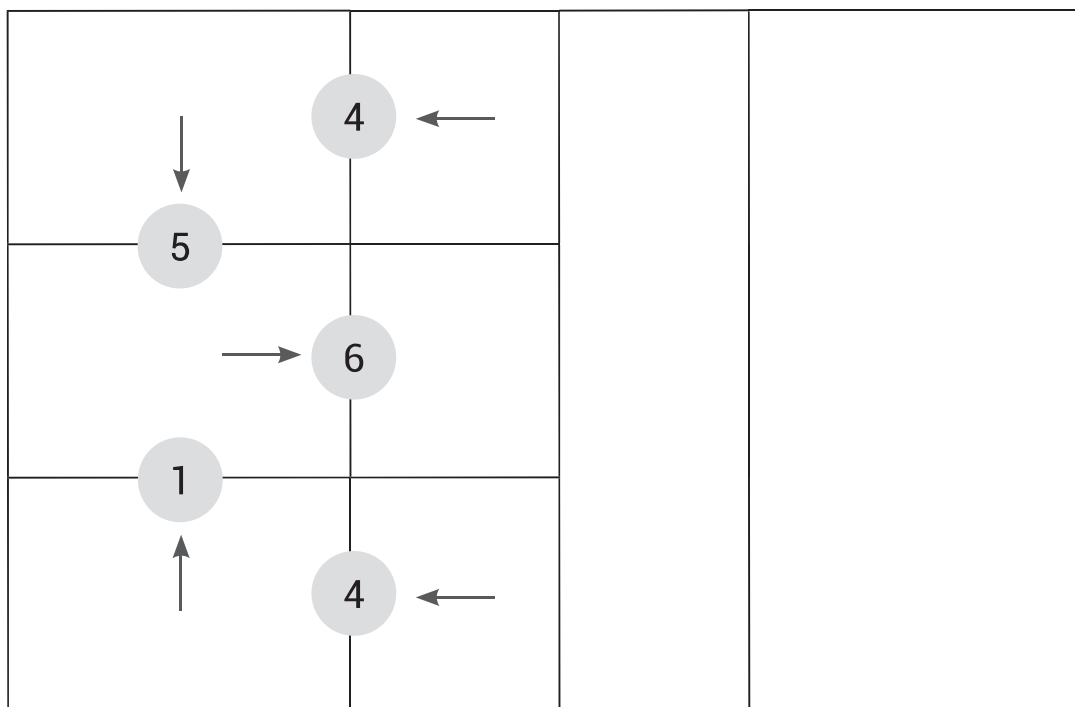
- **Solución 2:** adelantamos al 6 y cerramos atrás con 1 y 5.



- **Problema 3:** Cuando saca el equipo contrario ¿cuántas posibilidades hay de que el balón caiga cerca de la red en nuestro campo? muy pocas, tendría que ser una trayectoria con una parábola alta.



- **Solución 3:** Así justificamos el hecho de que cuando saque el equipo contrario los jugadores 2 y 4 se atrasen y coloquen sobre la línea centrados para recibir.



Hemos llegado desde la reflexión y entendiendo el «por qué» a un sencillo y eficaz sistema táctico que va a permitir al equipo defender con una mayor coordinación colectiva y eficacia: sistema de defensa en W con colocador a turno en 3 y con rematadores en 2 y 4.

Cuando saca el equipo contrario

Nuestro equipo debe recibir el saque y construir una jugada: Recibir-Colocar-Rematar siguiendo el sistema táctico aprendido: Sistema de recepción en W (1, 2, 4, 5 y 6) con colocador a turno en 3 y dos rematadores: 2 y 4.

Acciones de los jugadores por zonas:

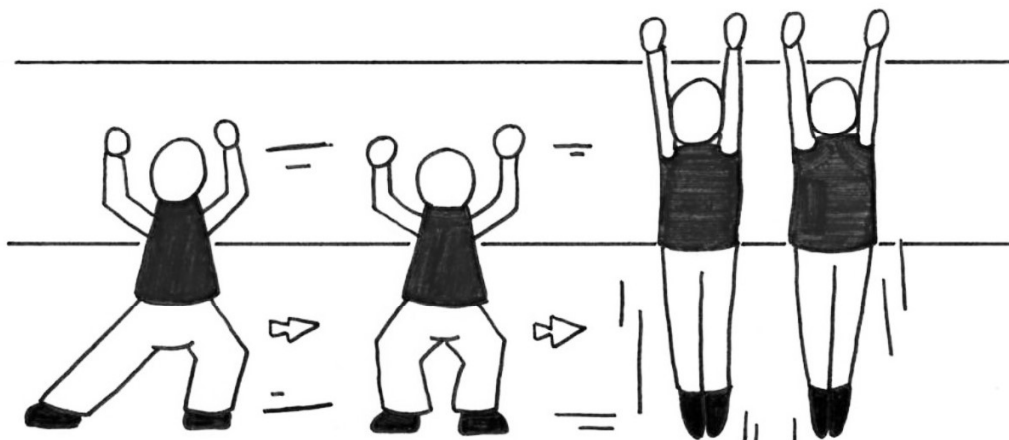
- El 3, que en este sistema no recibe, se sitúa un poco a la derecha y pegado a la red, de lado y mirando como sale

el balón del saque. Seguirá la trayectoria e irá rápidamente a colocar el pase del compañero que va a recibir el saque. Colocará a los rematadores 2 y 4.

- El 2 y el 4 en un primer momento se sitúan a unos tres metros de la red con la intención de recibir y hacer un pase de antebrazos al 3. Después de la recepción del saque, independientemente de quien la haga, deberán ir a rematar la colocación que les haga el 3.
- El 6 se adelanta para cubrir el espacio que deja libre el 3 y se prepara para recibir y pasarle al colocador.
- El 1 y el 5 se preparan para recibir y pasarle el balón al 3. Cerrarán atrás para cubrir el espacio que deja el 6, haciendo efectiva la disposición del equipo en W.

Ahora hay que trabajarlo en la pista en busca de una mayor velocidad la consigna será: recibir-colocar-rematar y cuanto más rápido mejor. Conseguiremos que los alumnos mediante pases y terminando con un remate jueguen a una velocidad muy elevada con la implicación mental que esto tiene. No solo deben comprender el por qué, ahora deben hacerlo rápido e integrarlo automatizando la respuesta como parte de una estrategia colectiva.

A continuación explicamos en la pista el bloqueo de dos, en el que los jugadores 2 y 4 tendrán que coordinarse en desplazamiento y salto con el jugador 3 para bloquear al mismo tiempo el remate del contrario.



ETAPA 2: INICIACIÓN A LA FUNCIÓN DEL COLOCADOR I.

1. Objetivos

- Que los alumnos aprendan y empiecen a practicar el pase de dedos como gesto eficaz para la colocación del balón a los rematadores.
- Que los alumnos conformen jueguen de 3 (colocador) se familiaricen con las trayectorias del balón y aprendan a anticiparse a este metiéndose debajo del mismo.
- Que los alumnos comprendan, al ser colocadores, como debe ser la trayectoria del balón que le facilite la acción. Así cuando jueguen de receptores se esforzarán por reproducir esa trayectoria al pasarle el balón al 3.

2. Descripción

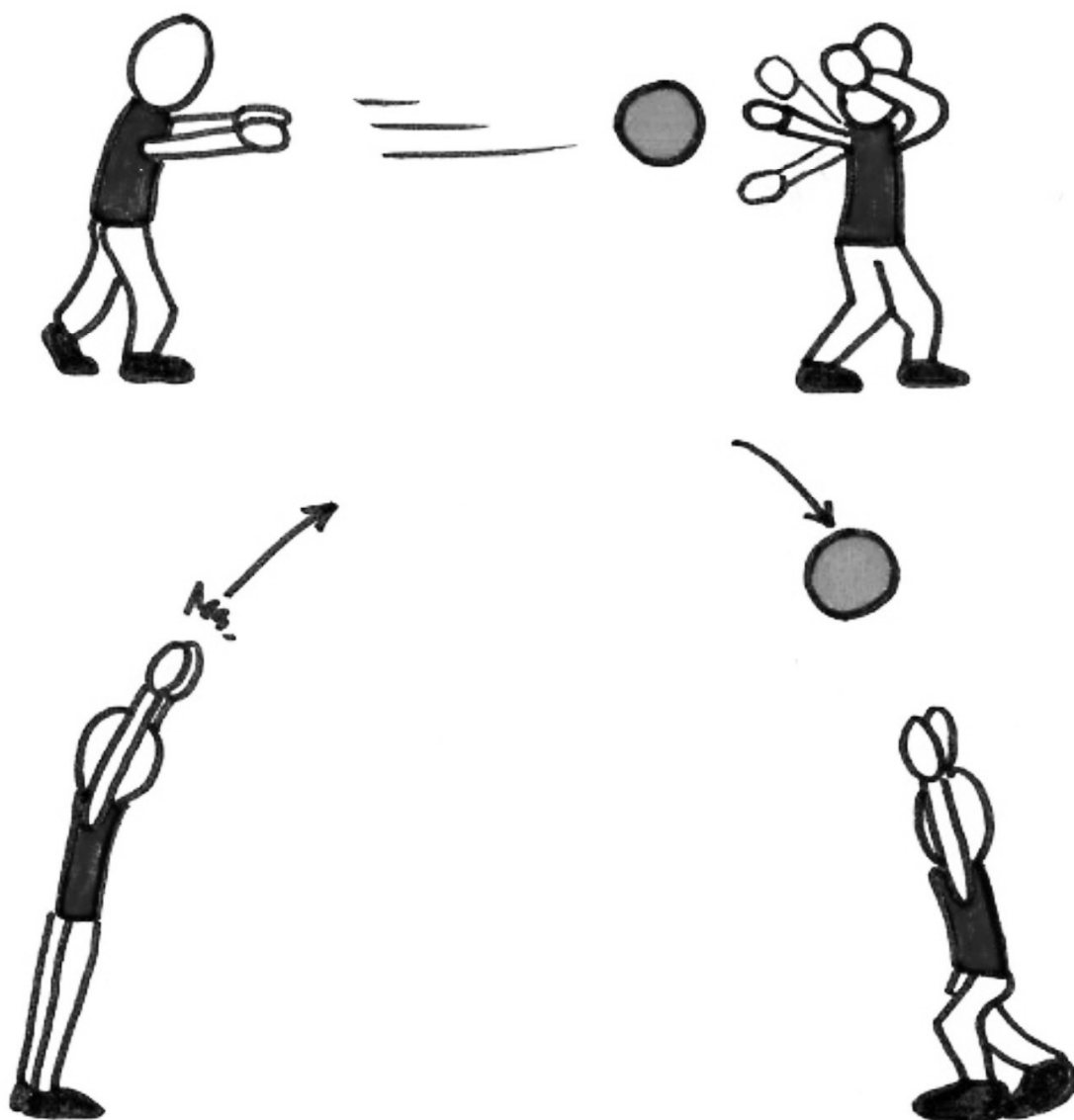
- Hay que explicar la posición del cuerpo, de las manos y la ejecución de pase de dedos.
- Se realizarán una serie de actividades de anticipación al balón y de ejercicios analíticos de iniciación al pase de dedos.

3. CRITERIOS A TENER EN CUENTA EN EL JUEGO MODIFICADO

- La aplicación del pase de dedos será en un principio opcional.
- Será importante que ahora el pase del que recibe sea alto para que el 3 se pueda meter debajo del balón.
- En el juego:
 - El saque se seguirá lanzando desde cerca de la red.
 - La recepción del balón se hará cogiéndolo para posteriormente lanzárselo al colocador. Pero ahora alto.
 - La colocación se hará utilizando el pase de dedos opcionalmente cuando al alumno le venga bien. También se podrá hacer retención.
 - El remate se hará golpeando con la palma de la mano. Se podrán utilizar una o dos manos según el alumno.

4. Puesta en práctica

Una vez que el grupo es capaz de interiorizar y aplicar esta dinámica de juego y a gran velocidad será el momento de avanzar para ir introduciendo progresivamente la técnica. En primer lugar progresaremos en el concepto «trayectoria» a la hora de pasar el balón. Ahora el receptor, aunque se pierda velocidad en el juego, ya no pasará el balón al colocador con una trayectoria recta, deberá hacerlo de abajo hacia arriba para que coja altura. Esto se justificará con el hecho de que el colocador debe meterse debajo del balón para colocarlo en óptimas condiciones y así vamos introduciendo el gesto técnico.



El colocador tendrá que meterse debajo del balón, lo que requerirá una lectura de su trayectoria y una anticipación a este. En función del nivel del alumno podrán seguir lanzando, colocar con retención y los más avanzados harán la colocación sin retener el balón.



Una vez los alumnos son capaces de jugar con las 2 limitaciones técnicas que hemos impuesto: no sacar golpeando y recibir cogiendo el balón, empezaremos a ir indicando a que todas las colocaciones se hagan sin retención. Será un buen momento para trabajar, ahora sí, de manera analítica y entendiendo para qué, el pase de dedos. Serán actividades muy breves con el objeto de que el alumno entienda «qué» debe practicar y aplicar en el juego. Rápidamente volveremos al juego global en el que realmente se van a ir aprendiendo estas habilidades técnicas dentro de su contexto.

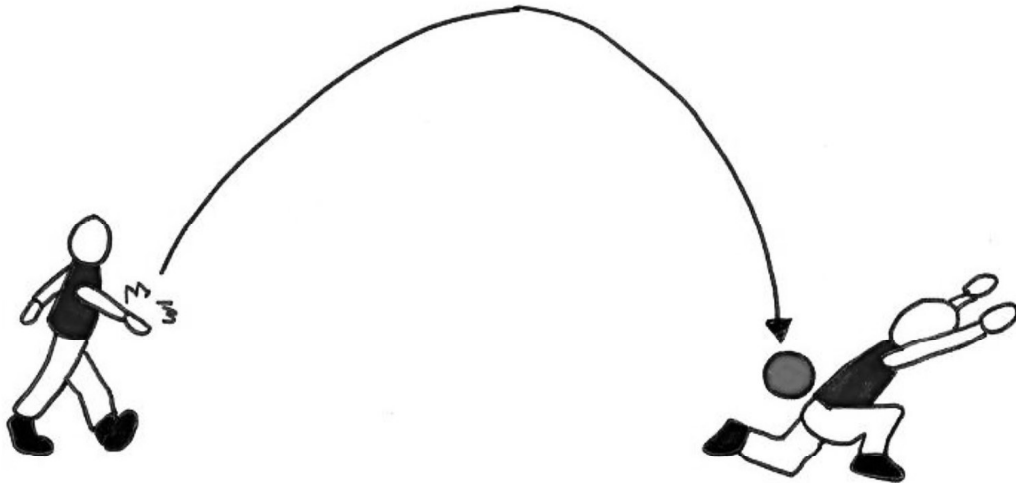
5. Actividades de familiarización técnica: pase de dedos 1

5.1. Recibe con distintas partes del cuerpo

– Objetivos:

- Desarrollar una «actitud activa» en el jugador: atención selectiva y disposición para actuar.

- Adquirir la correcta lectura de la trayectoria del balón.
 - Desarrollar los desplazamientos y la anticipación al balón con el objeto de conseguir una ventaja posicional y temporal para afrontar el golpeo.
- Gráfico:



- **Material:** un balón de voleibol.
- **Descripción:** Por parejas, un alumno lanza alto el balón a la vez que dice una parte del cuerpo (codo derecho, glúteo izquierdo...) con la que su compañero debe tocar flojo el balón.
- **Observaciones:**

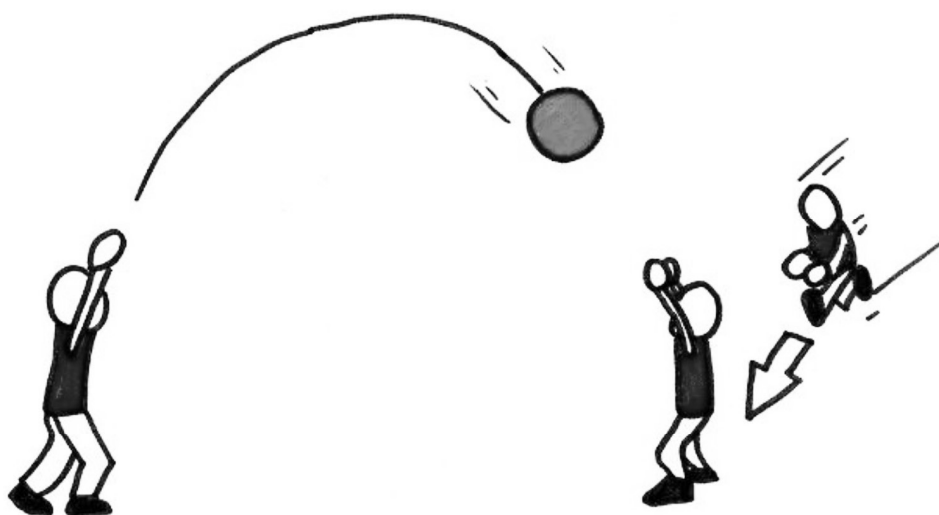
El alumno que recibe podrá partir desde distintas posiciones (de pie, sentado, de espaldas, tumbado).

El alumno que lanza incrementará progresivamente la complejidad buscando el lado lejano del segmento que nombre e imprimiendo más velocidad y tensión al pase. Así, si dice hombro derecho le pasará el balón a su lado izquierdo.

Observar la posible e inicial actitud pasiva de algunos alumnos que ven salir el balón y no inician su movimiento hasta que cae al suelo. Hay que motivar a estos alumnos para que vayan adquiriendo una «actitud activa» en la que estén preparados como en la salida de una prueba de velocidad.

5.2. Métete debajo

- Objetivos:
 - Desarrollar una «actitud activa» del jugador: atención selectiva y disposición para actuar.
 - Adquirir la correcta lectura de la trayectoria del balón.
 - Desarrollar los desplazamientos y la anticipación al balón con el objeto de conseguir una ventaja posicional y temporal para afrontar el golpeo.
 - Familiarizarse con la posición del cuerpo y de las manos para el aprendizaje del pase de dedos.
- Gráfico:



- Material: un balón de voleibol.
- Descripción: Por parejas un alumno le pasará el balón alto a su compañero para que este se meta debajo y lo coja con piernas y brazos semiflexionados y manos encima de la cara mirando el balón por la ventana (a través de un triángulo formado por los dedos pulgares e índices).
- Observaciones:
 - El alumno que recibe podrá partir desde distintas posiciones (de pie, sentado, de espaldas, tumbado).
 - El alumno que lanza incrementará progresivamente la complejidad buscando distintos puntos donde dirigir el

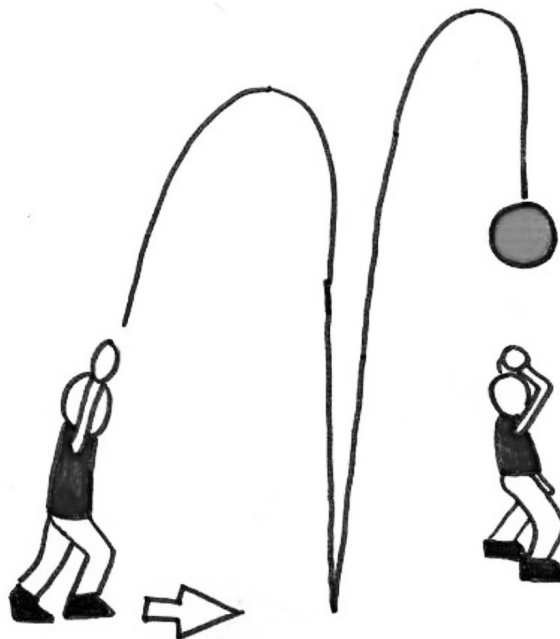
pase para que su compañero practique todo tipo de desplazamientos e incrementando la velocidad entre pase y pase.

5.3. Coloco y bote

– Objetivos:

- Desarrollar una «actitud activa» del jugador: atención selectiva y disposición para actuar.
- Adquirir la correcta lectura de la trayectoria del balón.
- Desarrollar los desplazamientos y la anticipación al balón con el objeto de conseguir una ventaja posicional y temporal para afrontar el golpeo.
- Realizar el pase de dedos.
- Aprender a colocar alto.

– Gráfico:



- **Material:** un balón de voleibol.
- **Descripción:** Individualmente un alumno realizará un pase de dedos alto para que el balón bote con suficiente altura como para poder volver a meterse debajo y repetir la acción.
- **Observaciones:**
 - El alumno debe darse cuenta que si no coloca alto no podrá meterse debajo.

ETAPA 3: INICIAR LA FUNCIÓN DEL RECEPTOR I

1. Objetivos

- Que los alumnos se familiaricen con las trayectorias del balón y aprendan a anticiparse y a colocarse en la posición básica de receptor orientándose al colocador.
- Continuar aprendiendo a construir jugadas dentro de un sistema colectivo.

2. Descripción

- Hay que explicar a los alumnos que, para realizar bien la función de receptor utilizando el gesto técnico del pase de antebrazos para la recepción de un saque o un remate, hay que tener en cuenta que este gesto consta de dos partes: una primera que consta de la lectura de la trayectoria, anticipación al balón y posicionamiento del jugador, semiflexionado y orientado al colocador, y la segunda que se corresponde con la ejecución del golpeo. En esta etapa de iniciación nos centraremos en la primera.
- Se realizarán una serie de actividades de lectura de la trayectoria y anticipación al balón orientadas al pase de antebrazos para la función de receptor.

3. Criterios a tener en cuenta en el juego modificado

- Los alumnos deben intentar anticiparse al balón y adquirir una posición orientada al colocador que le facilite el golpeo.
- La aplicación de esta posición de recepción será obligada.
- Será importante que los alumnos sigan haciendo el pase al colocador alto.
- En el juego:
 - El saque se seguirá lanzando desde cerca de la red.
 - La recepción del balón se hará cogiéndolo en la «posición básica» orientado al colocador al que se le lanzará alto. Ya no valdrá cogerlo a cualquier altura y desde cualquier posición.

- La colocación se hará utilizando el pase de dedos opcionalmente cuando al alumno le venga bien. También se podrá hacer retención.
- El remate se hará golpeando con la palma de la mano. Se podrán utilizar ambas manos a la vez, pero iremos indicando que sea con una sola, en función de las aptitudes de nuestros alumnos.

4. Puesta en práctica

Para la iniciación al pase de antebrazos debemos explicar y trabajar mediante actividades por parejas, tres conceptos fundamentales: lectura de la trayectoria, anticipación al balón y colocación del cuerpo orientado al colocador. Estas actividades de familiarización serán breves y se pasará rápidamente al juego global donde realmente se aprenderán dentro de un contexto cambiante.

Hasta ahora los alumnos han podido coger el balón desde cualquier posición y a cualquier altura lo que les ha facilitado su anticipación al mismo. Ahora se incrementa la complejidad perceptiva y de ejecución: deberán intentar adivinar dónde va a caer el balón e ir rápidamente para colocarse allí en lo que vamos a denominar «posición básica del receptor» en una posición de piernas semiflexionadas, con brazos extendidos adelante y manos a la altura del abdomen y orientados hacia el colocador que estará pegado a la red, el pase al colocador deberá seguir siendo alto para facilitar la colocación.

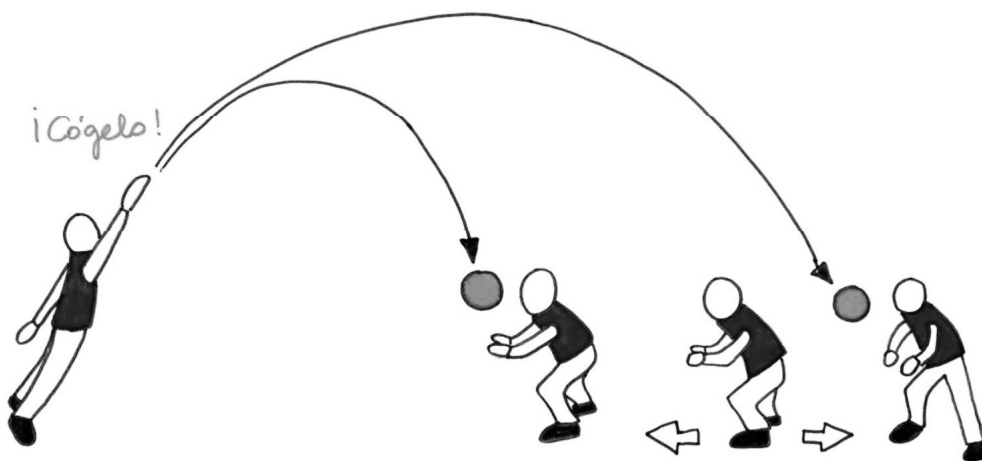
Estamos trabajando lectura de la trayectoria, anticipación y posición, elementos básicos para una futura recepción. Y lo estamos haciendo jugando a un juego muy parecido al voleibol, en el que la dinámica de juego será lo más parecida a un partido normal.

5. Actividades de familiarización técnica: pase de antebrazos 1

5.1. Coge el balón delante y detrás

- Objetivos:
 - Desarrollar una «actitud activa» del jugador: atención selectiva y disposición para actuar.

- Adquirir la correcta lectura de la trayectoria del balón.
 - Desarrollar los desplazamientos adelante y atrás y la anticipación al balón con el objeto de conseguir una ventaja posicional y temporal para afrontar el golpeo.
 - Aprender y poner en práctica la posición básica previa al pase de antebrazos.
- Gráfico:

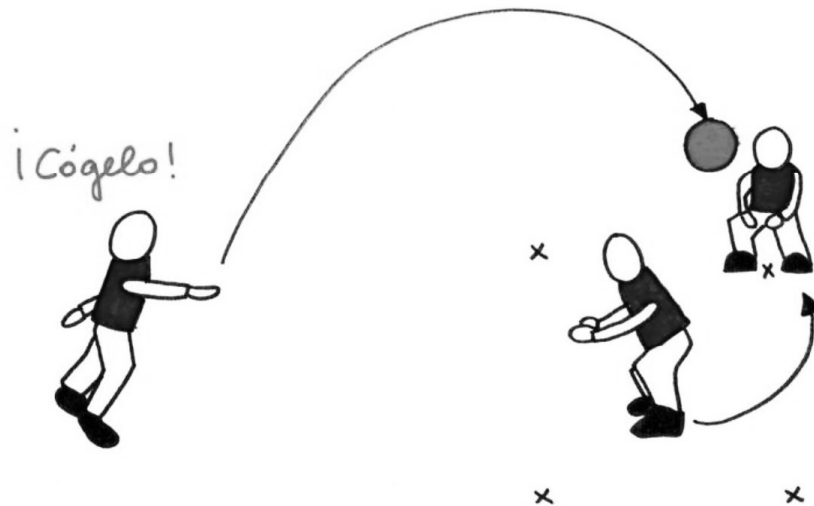


- Material: un balón de voleibol.
- Descripción: Por parejas, un alumno le lanzará el balón al compañero alto delante o detrás. Esto obligará al receptor a desplazarse rápido a la vez que adquiere la posición básica de recepción desde la que cogerá el balón con brazos estirados y a la altura del abdomen.
- Observaciones: Al principio se harán los pases lentos, después se reducirá el tiempo entre pase y pase con el fin de incrementar la complejidad.

5.2. Coge el balón en las 4 esquinas

- Objetivos:
- Desarrollar una «actitud activa» del jugador: atención selectiva y disposición para actuar.
 - Adquirir la correcta lectura de la trayectoria del balón.

- Desarrollar los desplazamientos en diagonal y la anticipación al balón con el objeto de conseguir una ventaja posicional y temporal para afrontar el golpeo.
 - Aprender y poner en práctica la posición básica previa al pase de antebrazos orientado al colocador.
- Gráfico:



- Material: un balón de voleibol.
- Descripción: Por parejas, un alumno le lanzará el balón al compañero alto y hacia una de las cuatro esquinas de un cuadrado imaginario en cuyo centro estará situado el receptor. Esto obligará al receptor a desplazarse rápido y en diagonal a la vez que adquiere la posición básica de recepción y se orienta a su compañero desde la que cogerá el balón con brazos estirados y a la altura del abdomen.
- Observaciones: Al principio se harán los pases lentos pero después se reducirá el tiempo entre pase y pase con el fin de incrementar la complejidad.

ETAPA 4: DESARROLLAR LA FUNCIÓN DEL RECEPTOR II

1. Objetivos

- Que los alumnos se familiaricen con las trayectorias del balón y aprendan a anticiparse y a colocarse en la posición básica de receptor orientado al colocador.

- Que los alumnos empiecen a contactar-interceptar el balón con los antebrazos.
- Continuar aprendiendo a construir jugadas dentro de un sistema colectivo.
- Que los alumnos progresen en el aprendizaje de la función del rematador empezando a rematar en suspensión.

2. Descripción

- Hay que explicar el gesto técnico del pase de antebrazos
- Se realizarán una serie de actividades y ejercicios analíticos de asimilación técnica.
- Se realizarán una serie de actividades de lectura de la trayectoria y anticipación al balón orientadas al pase de antebrazos para la función de receptor a las que se le añadirá la colocación de los antebrazos para que el balón contacte en estos.
- Indicar a los alumnos que empiecen a rematar en suspensión.

3. Criterios a tener en cuenta en el juego modificado

- La aplicación del pase de antebrazos en los partidos será opcional.
- El golpeo, cuando se haga, deberá ir alto y hacia el colocador. Habrá que explicar que a partir de ahora será más difícil pasarle al 3 y, por tanto, sobre el sistema táctico aprendido, tendremos que improvisar y colocará el jugador al que le llegue el balón. Aunque siempre habrá que intentar pasarlo al 3.
- La aplicación del remate en suspensión será en un principio opcional.
- En el juego:
 - El saque se seguirá lanzando desde cerca de la red.
 - La recepción del balón se llevará a cabo con el pase de antebrazos opcionalmente. Habrá alumnos que continuarán cogiendo el balón.
 - La colocación se hará utilizando el pase de dedos obligatoriamente y sin retención.

- El remate se empezará a hacer en suspensión y golpeando con la palma de una sola mano en función de las aptitudes de nuestros alumnos.

4. Puesta en práctica

Conforme los alumnos van aplicando el pase de antebrazos y debido a una mayor imprecisión inicial habrá que «improvisar», siempre sobre el sistema colectivo establecido, y si el colocador no llega al pase del receptor tendrá que colocar el jugador al que le llegue el balón en las mejores condiciones.

Independientemente del jugador que reciba debe intentar colocar el balón hacia los rematadores, abriéndose el juego a un mayor repertorio de posibilidades tácticas individuales en las que:

- Cualquier jugador puede colocar.
- Ahora el 3 puede rematar.
- A veces el remate se tendrá que hacer desde la zona de zagueros.
- A veces el balón viene tan bajo que habrá que subirlo con recursos como el manotazo.

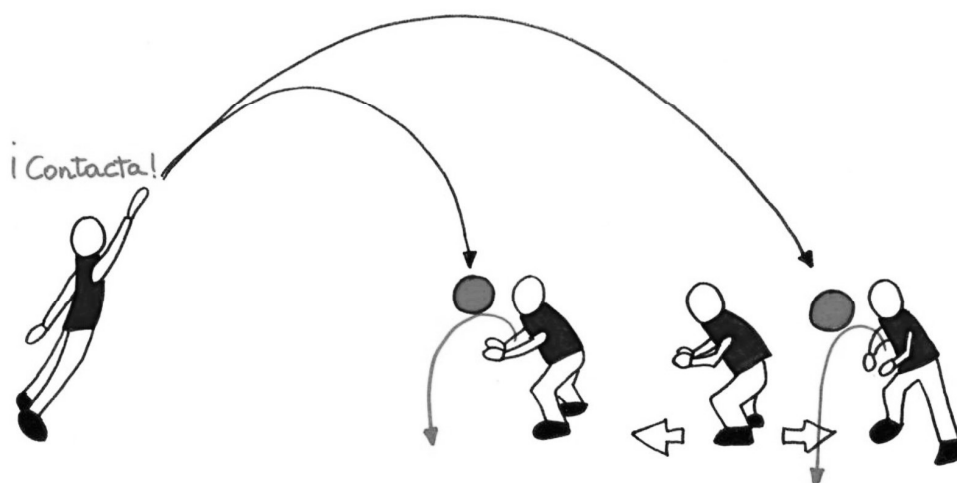
Todo ello desde el punto de vista de la estrategia individual hará que el juego sea más enriquecedor. El alumno, ahora, desde la comprensión de la lógica interna del voleibol y trabajando con un sistema colectivo empezará a desarrollar una estrategia individual coherente y significativa en un contexto de juego más abierto y cambiante.

De este modo y en una situación de decisión múltiple se desarrollará lo que Bañuelos denomina como el sentido táctico individual y la anticipación cognitiva en la que ahora la diversidad de posibles acciones del oponente se incrementan. Todo ello dentro de un contexto global de juego.

5. Actividades de familiarización técnica: pase de antebrazos 2

5.1. Contacta el balón con los antebrazos delante y detrás

- Objetivos:
 - Desarrollar una «actitud activa» del jugador: atención selectiva y disposición para actuar.
 - Adquirir la correcta lectura de la trayectoria del balón.
 - Desarrollar los desplazamientos adelante y atrás y la anticipación al balón con el objeto de conseguir una ventaja posicional y temporal para afrontar el golpeo.
 - Aprender y poner en práctica la posición básica previa al pase de antebrazos.
 - Contactar-interceptar balón con los antebrazos para que aprenda a modular la fuerza suficiente para la amortiguación del móvil.
- Gráfico:

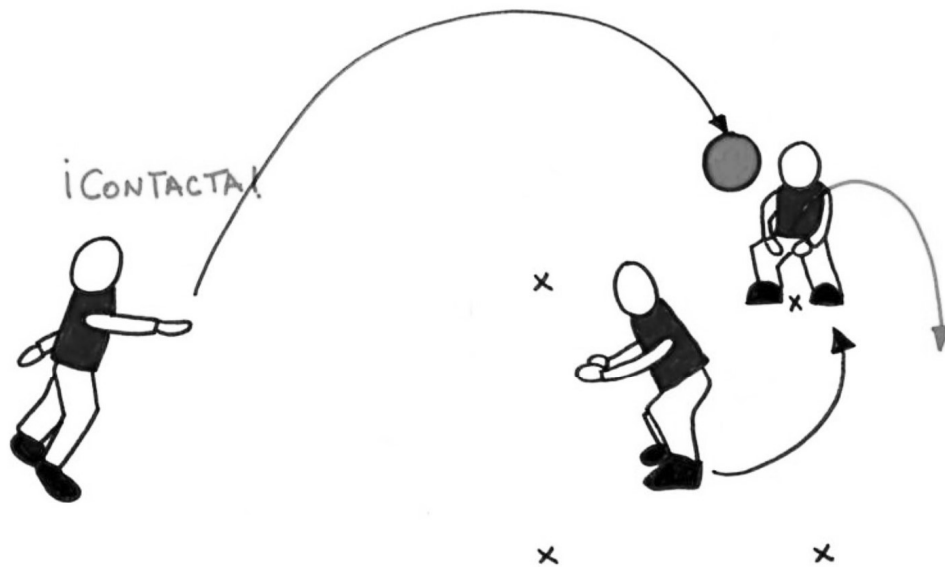


- Material: un balón de voleibol.
- Descripción: Por parejas, un alumno le lanzará el balón al compañero alto, delante o detrás. Esto obligará al receptor a desplazarse rápido a la vez que adquiere la posición básica de recepción colocando los antebrazos para que el balón golpee flojo en estos y caiga al suelo.
- Observaciones: Al principio se harán los pases lentos pero después se reducirá el tiempo entre pase y pase con el fin de incrementar la complejidad.

5.2. Contacta el balón con los antebrazos en las 4 esquinas

- Objetivos:

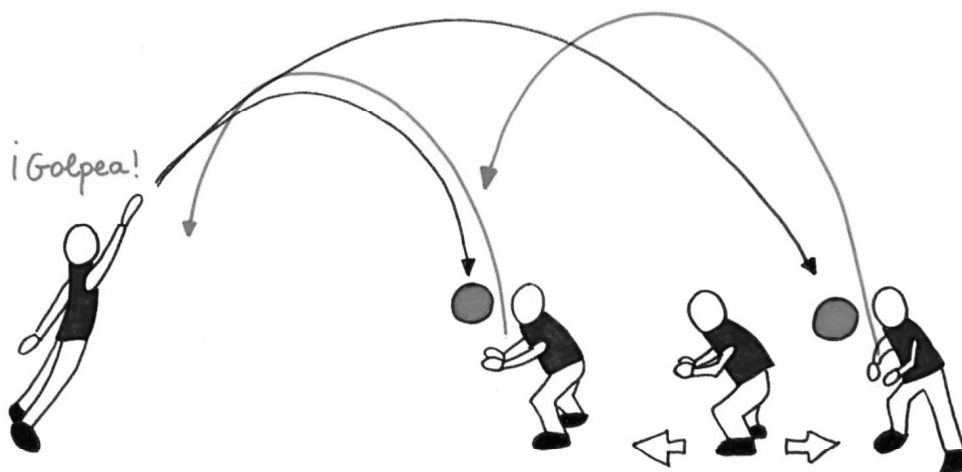
- Desarrollar una «actitud activa» del jugador: atención selectiva y disposición para actuar.
 - Adquirir la correcta lectura de la trayectoria del balón.
 - Desarrollar los desplazamientos en diagonal y la anticipación al balón con el objeto de conseguir una ventaja posicional y temporal para afrontar el golpeo.
 - Aprender y poner en práctica la posición básica previa al pase de antebrazos orientado al colocador.
 - Contactar-interceptar balón con los antebrazos para que aprenda a modular la fuerza suficiente para la amortiguación del móvil.
- Gráfico:



- **Material:** un balón de voleibol.
- **Descripción:** Por parejas, un alumno le lanzará el balón al compañero alto y hacia una de las cuatro esquinas de un cuadrado imaginario en cuyo centro estará situado el receptor. Esto obligará al alumno a desplazarse rápido y en diagonal a la vez que adquiere la posición básica de recepción y se orienta a su compañero, colocando los antebrazos para que el balón golpee flojo y caiga al suelo.
- **Observaciones:** Al principio se harán los pases lentos, después se reducirá el tiempo entre pase y pase con el fin de incrementar la complejidad.

5.3. Golpea el balón con los antebrazos delante y detrás

- Objetivos:
 - Desarrollar una «actitud activa» del jugador: atención selectiva y disposición para actuar.
 - Adquirir la correcta lectura de la trayectoria del balón.
 - Desarrollar los desplazamientos adelante y atrás y la anticipación al balón con el objeto de conseguir una ventaja posicional y temporal para afrontar el golpeo.
 - Aprender y poner en práctica la posición básica previa al pase de antebrazos.
 - Aprender a golpear el balón con los antebrazos adaptando la fuerza a las condiciones a las que venga el móvil.
- Gráfico:



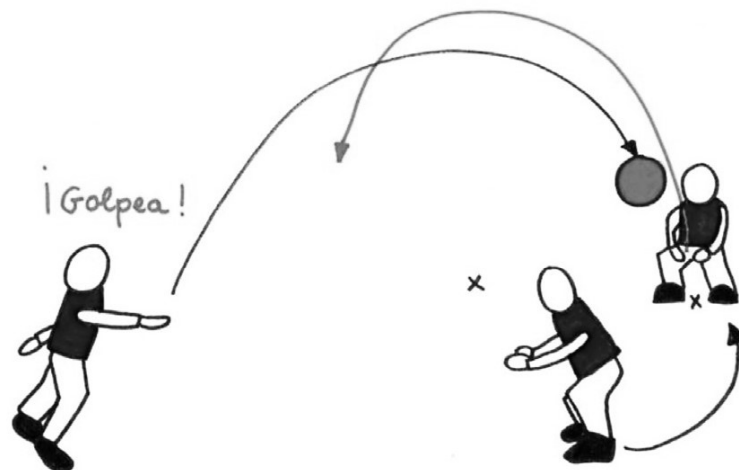
- **Material:** un balón de voleibol.
- **Descripción:** Por parejas, un alumno le lanzará el balón al compañero alto delante o detrás. Esto obligará al receptor a desplazarse rápido a la vez que adquiere la posición básica de recepción colocando los antebrazos para golpearlo con los antebrazos devolviéndoselo al primero alto, como si este fuese el colocador.
- **Observaciones:** Al principio se harán los pases lentos pero después se reducirá el tiempo entre pase y pase con el fin de incrementar la complejidad.

5.4. Golpea el balón con los antebrazos en las 4 esquinas

– Objetivos:

- Desarrollar una «actitud activa» del jugador: atención selectiva y disposición para actuar.
- Adquirir la correcta lectura de la trayectoria del balón.
- Desarrollar los desplazamientos en diagonal y la anticipación al balón con el objeto de conseguir una ventaja posicional y temporal para afrontar el golpeo.
- Aprender y poner en práctica la posición básica previa al pase de antebrazos.
- Aprender a golpear el balón con los antebrazos adaptando la fuerza a las condiciones a las que venga el móvil.

– Gráfico:



- **Material:** un balón de voleibol.
- **Descripción:** Por parejas un alumno le lanzará el balón al compañero alto y hacia una de las cuatro esquinas de un cuadrado imaginario en cuyo centro estará situado el receptor. Esto obligará al receptor a desplazarse rápido y en diagonal a la vez que adquiere la posición básica de recepción y se orienta a su compañero golpeando con los antebrazos devolviéndoselo al primero alto, como si este fuese el colocador.
- **Observaciones:** Al principio se harán los pases lentos pero después se reducirá el tiempo entre pase y pase con el fin de incrementar la complejidad.

ETAPA 5: DESARROLLAR LA FUNCIÓN DEL COLOCADOR II

1. Objetivos

- Que los alumnos progresen en el aprendizaje de la función de colocador y aprendan y empiecen a practicar el pase de dedos lateralmente y hacia atrás, como gesto eficaz para la colocación del balón a los rematadores.
- Que los alumnos refuercen su aprendizaje del pase de antebrazos.
- Que los alumnos progresen en el aprendizaje de la función del rematador rematando en suspensión.

2. Descripción

- En la colocación lateral y atrás hay que explicar que además de mantener la posición del cuerpo, de las manos y la ejecución de pase de dedos hacia delante habrá que dirigir levemente el balón hacia ambos lados y hacia atrás.
- Se realizarán una serie de actividades y de ejercicios analíticos de iniciación a estos pases de dedos.
- Se aplicarán ejercicios de asimilación y refuerzo más complejos para el correcto aprendizaje del pase de antebrazos.
- Indicar a los alumnos que sigan rematando en suspensión.

3. Criterios a tener en cuenta en el juego modificado

- La aplicación del pase de dedos lateral y atrás y el remate en suspensión serán en un principio opcional.
- En el juego:
 - El saque se seguirá lanzando desde cerca de la red.
 - La recepción del balón utilizando el pase de antebrazos se empezará a aplicar en el juego opcionalmente.
 - La colocación se hará utilizando el pase de dedos adelante obligatoriamente y sin retención. Y opcionalmente se irá poniendo en práctica la colocación lateral y atrás.
 - El remate se hará golpeando con una sola mano y será indicado hacerlo en suspensión según el nivel de los alumnos.

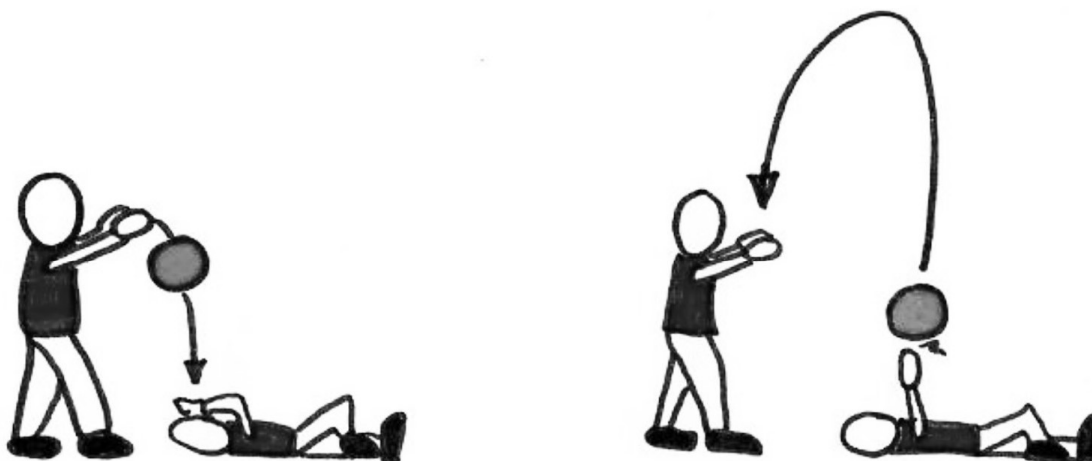
4. Puesta en práctica

Ya se ha avanzado mucho en el modo en el que se juega al voleibol. Los alumnos que lleguen o partan de esta etapa estarán jugando al deporte en unas condiciones y a un nivel más que aceptable. A partir de aquí tan sólo queda introducir el saque y consolidar un poco más las funciones de receptor, colocador y rematador.

5. Actividades de familiarización técnica: pase de dedos 2

5.1. Coloca tumbado

- Objetivos:
 - Reforzar analíticamente la acción de las manos y los brazos en el pase de dedos.
- Gráfico:



- Material: un balón de voleibol.
- Descripción: Por parejas, un alumno le dejará caer el balón al compañero que estará tumbado con los brazos levemente flexionados con la ventana a través de la que mirará el móvil. Entonces colocará alto para que el compañero que está de pie lo coja y repita la acción.
- Observaciones: Al principio se harán los pases lentos, después se reducirá el tiempo entre pase y pase con el fin de incrementar la complejidad y finalmente el alumno que realiza el pase de dedos lo hará seguido durante 8-10 repeticiones.

5.2. Los 10 pases de dedos

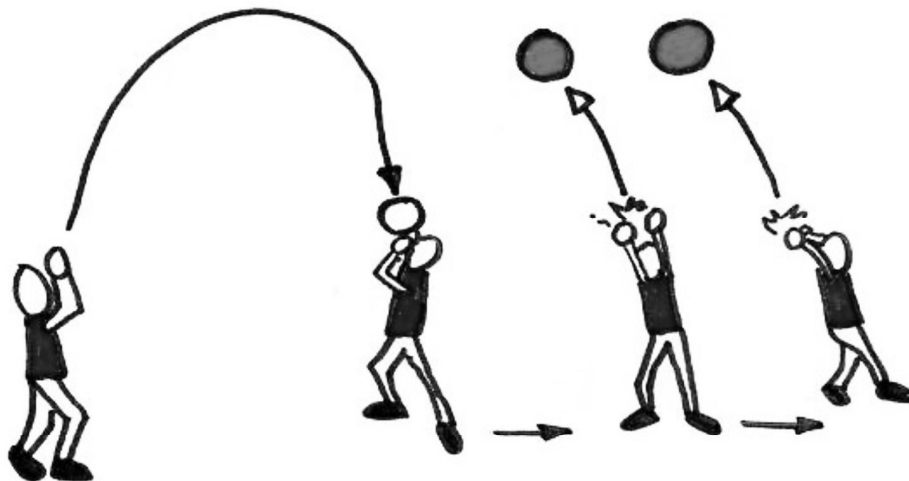
- Objetivos:
 - Realización del pase de dedos con un mayor control.
- Gráfico:



- **Material:** un balón de voleibol.
- **Descripción:** Individualmente un alumno realizará pases de dedos dentro de un aro.
- **Observaciones:**
 - Al principio podrá salir del aro totalmente si no llega al balón, después podrá sacar un solo pie y finalmente deberá permanecer dentro del aro en todo momento.

5.3. Pase de dedos atrás y lateral

- Objetivos:
 - Realizar el pase de dedos hacia atrás y hacia el lado.
- Gráfico:



- Material: un balón de voleibol.
- Descripción: Por parejas se irán pasando el balón de dedos atrás o lateral. Para ello deben recibir de dedos de frente y al tiempo que dan el autopase arriba se giran 90° o 180° para pasar de nuevo al compañero de dedos lateral o atrás respectivamente.
- Observaciones:
 - Al principio se hará sin limitación de movimientos y después dentro de un aro.

ETAPA 6: INICIAR LA FUNCIÓN DEL SACADOR, DESARROLLAR LA FUNCIÓN DEL REMATADOR Y LA FUNCIÓN DEFENSIVA COLECTIVA: COBERTURA AL BLOQUEO.

1. Objetivos

- Entender la función del sacador desde un punto de vista estratégico.
- Desarrollar la intención estratégica del rematador.

- Que los alumnos aprendan y empiecen a practicar el saque de mano baja.
- Que apliquen obligatoriamente el pase de dedos lateralmente y hacia atrás.
- Que los alumnos aprendan la finta de remate desde la comprensión estratégica.
- Que los alumnos refuercen su aprendizaje del pase de antebrazos y aprendan recursos técnicos.
- Comprender y aplicar la cobertura al bloqueo.

2. Descripción

- Se realizarán una serie de actividades y de ejercicios analíticos de iniciación al saque de mano baja para su posterior aplicación al juego.
- Se aplicará ejercicios de asimilación y refuerzo más complejos para el correcto aprendizaje del pase de antebrazos.
- Se aprenderán recursos técnicos para interceptar el balón cuando no se llegue bien en la recepción.
- Los alumnos deben entender el sistema defensivo de «cobertura al bloqueo» para cubrir aquellos balones que superen a este.

3. Criterios a tener en cuenta en el juego modificado

- Incidir en la posición de los jugadores en la cobertura al bloqueo.
- El saque de mano baja se aplicará en el juego pudiendo el alumno elegir la distancia desde donde sacar, para ir alejándose progresivamente.
- La aplicación del pase de dedos lateral y atrás empezará a ser obligatorio en los partidos.
- En el juego:
 - El saque obligatoriamente de mano baja y desde la distancia que el alumno considere.
 - La recepción del balón con golpeo (pase de antebrazos) será opcional en función de cómo venga el balón y del nivel del alumno.

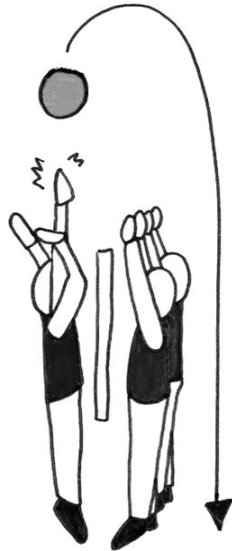
- La colocación se hará utilizando el pase de dedos adelante, lateral y atrás, según las circunstancias, obligatoriamente.
- El remate se hará golpeando con la palma de una mano y en suspensión.

4. Puesta en práctica

Hasta ahora el saque ha sido lanzando el balón. El motivo de esto ha sido el facilitar el control del balón del sacador para que envíe este en unas condiciones «fáciles» para que el equipo contrario, que está aprendiendo, pueda construir una jugada. El saque debía tener una altura intermedia, no excesivamente alto, y dirigido a uno de los zagueros sin complicarles en exceso la recepción. Progresivamente se le indicará al sacador que lance algo más complicado, más alto, más tenso y no tan dirigido al receptor con el objeto de que el contrario progrese y adquiera una mayor competencia en su función.

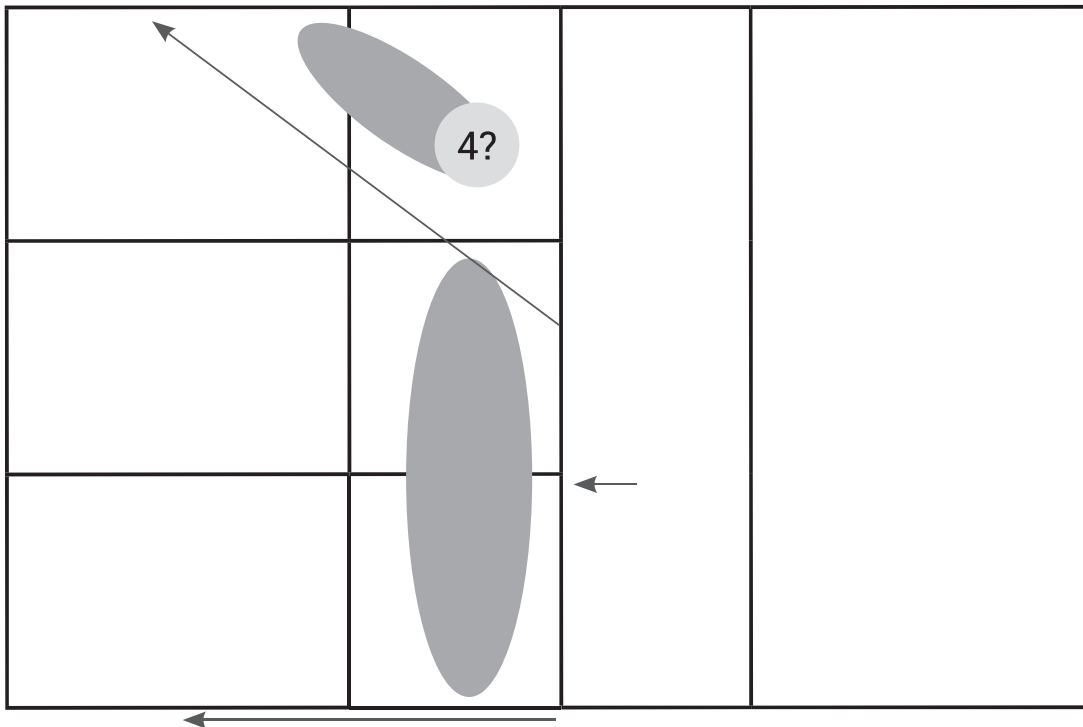
Ahora el saque se hace golpeando y de mano baja. Se supone que los alumnos han adquirido un mayor nivel a la hora de recibir un saque por lo que es el momento de incrementar la intención táctica del sacador. Se debe considerar cuál es el eslabón débil del equipo contrario en cuanto a la recepción se refiere y dirigir ahí el saque para marcar punto o para complicarle al equipo contrario la construcción de una jugada de ataque, al menos de forma alterna. Con ello el jugador que saca debe reflexionar acerca de la importancia del saque como primer elemento táctico.

- **Sroblema 4:** Para avanzar en el aspecto estratégico del rematador plantearemos la siguiente problema: ante un bloqueo caracterizado por su elevada eficacia, ya que es muy difícil de superarlo ¿qué podemos hacer?
- **Solución 4:** La finta de remate, en la que con un toque con los dedos al balón hacia arriba superaremos el bloqueo por encima, cayendo el balón justo detrás de los bloqueadores que al estar en suspensión poco podrán hacer.



De aquí surge otro problema:

- **Problema 5:** ¿Quién defiende el espacio que hay detrás del bloqueo?
- **Solución 5:** Aquí se introduce el concepto de cobertura al bloqueo en la que hay que disponer al equipo para que defienda el campo de aquellos balones que superen este sistema defensivo.

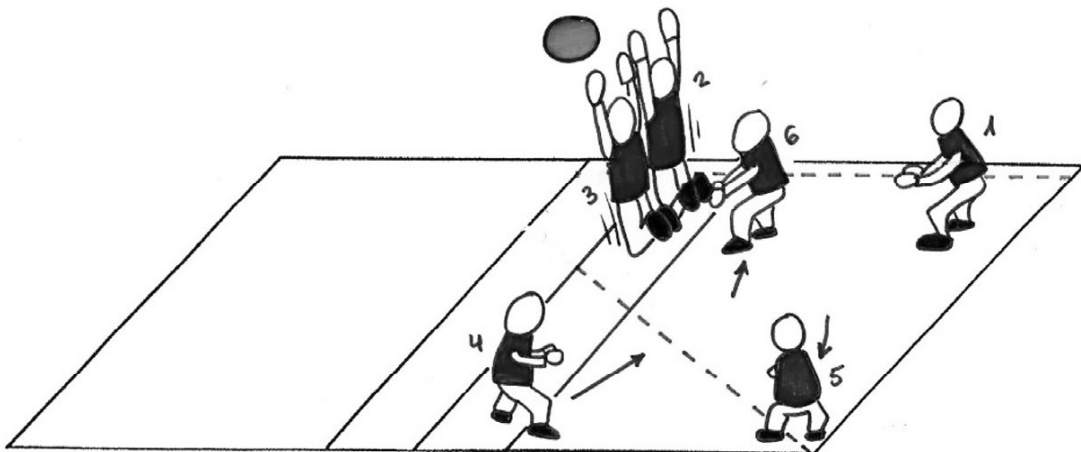


Hay que analizar el remate y la finta en toda su extensión y desde su comprensión y establecer las estrategias colectivas que den respuesta a todas las posibles situaciones posibles a partir de esta acción.

Así cuando saca nuestro equipo los jugadores deben prepararse para un posible remate del equipo contrario.

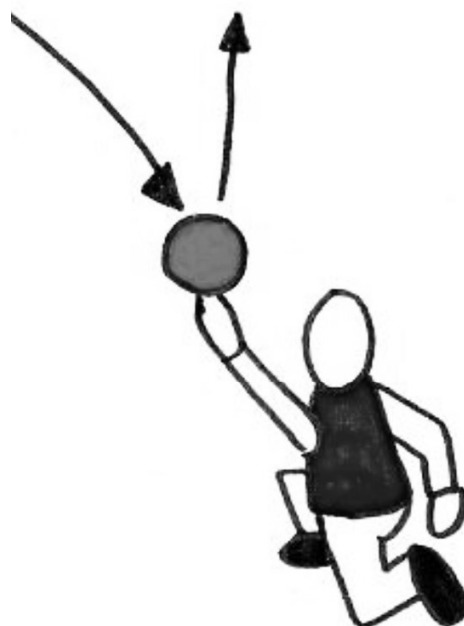
Acciones de los jugadores por zonas (ver gráfico):

- El 1 saca y rápidamente se adelanta para recibir un posible remate.
- El 2 y el 4 se colocan a 1 metro aproximado de la red para bloquear junto con el 3 el posible remate del 2 o del 4 contrarios: Bloqueo de dos.
- El 3 se coloca a la altura de 2 y 4 preparado para ir al lado del rematador a bloquear, con 2 si remata el 4 contrario y con su 4 si remata el 2 contrario.
- En el caso en que sea el jugador 4 contrario el que remate, nuestros jugadores 1, 4 y 5 cubrirán las posibles trayectorias del remate recta y diagonal en corto y en largo respectivamente y el 6 hará la cobertura colocándose detrás del bloqueo para cubrir posibles fintas de remate.



Por otro lado, en muchas ocasiones un jugador llega tarde o en malas condiciones a un balón ya sea en el primer toque o en el segundo. Aquí la consigna será «levanta el balón como sea» que

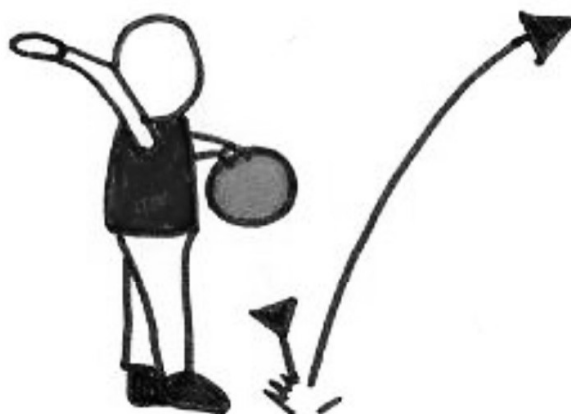
ya llegará un compañero. Para ello se utilizará como recurso el manotazo, que aunque no es un gesto muy estético si es de gran eficacia cuando se llega tarde a un balón.



5. Juegos, actividades y ejercicios analíticos de asimilación técnica

5.1. Golpea el balón contra el suelo

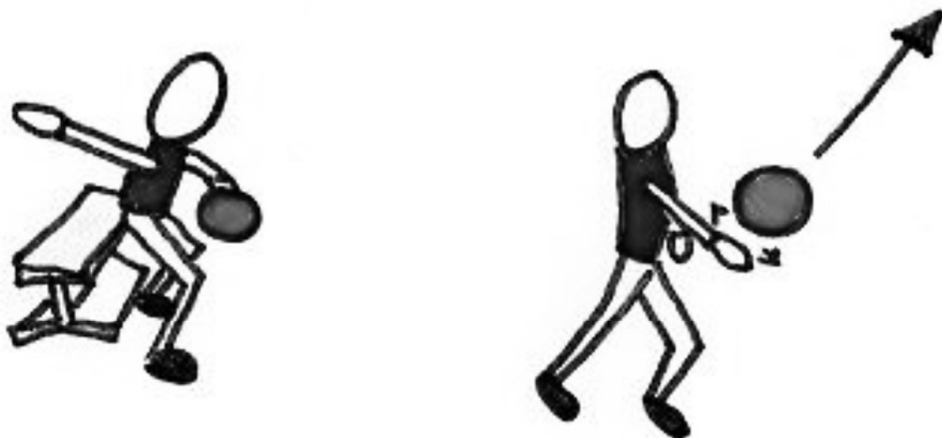
- Objetivos:
 - Que el alumno aprenda a colocar la mano y a golpear el balón con eficacia y sin hacerse daño.
- Gráfico:



- **Material:** un balón de voleibol.
- **Descripción:** Individualmente el alumno cogerá el balón con una de las manos y armará el brazo para golpearlo como si fuese un remate contra el suelo.
- **Observaciones:**
 - Al principio se hará contra el suelo y después se podrá hacer contra la pared o pasándosela a un compañero con bote.

5.2. Golpea el balón desde sentado

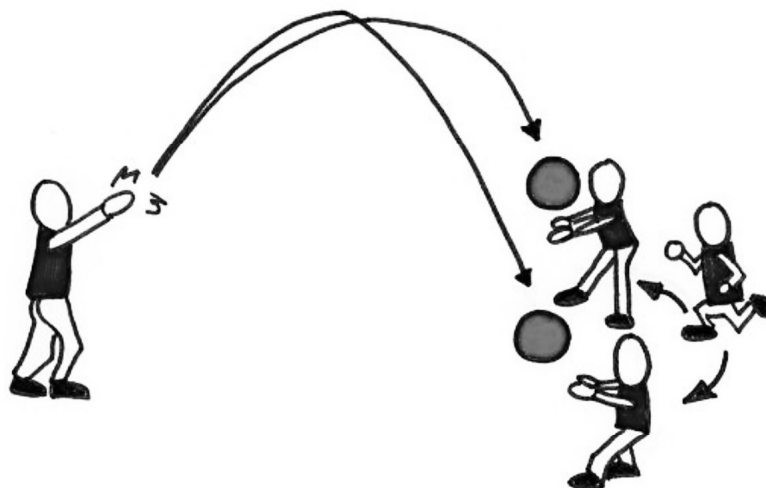
- **Objetivos:**
 - Que el alumno aprenda la importancia de la acción de las piernas en el saque.
 - Que el alumno coordine la extensión de las piernas con el golpeo de balón en el saque de mano baja haciendo efectiva la cadena cinética.
- **Gráfico:**



- **Material:** un balón de voleibol.
- **Descripción:** Por parejas se realizarán pases con el saque de mano baja. El alumno partirá desde sentado en un banco para hacer un saque de mano baja a la vez que se levanta coordinando la acción de levantarse con el golpeo.
- **Observaciones:**
 - Cuando el alumno entienda y domine la actividad se retirará el banco para que ejecute la acción libremente.

5.3. Saques al compañero móvil

- Objetivos:
 - Que el alumno aprenda la importancia de la acción de las piernas en el saque.
 - Que el alumno coordine la extensión de las piernas con el golpeo de balón en el saque de mano baja haciendo efectiva la cadena cinética.
 - Que el alumno que saca, además de recordar los elementos del ejercicio anterior, adquiera una mayor precisión en la dirección del saque.
- Gráfico:

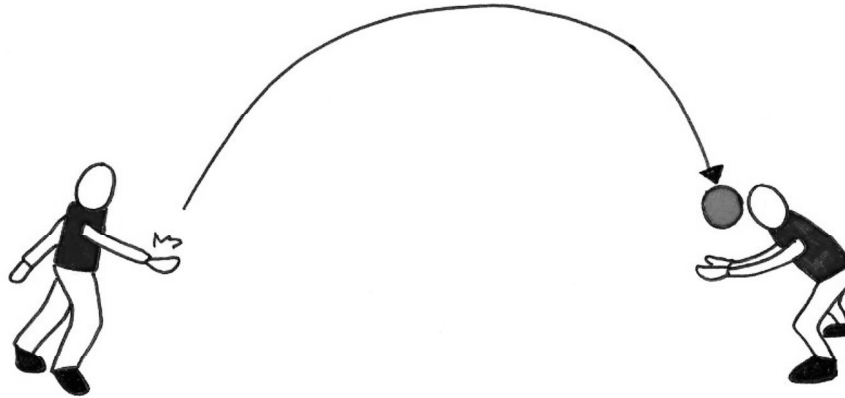


- Material: un balón de voleibol.
- Descripción: Por parejas se realizarán pases con el saque de mano baja de un compañero al otro y el que recibe irá colocándose en distintos sitios a los que deberá sacar el otro alumno.
- Observaciones:
 - Al principio el receptor se colocará cerca del sacador y progresivamente se irá alejando.

5.4. El barrido

- Objetivos:
 - Que los alumnos aprendan a realizar el pase de antebrazos cuando el balón les ha superado lateralmente.

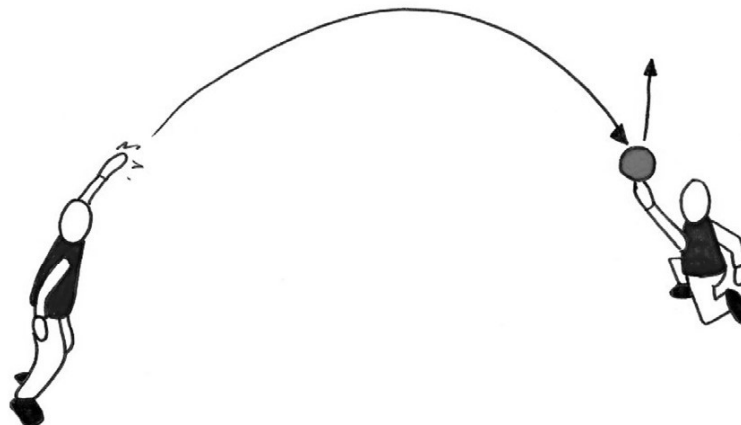
– Gráfico:



- Material: un balón de voleibol.
- Descripción: Por parejas uno le lanza el balón a ambos lados y el otro tendrá que realizar el pase de antebrazos con una leve acción de barrido orientando los hombros al compañero al que se le pasa.
- Observaciones: Al principio se harán los pases lentos pero después se reducirá el tiempo entre pase y pase con el fin de incrementar la complejidad.

5.5. El manotazo

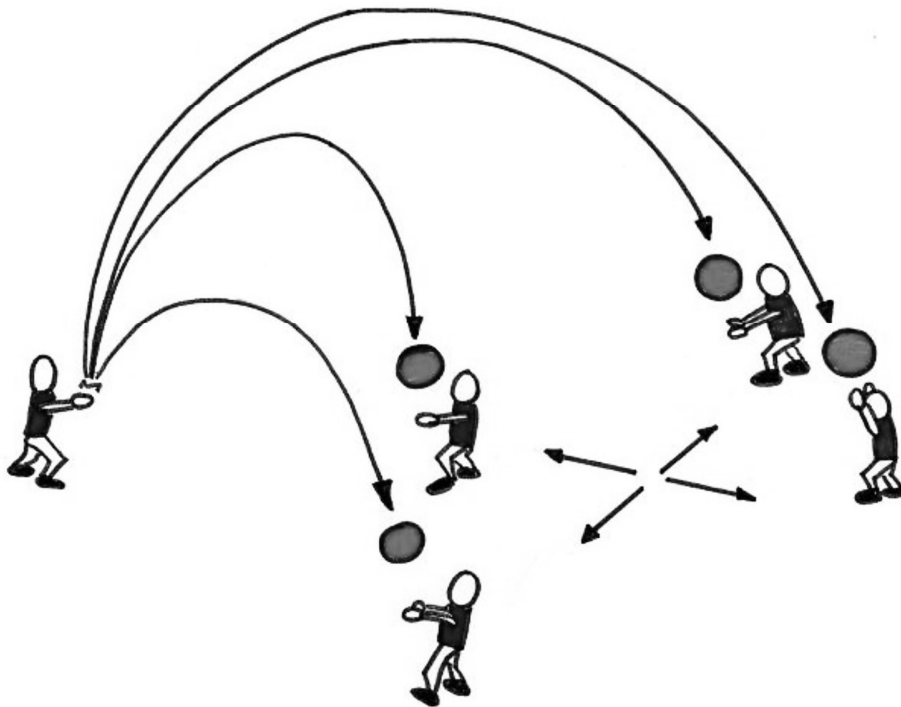
- Objetivos:
 - Que los alumnos aprendan el recurso de levantar el balón con un manotazo cuando este demasiado alejado para utilizar un gesto técnico.
- Gráfico:



- **Material:** un balón de voleibol.
- **Descripción:** Por parejas uno le lanza el balón a ambos lados y alejado y el otro tendrá que levantar el balón de un manotazo.
- **Observaciones:** Al principio se harán los pases lentos pero después se reducirá el tiempo entre pase y pase con el fin de incrementar la complejidad.

5.6. El rombo de los pases

- **Objetivos:**
 - Que los alumnos refuercen, además de la lectura de las trayectorias y la anticipación, la ejecución de los pases aprendidos (dedos y antebrazos) y los recursos vistos (barrido y manotazo).
- **Gráfico:**

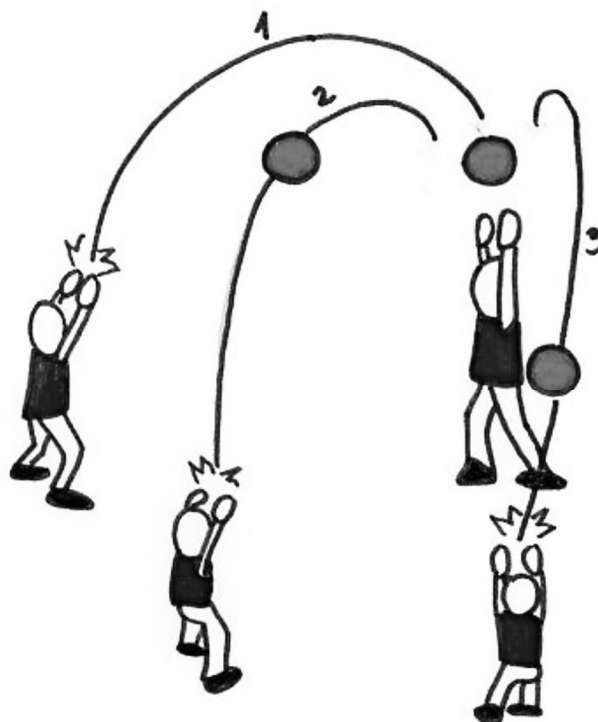


- **Material:** un balón de voleibol.
- **Descripción:** Por parejas un alumno le lanzará el balón al compañero alto y hacia una de las cuatro esquinas de un rombo imaginario en cuyo centro estará situado el receptor. Pueden darse varias posibilidades:

- Que el balón caiga delante del receptor en cuyo caso realizará un pase de antebrazos.
- Que el balón caiga detrás del receptor que tendrá que devolverlo con un pase de dedos.
- Que el balón caiga a la derecha o izquierda del receptor y dependiendo de la distancia utilizará el barrido o el manotazo antes vistos.
- Observaciones: Al principio se harán los pases lentos pero después se reducirá el tiempo entre pase y pase con el fin de incrementar la complejidad.

5.7. El bombardeo: 3 contra 1

- Objetivos:
 - Que los alumnos refuercen, además de la lectura de las trayectorias y la anticipación, la ejecución de los pases aprendidos (dedos y antebrazos) y los recursos vistos (barrido y manotazo).
 - Exponer al alumno a unas condiciones perceptivas de una mayor complejidad.
- Gráfico:



- **Material:** tres balones de voleibol.
- **Descripción:** En grupo de 4. Habrá tres lanzadores que irán pasando el balón, en orden, hacia una de las cuatro esquinas de un rombo imaginario en cuyo centro estará situado el receptor. Pueden darse varias posibilidades:
 - Que el balón caiga delante del receptor en cuyo caso realizará un pase de antebrazos.
 - Que el balón caiga detrás del receptor que tendrá que devolverlo con un pase de dedos.
 - Que el balón caiga a la derecha o izquierda del receptor y dependiendo de la distancia utilizará el barrido o el manotazo antes vistos.
- **Observaciones:** Al principio se harán los pases lentos pero después se reducirá el tiempo entre pase y pase con el fin de incrementar la complejidad.

ETAPA 7: DESARROLLAR LA FUNCIÓN DEL SACADOR Y LA FUNCIÓN DEFENSIVA: COBERTURAS AL REMATE

1. Objetivos

- Entender la función del sacador desde un punto de vista estratégico.
- Que los alumnos aprendan y empiecen a practicar el saque de tenis.
- Comprender y aplicar la cobertura al remate.

2. Descripción

Se realizarán una serie de actividades y de ejercicios analíticos de iniciación al saque de tenis para su posterior aplicación al juego.

Los alumnos deben entender el sistema defensivo de cobertura al remate para cubrir aquellos balones rechazados por el bloqueo del equipo contrario.

3. Criterios a tener en cuenta en el juego modificado

- Incidir en la posición de los jugadores en la cobertura al remate.

- El saque de tenis se aplicará en el juego pudiendo el alumno elegir la distancia desde donde sacar, para ir alejándose progresivamente.
- La aplicación del pase de dedos lateral y atrás será obligatorio en los partidos.
- En el juego:
 - El saque obligatoriamente de mano baja o de tenis, alternados, y desde la distancia que el alumno considere.
 - La recepción del balón dependiendo de la fuerza y altura de este se utilizará pase de dedos o de antebrazos.
 - La colocación se hará utilizando el pase de dedos adelante, lateral y atrás, según las circunstancias, obligatoriamente.
 - El remate se hará en suspensión y golpeando con la palma de una mano.
 - Se utilizará la finta de remate cuando el jugador considere.

4. Puesta en práctica

Ya se está jugando con saques de mano baja o de tenis desde la distancia que el alumno domine, habrá que ir indicando que se vaya ampliando esta.

La recepción dependiendo de las condiciones en las que venga el balón podrá ser con pase de dedos, antebrazos o manotazo. Para la colocación se dispone de el pase de dedos adelante, atrás y lateral. Y en la función del rematador tendremos como recursos el remate y la finta de remate.

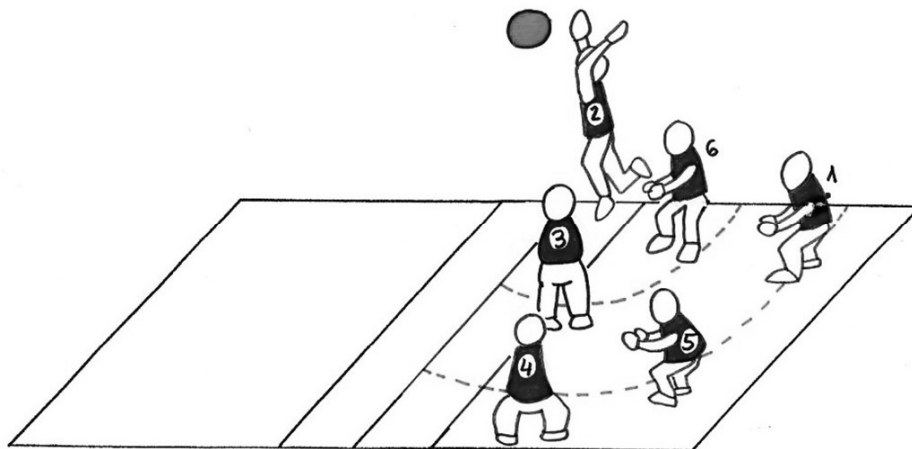
El sistema de defensa al saque será el de W con colocador a turno en 3 y la defensa del remate se hará mediante el bloqueo de 2. Finalmente se aplicarán las coberturas al bloqueo y la que vamos a ver a continuación: cobertura al remate. El grupo ya posee recursos tácticos y técnicos y la comprensión suficiente para poder afirmar que está iniciado al deporte del voleibol.

- **problema 6:** cuando el balón que remata mi equipo choca con el bloqueo del equipo contrario y vuelve a nuestro campo. ¿Cómo defendemos el espacio?

- **solución 4:** cuando un jugador remate el resto del equipo deberá hacer la cobertura o apoyo a ese ataque para que en el caso de que haya un rechace, al ser bloqueado, estar bien situados en el campo para defenderlo.

Si el rematador contrario fuese el 2 habrá:

- Apoyo próximo: aquí los jugadores 3 y 6 se desplazan hacia la zona 2 para posibles rechaces del bloqueo en corto.
- Apoyo alejado: los jugadores 1, 4 y 5 se desplazan para cubrir los rechaces en largo.



ETAPA 8: APRENDIZAJE Y JUEGO AUTÓNOMO

1. Objetivos

- Que los alumnos se hagan responsables y autogestionen su aprendizaje y práctica del voleibol.
- Que los alumnos sean capaces de buscar y, finalmente, crear nuevos y novedosos recursos técnicos y estratégicos.

2. Descripción

- Proponer la búsqueda de elementos técnicos y sistemas tácticos avanzados.
- Fomentar la creación de nuevos recursos técnicos y estratégicos por parte del alumno.

3. Criterios a tener en cuenta

- Búsqueda de información por parte del alumno.
- Juego libre autogestionado.
- Voleibol sin apenas modificaciones.

4. Puesta en práctica

Esta etapa la podemos dividir a su vez en dos:

4.1. *Búsqueda de recursos por parte del alumno, dirigido por el profesor*

El alumno, ya iniciado en el deporte, puede empezar a investigar y buscar nuevos recursos. Se le irán proponiendo elementos técnico-tácticos ya existentes pero desconocidos para él para que, o bien individualmente o en grupo, vaya buscándolos de distintas fuentes (libros, Internet, partidos de voleibol...). Toda esta información deberán ponerla en práctica después en clase de manera autónoma y aplicarla en el juego.

Un ejemplo de elementos a proponer será:

- Recursos Técnicos: plancha, recepción con caída, colocación en suspensión, remate en carrera.
- Recursos Tácticos: bloqueo de 3, sistema táctico con colocador a turno en posición 6 con 3 rematadores.

4.2. *Crear nuevos recursos técnicos y tácticos*

El alumno estará ahora preparado para «crear» nuevos recursos técnicos y tácticos y habrá que animarle a ello.

Podemos proponer actividades para la búsqueda de información y su posterior análisis:

- Buscar un sistema en el que haya 3 rematadores en lugar de 2.
- Profundizar en el concepto de «tempo en el remate» y desarrollarlos.
- Visionar video y analizar funciones, sistemas, jugadas, recurso, preparar ficha de análisis.

