**UNIVERSIDAD TECNOLOGICA DE PEREIRA**

**FACULTAD CIENCIAS DE LASALUD**

**PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACION**

**ASIGNATURA**:   VOLEIBOL    **DEPARTAMENTO**:    DEPORTES

**CÓDIGO**:     DPG VOLEIBOL    **HORAS CRÉDITO**:    5

**SEMESTRE**:             OCTAVO **DOCENTE:**        ESP. LUIS GUILLERMO GARCIA

**JUSTIFICACIÓN**

El voleibol está orientado a ser uno de los espectáculos deportivos más grandes del universo. Pero para esto es necesario que se tenga en cuenta todo lo que desde el punto de vista de la preparación física, técnica, táctica,  psicológica y competitiva interviene en la preparación de los equipos de voleibol.

Antes de que un monitor, instructor, entrenador, profesor se responsabilice con la formación de jugadores y equipos de voleibol debe tener muy claro los componentes fundamentales del juego y la relación y magnitud entre ellos.

Este curso desarrollara las capacidades necesarias para los futuros profesionales en Ciencias del Deporte y la recreación en fundamentación especifica en lo físico, técnico, táctico y de salud en comunidades relacionadas con el deporte del voleibol.

**OBJETIVOS**

OBJETIVO GENERAL

 Desarrollar un proceso metodológico y didáctico en la enseñanza  - aprendizaje del voleibol en lo táctico en grupos  de iniciación deportiva.

ESPECIFICOS

* Aprender la estructura del juego del voleibol
* Conocer el entrenamiento en voleibol
* Desarrollar  una relación estrecha entre la salud y el voleibol en cuanto a la higiene, prescripción y acción en el campo de juego y en la comunidad.

 **CONTENIDOS**

UNIDAD  I

* ESTRUCTURA DEL JUEGO DEL VOLEIBOL
* GENERALIDADES, ORGANIZACIÓN, VOLEIBOL

 UNIDAD  II

* LA PREPARACION FISICA EN VOLEIBOL
* LA PREPARACION TECNICA EN VOLEIBOL
* LA TACTICA
* PREPARACION PSICOLOGICA
* HIGIENE Y SALUD EN VOLEIBOL

 UNIDAD  III

* LOS MEDIOS TACTICOS BASICOS
* LA TACTICA INDIVIDUAL Y COLECTIVA DE LOS FUNDAMENTOS TECNICOS
* SISTEMAS DE ATAQUE, DEFENSA, APOYO
* COMPLEJOS ESTRATEGICOS

     UNIDAD  IV

* PLANIFICACION DE ENTRENAMIENTO DE UN EQUIPO A CORTO, MEDIANO PLAZO
* DIRECCION DEL EQUIPO

 UNIDAD V

* TEST ESPECIFICOS DE APTITUDES FISICO-TECNICAS EN VOLEIBOL
* LESIONES MAS HABITUALES EN VOLEIBOL

**METODOLOGÍA GENERAL:**

Pedagogía dominante en:

* La educación se concibe como un factor de movilidad, ascenso y armonía social.
* La relación profesor alumno es cordial pero la autoridad y la capacidad de decisión es del profesor
* Los contenidos no son extensos
* Metodología revestida de cierto activismo técnico
* La evaluación estará referida al dominio que el alumno demuestre sobre losfundamentos técnicos trabajados y sobre la teoría desarrollada
* Losmétodos a utilizar en las prácticas serán las de mando directo, sintético, analítico, demostrativo

**RECURSOS GENERALES**

* Balones
* Pista atlética
* Postes
* Malla
* Cancha de cemento

|  |  |
| --- | --- |
|  **EVALUACIÓN GENERAL**  |  PORCENTAJES (%) |
| INTERSEMESTRES |  20% |
| EXAMEN PRÁCTICO |  30%% |
| TORNEO INTERNO |  20% |
| TRABAJOS DE CAMPO |  30 % |

 **BIBLIOGRAFÍA**

* VOLEIBOL 1, JORGE RAMOS LEIVA Y OTROS.
* MANUAL DE CONSULTA OPERATIVA PARA EL ENTRENADOR DE VOEIBOL.
* PRESCRIPCION DE EJERCICIO PARA LA SALUD, JOSÉ R SERRA GRIMA.
* MANUAL DE ENTRENADORES, FEDERACION INTERNACIONAL DE VOLEIBOL.
* EL ENTRENADOR DE VOLEIBOL, KLAUS DRAUSCHKE.
* VOLEIBOL, MANIANNE FIEDLER.
* VOLEIBOL PARA PRINCIPIANTES, WALTER HESSING.
* LA PREPARACION DE LOS VOLEIBOLISTAS JOVENES.
* VOLEIBOL BASICO, GRUPO ESTUDIO KINESSIS.
* EL VOLEIBOL INICIACION Y PERFECCIONAMIENTO, JEFF LUCAS.
* REHABILITACION EN SALUD, RICARDO RESTREPO ARBELAEZ
* FUNDAMENTOS DE MEDICINA DEPORTIVA, JUAN JOSE GONZALEZ ITURRI

**DOCENTE**

**ESP. LUIS GUILLERMO GARCIA**

**luisgui@utp.edu.co**