

3

Sesiones por etapa

ETAPA 1: COMPRENDER EL DEPORTE Y EMPEZAR A JUGAR

1. Objetivos

- Evaluar el nivel de comprensión y de competencia acerca del deporte.
- Que los alumnos comprendan el deporte del voleibol.
- Que los alumnos se familiaricen con las distintas 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

- Mediante un cuestionario y un partidillo se evaluará su nivel inicial.
- Uno de los principales problemas que se encuentran a la hora de enseñar este deporte en secundaria es que muchos 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

- En el juego:
 - Se utiliza el sistema táctico 3-3 en el que todos reciben, colocan y rematan independientemente de la posición que ocupen en el campo para ir avanzando al 1-3-2.
 - El saque se hará lanzando desde cerca de la red.
 - La recepción del balón se hará cogiéndolo para posteriormente lanzárselo al colocador con trayectoria recta.
 - La colocación se hará lanzando el balón arriba para que algún compañero lo remate.
 - 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

En la primera sesión se pasará un cuestionario que podemos encontrar en el anexo 5 del primer volumen. A continuación se evaluará el nivel de competencia en un partidillo. En sesiones posteriores se empezará a hacer que el alumnado entienda el deporte, mediante una serie de cuestiones desarrolladas en el primer libro. A partir de ahí, se empezarán a aprender los principios estratégicos mediante los juegos modificados. Se empezarán a construir jugadas utilizando un sistema 3-3 y progresivamente y desde la comprensión iremos avanzando a un 1-3-2.

EVALUACIÓN INICIAL

sesión 1

Unidad didáctica: VOLEIBOL.

Objetivos didácticos:

- Evaluación inicial de contenidos teóricos y procedimentales.

Unidad temática: La evaluación inicial: conceptos y competencia motriz.

Material: Pista de voleibol con red, balón de voleibol y Cuestionario conceptual (anexo 5).

ACTIVIDADES A REALIZAR	GRÁFICO/ORGANIZACIÓN	TIEMPO
<p>1. Fase inicial:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Breve explicación de la sesión. 		2'
<ul style="list-style-type: none"> - Evaluación teórica: Cuestionario (anexo 5). 		20'
<ul style="list-style-type: none"> - Calentamiento: <ul style="list-style-type: none"> • Carrera continua suave. • Movilidad articular. • Extensibilidad muscular. 		8-10'
<p>2. Parte principal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realizar partidos de voleibol y registrar los datos en planilla de observación. 	6 x 6	20'
<p>3. Vuelta a la calma:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estiramientos. - Conclusiones y comentarios sobre la sesión. - Recogida de material. 		3'

SESIÓN 1:

EVALUACIÓN INICIAL

Criterios metodológicos

La primera de las sesiones tendrá como objeto evaluar el nivel de partida de cada uno de los alumnos. Este nivel será tomado en cuenta para la ubicación del grupo en la etapa que le corresponda, siempre atendiendo las posibles diferencias individuales dentro de esta. De modo que, antes de programar las sesiones habrá que conocer el nivel de cada alumno, lo que permitirá establecer aquellas actividades de refuerzo. Habrán actividades de menor nivel para los alumnos con mayores dificultades y de mayor dificultad para los más avanzados.

Nosotros a la hora de secuenciar las sesiones hemos partido de un nivel bajo propio de la mayoría de los alumnos de 1º de ESO. Lo ideal sería empezar el trabajo de iniciación con este curso y acompañarlo a lo largo de todo su itinerario académico, ESO y bachillerato, consiguiendo con ello la superación de todas las etapas propuestas.

Sin embargo podemos aplicar estas etapas a un grupo de alumnos de mayor edad y nivel para lo que bastaría acortar y adaptar las sesiones desarrolladas en el libro en función del nivel de competencia y de la capacidad para aprender que posean los niños.

Descripción

- Breve explicación de la sesión: habrá que explicar al alumnado el objeto de estas pruebas para que adquieran significado con ello conseguiremos que se motiven y activen en mayor medida.
- Evaluación Teórica: para la evaluación de los contenidos teóricos utilizaremos el cuestionario del anexo 5 del primer volumen. En este aparecen un ejemplo de cuestiones acerca de contenidos reglamentarios, estratégicos y técnicos. Será importante diseñar un cuestionario adaptado a cada grupo de edad y nivel para lo que podemos tomar como referencia el que aparece en citado anexo.

- Calentamiento: procederemos entonces a un calentamiento que constará de:
 - Carrera continua suave.
 - Movilidad articular.
 - Extensibilidad muscular.

- Realizar partidos de voleibol y registrar los datos en planilla de observación: pondremos a disposición de los alumnos un balón y una pista de voleibol y les dejaremos total libertad para que se organicen y jueguen. De este modo podremos observar cosas tan básicas como si saben cuántos jugadores o en qué posiciones se colocan, además de su nivel de competencia técnico-táctico.

ETAPA 1: COMPRENDER EL DEPORTE y empezar a JUGAR

sesión 2

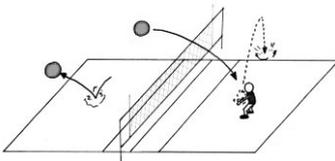
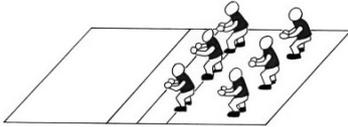
Unidad didáctica: VOLEIBOL.

Objetivos didácticos:

- Comprender el deporte.
- Vivenciar y asimilar la dinámica de juego.

Unidad temática: La comprensión del deporte y de su dinámica de juego.

Material: Pista de voleibol con red, balón de voleibol.

ACTIVIDADES A REALIZAR	GRÁFICO/ORGANIZACIÓN	TIEMPO
<p>1. Fase inicial:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Breve explicación de la sesión. - Secuencia de cuestiones para la comprensión del deporte: (Descubrimiento guiado). - Calentamiento: <ul style="list-style-type: none"> • Carrera continua suave. • Movilidad articular. • Extensibilidad muscular. 		<p>20'</p> <p>8-10'</p>
<p>2. Parte principal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Empezamos a jugar: Juego modificado: Recibir-Colocar-Rematar. Sistema 3-3. 		<p>20'</p> <p>3-6'</p>
<p>3. Vuelta a la calma:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estiramientos. - Conclusiones y comentarios sobre la sesión. - Recogida de material. 		<p>3-6'</p>

SESIÓN 2:

DESARROLLO Y CRITERIOS A TENER EN CUENTA

1. En el calentamiento

- Carrera continua suave.
- Movilidad articular.
- Extensibilidad muscular.

2. Criterios a tener en cuenta en las actividades y en el juego modificado

- Para la comprensión del juego comenzaremos planteando al alumnado una serie de cuestiones y problemas tal y como vienen secuenciados y desarrollados en el primer volumen de iniciación (pp: 54-59).
- En el juego:
 - Se utiliza el sistema táctico 3-3 en el que todos reciben, colocan y rematan independientemente de la posición que ocupen en el campo.
 - El saque se realizará lanzando el balón desde cerca de la red (sin golpeo).
 - La recepción del balón se hará cogiéndolo para posteriormente lanzárselo al colocador.
 - La colocación se hará cogiendo el balón y lanzándolo alto para que otro compañero remate.
 - El remate se hará en apoyo y golpeando con la palma de la mano. Se podrán utilizar ambas manos a la vez.

3. Atención a la diversidad

3.1. En el juego modificado

Hay que observar las posibles dificultades que pueda tener alguno de los alumnos a la hora de entender lo que se está tratando o para ponerlo en práctica. Hay casos de niños a los que les cuesta algo recibir, un balón cogiéndolo sin que se caiga al suelo. Para ellos el trabajo de la actitud previa a la recepción y los ejercicios de «anticipación» al balón y de desplazamientos serán fundamentales, por lo que habrá que incidir en estos. Para ello el alumno debe entender cuáles son sus dificultades y qué las motiva. Desde aquí le plantearemos las actividades para su desarrollo y todo desde su comprensión lo que le dará sentido al proceso.

ETAPA 1: COMPRENDER EL DEPORTE y empezar a JUGAR

sesión 3

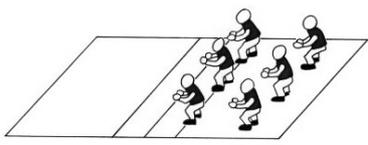
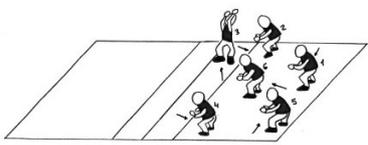
Unidad didáctica: VOLEIBOL.

Objetivos didácticos:

- Comprender el deporte.
- Vivenciar y asimilar la dinámica de juego.
- Entender y aprender el Sistema de defensa en W, con colocador en 3.

Unidad temática: La comprensión del deporte y de su dinámica de juego:
Sistema en W.

Material: Pista de voleibol con red y 15 balones de voleibol.

ACTIVIDADES A REALIZAR	GRÁFICO/ORGANIZACIÓN	TIEMPO
<p>1. Fase inicial:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Breve explicación de la sesión. - Calentamiento: <ul style="list-style-type: none"> • Carrera continua suave a la vez que por parejas se van pasando un balón de voleibol. • Movilidad articular. • Extensibilidad muscular. 		8-10'
<p>2. Parte principal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Seguimos jugando: Juego modificado: Recibir-Colocar-Rematar. Sistema 3-3. - Empezamos a jugar: Juego modificado: Recibir-Colocar-Rematar. Sistema 3-3. 	 	10' 30'
<p>3. Vuelta a la calma:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estiramientos. - Conclusiones y comentarios sobre la sesión. - Recogida de material. 		3-6'

SESIÓN 3:

DESARROLLO Y CRITERIOS A TENER EN CUENTA

1. En el calentamiento

Dentro de la previa carrera continua los alumnos irán pasando un balón de voleibol por parejas, evitando que caiga, utilizando consignas como: cerca, lejos, alto y bajo.

Además mientras hacen los ejercicios de movilidad y extensibilidad se les recordarán los contenidos tratados en la sesión anterior.

2. Criterios a tener en cuenta en las actividades y en el juego modificado

- Vamos a empezar a introducir al alumnado en el sistema defensivo 1-3-2, también llamado en W y con el colocador a turno en la posición 3. Esto lo haremos mediante los problemas estratégicos que se desarrollan en el primer volumen de iniciación (pp: 62-65).
- En el juego:
 - Incidir en la colocación de los jugadores en el campo en el momento en el que el equipo contrario hace su saque: sistema táctico en W con colocador en 3.
 - El saque se realizará lanzando el balón desde cerca de la red (sin golpeo).
 - La recepción del balón se hará cogiéndolo para posteriormente lanzárselo al colocador, el jugador que se encuentra en la posición 3.
 - 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.

3. Atención a la diversidad

3.1. En el juego modificado

Acompañar a aquellos alumnos que presenten dificultades para entender y poner en práctica sus posiciones en el campo en cada una de las situaciones de juego, a la vez que se le va explicando el por qué.

Aprovechar los momentos de rotación de equipos para reforzar, en los alumnos menos capaces y con ayuda de los demás, la lectura de la trayectoria, la anticipación, el desplazamiento y la captura del balón en distintas situaciones.

ETAPA 1: COMPRENDER EL DEPORTE y empezar a JUGAR

sesión 4

Unidad didáctica: VOLEIBOL.

Objetivos didácticos:

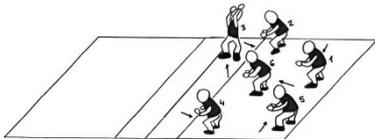
Comprender el deporte.

Vivenciar y asimilar la dinámica de juego.

Entender y aprender el Sistema de defensa en W, con colocador en 3.

Unidad temática: La comprensión del deporte y de su dinámica de juego:

Material: Pista de voleibol con red y 15 balones de voleibol.

ACTIVIDADES A REALIZAR	GRÁFICO/ORGANIZACIÓN	TIEMPO
<p>1. Fase inicial:</p> <ul style="list-style-type: none">- Breve explicación de la sesión.- Calentamiento:<ul style="list-style-type: none">• Carrera continua suave a la vez que por parejas se van pasando un balón de voleibol.• Movilidad articular.• Extensibilidad muscular.		8-10'
<p>2. Parte principal:</p> <ul style="list-style-type: none">- Juego modificado utilizando sistema defensa en W: Construcción de jugadas.		40'
<p>3. Vuelta a la calma:</p> <ul style="list-style-type: none">- Estiramientos.- Conclusiones y comentarios sobre la sesión.- Recogida de material.		3-6'

SESIÓN 4:

DESARROLLO Y CRITERIOS A TENER EN CUENTA

1. En el calentamiento

Dentro de la previa carrera continua los alumnos irán pasándose un balón de voleibol por parejas, evitando que caiga, utilizando consignas como: cerca, lejos, alto y bajo.

Además mientras hacen los ejercicios de movilidad y extensibilidad se les recordarán los contenidos tratados en la sesión anterior.

2. Criterios a tener en cuenta en las actividades y en el juego modificado

— En el juego:

- Se continuará con el sistema explicado en la sesión anterior: W con colocador en posición 3.
- El saque se realizará lanzando el balón desde cerca de la red (sin golpeo).
- 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.
- Se buscará y animará a los alumnos a que cada vez lo hagan más rápido para trabajar la velocidad mental.

3. Atención a la diversidad

3.1. En el juego modificado

Seguimos reforzando a los alumnos que más les cuesta y a los que acompañaremos en sus desplazamientos indicándoles lo que deben ir haciendo en cada momento.

Y seguimos trabajando la lectura de la trayectoria, la anticipación al móvil, el desplazamiento y la captura del balón.

ETAPA 1: COMPRENDER EL DEPORTE y empezar a JUGAR

sesión 5

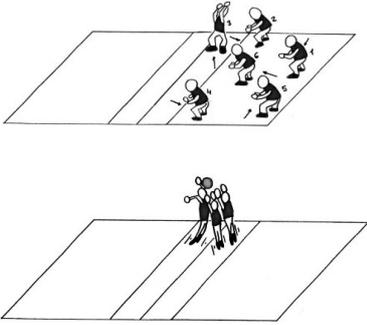
Unidad didáctica: VOLEIBOL.

Objetivos didácticos:

- Comprender el deporte.
- Vivenciar y asimilar la dinámica de juego.
- Entender y aprender el Sistema de defensa en W, con colocador en 3.
- Introducir el bloqueo de 2.

Unidad temática: La comprensión del deporte y de su dinámica de juego: sistema en W.

Material: Pista de voleibol con red y 15 balones de voleibol.

ACTIVIDADES A REALIZAR	GRÁFICO/ORGANIZACIÓN	TIEMPO
<p>1. Fase inicial:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Breve explicación de la sesión. - Calentamiento: <ul style="list-style-type: none"> • Carrera continua suave a la vez que por parejas se van pasando un balón de voleibol. • Movilidad articular. • Extensibilidad muscular. 		8-10'
<p>2. Parte principal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Juego modificado utilizando sistema defensa en W: Construcción de jugadas. - Introducir el bloqueo de 2. 		40'
<p>3. Vuelta a la calma:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estiramientos. - Conclusiones y comentarios sobre la sesión. - Recogida de material. 		3-6'

SESIÓN 5:

DESARROLLO Y CRITERIOS A TENER EN CUENTA

1. En el calentamiento

Dentro de la previa carrera continua los alumnos irán pasándose un balón de voleibol por parejas, evitando que caiga, utilizando consignas como: cerca, lejos, alto y bajo.

2. Criterios a tener en cuenta en las actividades y en el juego modificado

Para la comprensión de la defensa a un remate plantearemos al alumnado una serie de cuestiones y problemas tal y como vienen secuenciados y desarrollados en el primer volumen (pp: 65).

- En el juego:
 - Se continuará con el sistema explicado en la sesión anterior: W con colocador en posición 3.
 - El saque se realizará lanzando el balón desde cerca de la red (sin golpeo).
 - 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.
 - Se explica el bloqueo y se aplica con dos jugadores en el juego. Habrá que mediante cuestiones hacer que los alumnos reflexionen sobre qué posiciones hay que adoptar cuando saca mi equipo. Esto viene desarrollado en el primer texto de iniciación.
 - Se buscará y animará a los alumnos a que cada vez lo hagan más rápido para trabajar la velocidad mental. En el momento en que veamos que son capaces de respetar las posiciones en el campo, según el sistema, y construir a gran velocidad, será el momento de pasar a la siguiente etapa.

3. Atención a la diversidad

3.1. En el juego modificado

Hay que reforzar en los alumnos que más les cuesta las distintas posiciones en el campo cuando saca el equipo contrario y cuando saca mi equipo. Se podrá incluso acompañar «físicamente» al alumno en cada una de las situaciones cuando veamos que lo necesita. Al principio se les olvida ir al bloqueo, sobre todo al que ocupa la posición de 3 ya que su función es más compleja. Pasa de colocar a ir rápidamente al bloqueo para después volver a ir a colocar.

EVALUACIÓN FINAL DE ETAPA

sesión 6

Unidad didáctica: VOLEIBOL.

Objetivos didácticos:

- Evaluación FINAL de contenidos teóricos y procedimentales.

Unidad temática: La evaluación final: conceptos y competencia motriz.

Material: Pista de voleibol con red, balón de voleibol y Cuestionario (anexos).

ACTIVIDADES A REALIZAR	GRÁFICO/ORGANIZACIÓN	TIEMPO
<p>1. Fase inicial:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Breve explicación de la sesión. 		2'
<ul style="list-style-type: none"> - Evaluación teórica, autoevaluación y evaluación actitudinal: Cuestionario (anexos). 		20'
<ul style="list-style-type: none"> - Calentamiento: <ul style="list-style-type: none"> • Carrera continua suave. • Movilidad articular. • Extensibilidad muscular. 		8-10'
<p>2. Parte principal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realizar partidos de voleibol y registrar los datos en planilla de observación. 	6 x 6	20'
<p>3. Vuelta a la calma:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estiramientos. - Conclusiones y comentarios sobre la sesión. - Recogida de material. 		3'

SESIÓN 6:

EVALUACIÓN FINAL DE LA ETAPA

1. Criterios metodológicos

- En cuanto a la evaluación de los contenidos conceptuales y tomando como referencia el cuestionario del anexo 5 del primer volumen seleccionaremos las siguientes cuestiones propias de esta primera etapa: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 15, 16, 17, 18, 19 y 20.
- En cuanto a la evaluación de la competencia básica adquirida por los alumnos, utilizaremos la planilla de observación del anexo 7 adaptando cada uno de los ítems al nivel de esta etapa (ver tabla página siguiente).
- Para evaluar la creatividad tendremos en cuenta la fluidez, originalidad, flexibilidad, elaboración, imaginación, divergencia, improvisación y curiosidad del alumno.
- En cuanto a la autoevaluación utilizaremos como instrumento el cuestionario del ¿qué he aprendido de voleibol? del anexo 4 del primer volumen. Este cuestionario habrá que adaptarlo en función de los contenidos aprendidos en cada etapa preguntando a los alumnos en referencia a si han aprendido aspectos como:
 - Entender el deporte, su objeto y dinámica: ¿Sabes en qué consiste el deporte del voleibol?
 - Lectura de la trayectoria, desplazamiento y anticipación al balón. ¿Eres capaz de interceptar un balón de voleibol en el aire antes de que bote?
 - Sistema táctico de defensa en W con colocador a turno en 3: ¿Conoces el sistema de defensa en W con colocador a turno en 3? ¿sabrías colocarte en el campo cuándo saca el equipo contrario siguiendo este esquema?
 - Hacer bloqueo de 2 ante un remate: ¿Sabes en qué consiste el bloqueo de 2? ¿sabrías llevarlo a cabo?
- Para la valoración de la actitud utilizaremos el cuestionario del anexo 6 del primer volumen.

ÍTEMS	CRITERIOS EN ETAPA 1
Colocación en el campo en el saque	En esta etapa el saque se va a realizar desde la distancia que el alumno considere y lanzando el balón. Habrá que valorar si el alumno elige bien esa distancia en función de su capacidad para lanzar el balón.
Desplazamiento a las zonas marcadas en el sistema	Es importante comprobar si el alumno ha entendido la disposición en el campo de los jugadores «cuando saca el equipo contrario» y «cuando hay que defenderse de un remate» y si es capaz de llevarlo a cabo en el campo.
Función de colocador	Aquí debemos observar si el alumno es capaz de colocar el balón a los rematadores y, además, de manera que se les facilite el golpeo: una trayectoria en la que el balón suba y baje en un mismo plano y cerca de la red.
Función de receptor	Habrà que valorar la actitud previa al saque o remate del equipo contrario (atención y disposición corporal), la colocación en el terreno de juego dentro del sistema (en W), la lectura de la trayectoria y su anticipación al balón y por último observar si es capaz de coger el móvil y pasarlo al colocador en buenas condiciones (por ahora recto).
Función de sacador	Aquí habrá que valorar si el alumno es capaz de lanzar el balón con una trayectoria y dirección adecuadas y de un modo coordinado.
Función de rematador	Valorar si el alumno es capaz de golpear el balón justo en el momento (tempo) y trayectoria idóneos para superar la red y al bloqueo.
Función en cobertura al remate	En esta etapa aún no hemos visto este elemento táctico.
Función en cobertura al bloqueo	En esta etapa aún no hemos visto este elemento táctico.
Función en el bloqueo	Habrà que observar si los alumnos que se encuentran en las posiciones 2, 3 y 4 se coordinan para ir a hacer el «bloqueo de 2» ante un remate.

2. Descripción

- Breve explicación de la sesión: habrá que explicar al alumnado el objeto de estas pruebas para que adquieran significado con ello conseguiremos que se motiven y activen en mayor medida.

- Evaluación teórica y actitudinal: para la evaluación de los contenidos teóricos utilizaremos el cuestionario del anexo 5 del primer volumen. En este aparecen un ejemplo de cuestiones acerca de contenidos reglamentarios, estratégicos y técnicos. Será importante diseñar un cuestionario adaptado a cada grupo de edad y nivel para lo que podemos tomar datos de esta valoración de si ha alcanzado los conocimientos mínimos, de su autoevaluación (anexo 4), de sus actitudes (anexo 6).
- Calentamiento: procederemos entonces a un calentamiento que constará de:
 - Carrera continua suave.
 - Movilidad articular.
 - Extensibilidad muscular.
- Realizar partidos de voleibol y registrar los datos en planilla de observación: pondremos a disposición de los alumnos un balón y una pista de voleibol y les dejaremos total libertad para que se organicen y jueguen. De este modo podremos observar cosas tan básicas como si saben cuántos jugadores o en qué posiciones se colocan, además de su nivel de competencia técnico-táctico.

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 conforme 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. Siempre breves y con una aplicación inmediata al juego con el fin de contextualizar y practicar en situaciones reales.

3. Criterios a tener en cuenta en el juego modificado

- La aplicación del pase de dedos será en un principio opcional. Cada alumno según vea su grado o nivel de competencia y en función de la dificultad dada por la trayectoria y velocidad a la que viene el balón, decidirá si empezar o no a practicarlo y cuándo hacerlo.
- 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, aunque sea más lento.

- 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.

ETAPA 2: INICIAR LA FUNCIÓN DEL COLOCADOR I

sesión 7

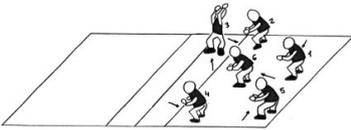
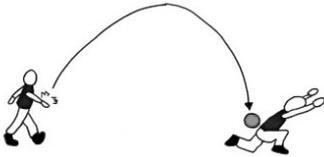
Unidad didáctica: VOLEIBOL.

Objetivos didácticos:

- Comprender el deporte y asimilar la dinámica de juego.
- Entender y aprender el Sistema de defensa en W, con colocador en 3 y bloqueo de 2.
- Aprender la función del colocador.
- Familiarización con las trayectorias del balón y «anticipación» a este.

Unidad temática: La función del colocador.

Material: Pista de voleibol con red y 12-15 balones de voleibol.

ACTIVIDADES A REALIZAR	GRÁFICO/ORGANIZACIÓN	TIEMPO
<p>1. Fase inicial:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Breve explicación de la sesión. - Calentamiento: <ul style="list-style-type: none"> • Carrera continua suave a la • Movilidad articular. • Extensibilidad muscular. 		8-10'
<p>2. Parte principal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Juego modificado utilizando sistema defensa en W: con colocador en 3 y bloqueo de 2: construcción de jugadas. Trayectorias altas. - Actividades de familiarización técnica: <ul style="list-style-type: none"> • Recibe con distintas partes del cuerpo. - Juego modificado de nuevo. 	  6 x 6	12' 8' 20'
<p>3. Vuelta a la calma:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estiramientos. - Conclusiones y comentarios sobre la sesión. - Recogida de material. 		3-6'