



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**

CARRERA: CULTURA FÍSICA

MODALIDAD: PRESENCIAL

Informe final del trabajo de Investigación, previo a la aprobación del Título de
Licenciado en Ciencias de la Educación

Mención: Cultura Física

TEMA:

“LOS JUEGOS PRE-DEPORTIVOS EN EL APRENDIZAJE DE LOS
FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL VOLEIBOL DE LOS ESTUDIANTES DE
SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA “EDUARDO
REYES NARANJO” PROVINCIA TUNGURAHUA, CANTÓN AMBATO”

AUTOR: Wilson Fernando Freire Vaca

TUTOR: Lic. Mg. Walter Aguilar

AMBATO-ECUADOR

2014 - 2015

APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE
GRADUACIÓN O TITULACIÓN

Yo, Lic. Mg. Walter Geronimo Aguilar Claripanza con cédula de identidad N° 1801697796 en mi calidad de Tutor del Trabajo de Graduación o Titulación con el tema: "LOS JUEGOS PRE-DEPORTIVOS EN EL APRENDIZAJE DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL VOLEIBOL DE LOS ESTUDIANTES DE SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA "EDUARDO REYES NARANJO" PROVINCIA TUNDURAHUA, CANTÓN AMBATO" desarrollada por el alumno Freire Vaca Wilson Fernando, considero que dicho informe investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios por lo que autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el H. Consejo Directivo.

EL TUTOR



Lic. Mg. Walter Geronimo Aguilar Claripanza

C.I. 1801697796

AUTORÍA DEL LA INVESTIGACIÓN

Dejo constancia de que el presente informe es el resultado de la investigación del autor, quien basado en la experiencia profesional, en los estudios realizados durante la carrera, investigación científica, revisión documental y de campo ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la investigación. Las ideas, opciones y comentarios especificados en este informe, son de exclusiva responsabilidad del autor.

EL AUTOR



Freire Vaca Wilson Fernando

C.I: 1804553970

CESIÓN DE DERECHOS DEL AUTOR

Cedo los derechos en línea patrimoniales del presente trabajo Final de Grado o Titulación sobre el tema: "LOS JUEGOS PRE-DEPORTIVOS EN EL APRENDIZAJE DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL VOLEIBOL DE LOS ESTUDIANTES DE SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA "EDUARDO REYES NARANJO" PROVINCIA TUNGURAHUA, CANTÓN AMBATO", autorizo su reproducción total o parte de ella, siempre y cuando esté dentro de las regulaciones de la Universidad Técnica de Ambato, respetando mis derechos de Autor y no se utilice con fines de lucro.

AUTOR



Freire Vaca Wilson Fernando

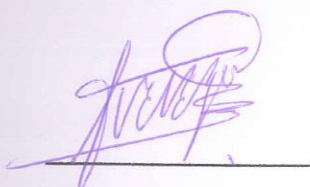
C.I: 1804553970

**AL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS
HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**

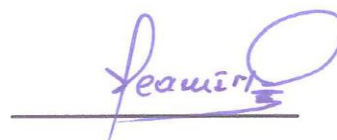
La Comisión de estudio y calificación del Informe del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: "LOS JUEGOS PRE-DEPORTIVOS EN EL APRENDIZAJE DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL VOLEIBOL DE LOS ESTUDIANTES DE SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA "EDUARDO REYES NARANJO" PROVINCIA TUNGURAHUA, CANTÓN AMBATO", presentada por el Sr. Freire Vaca Wilson Fernando, estudiante de la Carrera de Cultura Física promoción: Septiembre - Febrero, una vez revisada y calificada la investigación, se **APRUEBA** en razón de que cumple con los principios básicos técnicos y científicos de investigación y reglamentarios.

Por lo tanto se autoriza la presentación ante los organismos pertinentes.

LA COMISIÓN



Mg. Joffre Venegas
MIEMBRO



Mg. Jean Indacochea
MIEMBRO

DEDICATORIA

Dedico este trabajo investigativo de tesis, en primer lugar a Dios por permitirme culminar una meta más en mi vida y por hacer de mí una persona de bien.

A mis padres Wilson y Rocío quienes han sido un pilar fundamental en mi vida, y que a pesar de las adversidades y los obstáculos con su esfuerzo me han apoyado en cada momento de mis estudios, a mis hermanas Lorena y Shirley que con su apoyo incondicional siempre han estado apoyándome para lograr mis metas, a mi esposa Andrea por siempre apoyarme y darme parte de su tiempo para poder culminar mis estudios.

AGRADECIMIENTO

A dios por haberme dado la fuerza y sabiduría necesaria para alcanzar una meta más con éxitos en mi vida.

A las personas que con su ejemplo, perseverancia y profundo amor incondicional me llevaron paso a paso por el camino del bien mis padres Wilson Freire y Rocío Vaca, de la misma manera a mis hermanas y mi esposa por estar siempre a mi lado

A mi Tutor Lic. Mg. Walter Aguilar por su paciencia, valiosa colaboración y apoyo para realizar esta tesis.

Fernando Freire

ÍNDICE DE CONTENIDOS

PÁGINAS PRELIMINARES

PORTADA.....	I
APROBACION DEL TUTOR.....	II
AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....	III
CESION DE DERECHOS DEL AUTOR.....	IV
AL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN.....	V
DEDICATORIA.....	VI
AGRADECIMIENTO.....	VII
INDICE GENERAL DE CONTENIDOS.....	VIII
RESUMEN EJECUTIVO.....	XIII
INTRODUCCIÓN.....	1

CAPÍTULO 1

EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1. EL PROBLEMA

1.1 Tema.....	2
1.2 Planteamiento del problema.....	2
1.2.1 Contextualización.....	2
Arbol de problemas.....	4
1.2.2 Análisis Crítico.....	5
1.2.3 Prognosis.....	5
1.2.4 Formulación del problema.....	6
1.2.5 Preguntas directrices.....	6
1.2.6 Delimitación del problema.....	6
1.3 Justificación.....	7
1.4 Objetivos.....	8
1.4.1 Objetivo General.....	8
1.4.2 Objetivos Específicos.....	8

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes investigativos	9
2.2 Fundamentación Filosófica	10
2.3 Fundamentación legal	11
2.4 Categorías Fundamentales	12
2.4.1 Categorías Fundamentales de la Variable Independiente	13
2.4.2 Categorías Fundamentales de la Variable Dependiente	14
2.5 Categorías fundamentales variable independiente	15
2.6 Categorías fundamentales variable dependiente	27
2.7 Hipótesis	37
2.8 Señalamiento de variables	37

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1 Enfoque de la investigación	38
3.2 Modalidad de la investigación	38
3.3 Nivel o tipo de investigación	39
3.4 Población y Muestra	39
3.5 Operacionalización de variables	40
3.6 Plan de recolección de información	42
3.7 Plan procesamiento de información	43

CAPÍTULO IV

4.1 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS	44
4.2 Verificación de hipótesis	53
4.2.1 Modelo lógico	55
4.2.2 Modelo matemático	55
4.2.3 Modelo estadístico	55

4.2.3.1 Regla de decisión.....	56
4.2.3.2 Cálculo chi cuadrado.....	56
4.2.3.3 Conclusión del cálculo del chi cuadrado.....	57

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones.....	58
5.2 Recomendaciones.....	58

CAPÍTULO VI

LA PROPUESTA

6.1 Datos informativos.....	60
6.2 Antecedentes de la propuesta.....	61
6.3 Justificación.....	61
6.4 OBJETIVOS.....	62
6.4.1 Objetivo general.....	62
6.4.2 Objetivos específicos.....	62
6.5 Análisis de Factibilidad.....	62
6.6 Fundamentación Científica.....	63
6.7 Metodología.....	67
6.7.1 Modelo Operativo.....	104
6.8 Administración.....	105
6.9 Previsión de la Evaluación.....	105

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro N°1 Población y muestra.....	39
Cuadro N° 2 Operacionalización Variables Independiente.....	40
Cuadro N° 3 Operacionalización Variable Dependiente.....	41

Cuadro N° 4 Plan de recolección de información	42
Cuadro N° 5 Deportes Colectivos.....	44
Cuadro N° 6 Deportes individuales.....	45
Cuadro N° 7 Reglas simples.....	46
Cuadro N° 8 Reglas compuestas.....	47
Cuadro N° 9 Habilidades locomotrices.....	48
Cuadro N° 10 Habilidades no locomotrices.....	49
Cuadro N° 11 Movimientos naturales.....	50
Cuadro N° 12 Movimiento expresivo.....	51
Cuadro N° 13 Resultados encuesta autoridades y docentes.....	52
Cuadro N° 14 Datos observados.....	54
Cuadro N° 15 Datos esperados.....	54
Cuadro N° 16 Cálculo del Chi Cuadrado.....	57
Cuadro N° 17 Movimientos articulares para el cuello.....	73
Cuadro N° 18 Movimientos articulares para los hombros.....	74
Cuadro N° 18 Movimientos articulares para el cuello.....	75
Cuadro N° 19 Movimientos articulares para los codos.....	76
Cuadro N° 20 Movimientos articulares para las muñecas.....	77
Cuadro N° 21 Movimientos articulares para el tronco.....	78
Cuadro N° 22 Movimientos articulares para el tronco.....	79
Cuadro N° 23 Movimientos articulares para las rodillas.....	79
Cuadro N° 24 Movimientos articulares para los tobillos.....	80
Cuadro N° 25 Calentamiento dinámico.....	81
Cuadro N° 26 Calentamiento dinámico.....	82
Cuadro N° 27 Calentamiento dinámico.....	83
Cuadro N° 28 La llevada.....	84
Cuadro N° 29 La llevada con cambio de mano.....	85
Cuadro N° 30 Ocho Loco.....	86
Cuadro N° 31 Si se va viene.....	87
Cuadro N° 32 Zigzag.....	88
Cuadro N° 33 Encesta y gama.....	89
Cuadro N° 34 Torito Volador.....	90

Cuadro N° 35 Salto de canguro.....	91
Cuadro N° 36 El toque toque.....	92
Cuadro N° 37 Voleibol tenis.....	93
Cuadro N° 38 Tumba los conos.....	94
Cuadro N° 39 Los quemados.....	95
Cuadro N° 39 El pasamano.....	96
Cuadro N° 40 Atrapando al conejo.....	97
Cuadro N° 41 Lanzando la pelota.....	98
Cuadro N° 42 Amarra el pañuelo y gana.....	99
Cuadro N° 43 El reventador.....	100
Cuadro N° 44 Tiro al blanco.....	101
Cuadro N° 45 Saque con dirección.....	102
Cuadro N° 46 Tiro fijo.....	103
Cuadro N° 47 Modelo operativo.....	104
Cuadro N° 48 Previsión de la evaluación.....	105

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N° 1 Árbol de problemas.....	4
Gráfico N° 2 Red de Inclusiones.....	12
Gráfico N° 3 Constelación de Ideas de la variable independiente.....	13
Gráfico N° 4 Constelación de Ideas de la variable dependiente.....	14
Gráfico N°5.Deportes Colectivos.....	44
Gráfico N°6.Deportes individuales.....	45
Gráfico N°7.Reglas simples.....	46
Gráfico N°8.Reglas compuestas.....	47
Gráfico N°9.Habilidades locomotrices.....	48
Gráfico N°10.Habilidades no locomotrices.....	49
Gráfico N°11 Movimientos naturales.....	50
Gráfico N°12 Movimientos expresivo.....	51

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA: CULTURA FÍSICA
MODALIDAD: PRESENCIAL
RESUMEN EJECUTIVO

TEMA:

“LOS JUEGOS PRE-DEPORTIVOS EN EL APRENDIZAJE DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL VOLEIBOL DE LOS ESTUDIANTES DE SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA “EDUARDO REYES NARANJO” PROVINCIA TUNGURAHUA, CANTON AMBATO”

Autor: Freire Vaca Wilson Fernando

Tutor: Lic. Mg. Walter Geovanny Aguilar Chasipanta

RESUMEN

Los juegos pre-deportivos tienen un papel muy importante tanto en lo educativo como en lo deportivo debido a que buscan desarrollar habilidades y destrezas propias de los deporte en este caso del voleibol, también buscan formar a los estudiantes en valores y fortalecer el trabajo grupal y el compañerismo, gustan tanto a los niños por lo que su práctica es muy aconsejable puesto que prepara a los chicos y chicas para practicar cualquier deporte y les dota de una serie de recursos físicos que les permite desenvolverse de una manera más efectiva en cualquiera de ellos, fundamentalmente en deportes que se juegan con un balón.

Se puede ir adoptando progresivamente más reglas de acuerdo a como se vaya desarrollando el juego lo que hace que el niño o el deportista adquiera nuevas destrezas, además de ir respetando y acatando normas establecidas que ayudará a prevalecer los intereses del grupo por encima de los personales.

Palabras Claves: Juegos pre-deportivos, recreación, tiempo libre, deporte, fundamentos técnicos, voleibol, habilidades, destrezas.

INTRODUCCIÓN

Los juegos pre-deportivos son fundamentales debido a que docentes de cultura física y entrenadores los utilizan como un método de enseñanza aprendizaje ya que al niño le ayuda a desenvolverse y mejorar en el ámbito deportivo además de motivar e incentivar al niño hacer deporte.

CAPÍTULO I.- Se destaca el tema del proyecto, planteamiento del problema, contextualización, análisis crítico, pronosis, formulación del problema, preguntas directrices, delimitación del objetivo de investigación, justificación, objetivos de investigación.

CAPÍTULO II.- Se desarrolla Marco Teórico donde se describe los antecedentes investigativos, la fundamentación filosófica y legal, categorías fundamentales, descripción de cada una de las variables, tanto dependiente como independiente y la hipótesis.

CAPÍTULO III.- Se desarrolla la Metodología de aplicación, en la que consta enfoque de investigación, modalidad básica, población y muestra, la Operacionalización de las variables independiente y dependiente, la recolección de la información así como su procesamiento.

CAPÍTULO IV.- Análisis e interpretación de los resultados arrojados por las encuestas realizadas a los estudiantes y docentes de la escuela Eduardo Reyes Naranjo además de su verificación por medio del chi cuadrado.

CAPÍTULO V.- Elaboración de conclusiones y recomendaciones

CAPÍTULO VI.- Se realiza la propuesta de solución al problema de investigación.

CAPÍTULO I

1. PROBLEMA

1.1 Tema

“LOS JUEGOS PRE-DEPORTIVOS EN EL APRENDIZAJE DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL VOLEIBOL DE LOS ESTUDIANTES DE SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA EDUARDO REYES NARANJO, PROVINCIA TUNGURAHUA, CANTÓN AMBATO”.

1.2 Planteamiento del problema

1.2.1 Contextualización

Los juegos pre deportivos son juegos que se utilizan como base para introducir a un deporte específico, al igual que los fundamentos técnicos de voleibol permitirán a que el estudiantes pueda tener un aprendizaje más rápido y significativo que pueda desarrollar de mejor manera sus habilidades y destrezas creando así en los estudiantes un gran interés por aprender un nuevo deporte.

En el Ecuador en las instituciones educativas, existe poca participación del voleibol, debido a la falta de profesionales especializados y capacitados en esta disciplina deportiva, ya que está relacionado con el contacto de los jugadores con el balón y con el proceso empleado para su enseñanza, por ende existe un desinterés por impartir este este deporte en tempranas edades.

En la provincia de Tungurahua en las instituciones educativas prácticamente es nula la práctica del voleibol debido a que existe poco interés por retornar esta práctica deportiva en las instituciones sin poder iniciar un proceso por falta de acogida o de

motivación hacia la práctica de este deporte tanto de jugadores como de entrenadores además que no fomentan semilleros para la búsqueda de nuevos talentos en este deporte.

En Ambato específicamente en la Escuela de Educación Básica “Eduardo Reyes Naranjo”, donde se dirige la presente investigación, se evidencia la nula práctica del voleibol, sobre todo en las clases de Educación Física no motivan el aprendizaje ni la práctica de este deporte, por lo que he llegado a asumir la falta de actualización por parte del docente en conocimientos en técnicas y reglamentos del voleibol causando así actitudes negativa en cuanto se refiere a la práctica de actividades físicas dejando así de lado un deporte muy importante como el voleibol.

Árbol de problemas

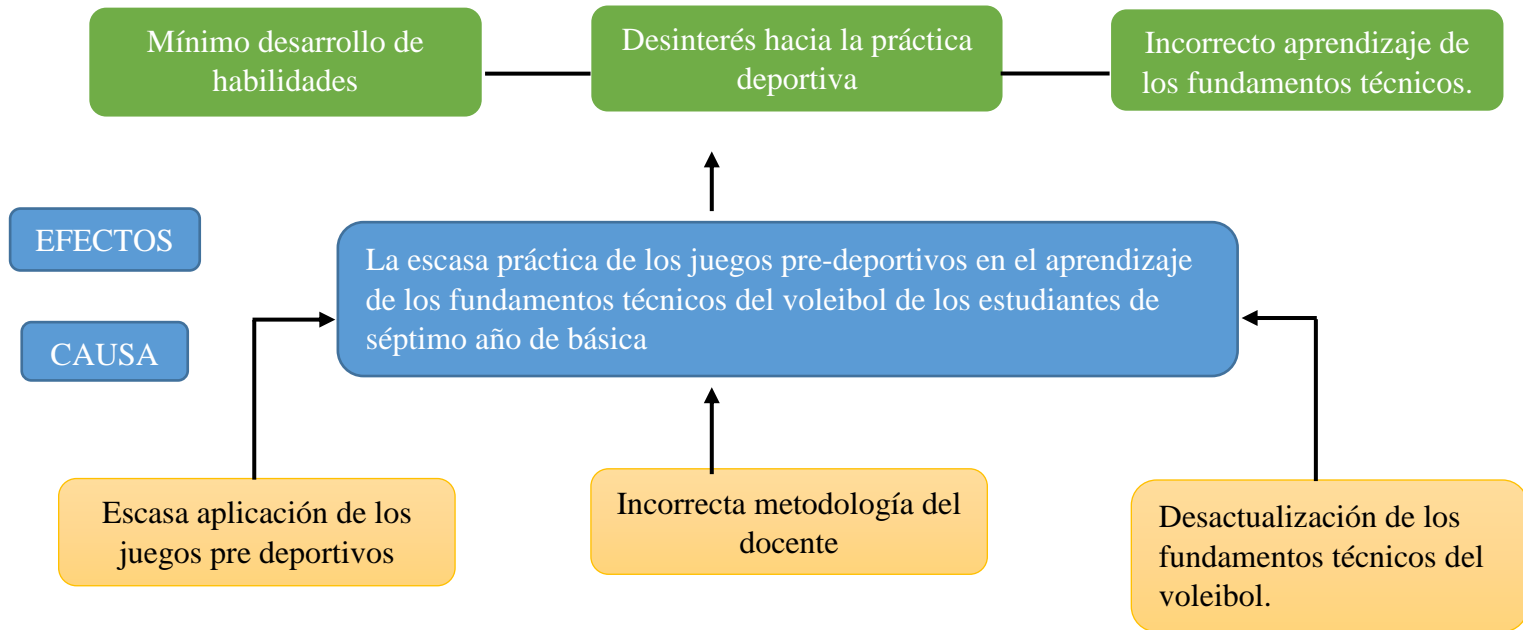


Grafico N° 1 Árbol de problemas
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

1.2.2 Análisis Crítico

Los juegos pre-deportivos es uno de los métodos de enseñanza más importantes durante el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol y de muchos deportes, por lo que se ha notado que en la institución educativa existe la escasa aplicación de juegos pre-deportivos generando así en los estudiantes un mínimo desarrollo de habilidades.

También se ha notado la incorrecta metodología del docente de educación física al momento de impartir su clase ya sea que este realice ejercicios inadecuados o monótonos, causando en el estudiante desinterés hacia la práctica deportiva.

Dentro de la problemática también existe la desactualización de los fundamentos técnicos de voleibol por parte del docente de educación física, causa en los estudiantes un incorrecto aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol generando así en el estudiante un bajo rendimiento deportivo.

1.2.3 Prognosis

En la Escuela Eduardo Reyes Naranjo donde se dirige la presente investigación se debe establecer propuestas viables a este problema porque si no se da una solución seguirá creciendo, además esto implica a que siga existiendo falencias en el aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol ya que es mínima la utilización de los juegos pre deportivos por parte del docente de educación física generando así en el estudiante poco interés por aprender o practicar un nuevo deporte, algo importante que resaltar es que el voleibol y los juegos pre deportivos son muy importantes en práctica deportiva ya que permite a que el estudiante pueda desarrollar habilidades y destrezas.

1.2.4 Formulación del problema

¿Cómo influye los juegos pre-deportivos en el aprendizaje de los fundamentos técnico del voleibol de los estudiantes de séptimo año de educación básica de la escuela Eduardo Reyes Naranjo provincia Tungurahua, cantón Ambato?

1.2.5 Preguntas directrices

¿Por qué son importantes los juegos pre-deportivos?

¿Qué beneficios tiene el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol?

¿Se debe implementar una propuesta de solución para el correcto aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol?

1.2.6 Delimitación del problema

Campo: Educativo

Área: Deportiva

Aspecto: Juegos pre-deportivos / Fundamentos técnicos del voleibol.

Delimitación Espacial: Esta investigación se realizará con los estudiantes de séptimo año de educación básica de la escuela Eduardo Reyes Naranjo del Cantón Ambato.

Delimitación Temporal: Este problema será estudiado en el año 2014 - 2015.

Unidades de Observación: Estudiantes, Profesores.

1.3 Justificación

La razón por la cual se realiza este tema de investigación es para conocer y determinar la influencia de los juegos pre-deportivos en el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol, mediante esta información obtenida podemos determinar propuestas viables para mejorar el aprendizaje de los fundamentos técnicos en el estudiante.

Es muy **importante** ya que esto permitirá que el docente de educación física pueda ayudar a los estudiantes a que mejoren y desarrollen sus habilidades y destrezas en base a un nuevo deporte, lo que generará en el estudiante gran interés por la actividad física y por aprender un nuevo deporte.

Es de gran **interés** por que permitirá que la escuela Eduardo Reyes Naranjo busque y aplique alternativas de solución al problema de tal forma que la institución motive e incremente la práctica del voleibol en sus estudiantes dando así mayor importancia a este deporte, permitiendo así que sus estudiantes sientan amor hacia la práctica deportiva.

Esta investigación tendrá un gran **impacto** tanto en docentes como en estudiantes ya que permitirá conocer la importancia de la utilización de los juegos pre deportivos en el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol, permitiendo así a que el estudiante pueda desarrollar sus habilidades y destrezas de una forma más rápida y significativa acorde al requerimiento de cada uno de ellos.

Los **beneficiarios** directos de la presente investigación son los estudiantes puesto que será de gran beneficio ya que ayudará al estudiante a desenvolverse de mejor manera en el ámbito educativo y deportivo también se beneficiará la institución educativa, padres de familia y toda la comunidad educativa ya que buscan motivar a sus

estudiantes a practicar y conocer nuevos deportes, esto generará en el estudiante un óptimo desarrollo tanto en lo personal como en lo deportivo.

Es **factible** porque se cuenta con el apoyo del director, personal docentes y administrativo de la institución educativa, además permitirá establecer posibles soluciones que ayudarán a mejorar algunos aspectos en la utilización de los juegos pre deportivos para así obtener un mejor aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol y motivar e incentivar la práctica de este deporte en los estudiantes.

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo General

Diagnosticar los juegos pre-deportivos en el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol de los estudiantes de séptimo año de Educación Básica de la Escuela “Eduardo Reyes Naranjo” Provincia Tungurahua, cantón Ambato.

1.4.2 Objetivos Específicos

- Determinar la importancia de los Juegos pre-deportivos en los estudiantes de la Escuela Eduardo Reyes Naranjo.
- Analizar los beneficios del aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol.
- Diseñar una guía de juegos pre-deportivos, para el aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes investigativos

Luego de una minuciosa revisión en la biblioteca de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la U.T.A en la carrera de Cultura Física se pudo detectar que existen trabajos con similitud tanto en la Variable Independiente como en la Variable Dependiente; que a continuación detallo:

Autor: Lcdo. Ángel Leonardo Supe Sailema

Tema: “LA MASIFICACIÓN DEL VOLEIBOL EN LA PROMOCIÓN DE NUEVOS TALENTOS DE LOS ESTUDIANTES DE NOVENOS Y DECIMOS AÑOS DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LOS COLEGIOS: BOLÍVAR, GUAYAQUIL, RUMIÑAHUI Y ATAHUALPA DE LA CIUDAD DE AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA.”

El autor tras la finalización de su trabajo de investigación nos permite conocer las siguientes conclusiones:

- Las causas de la escasa masificación de voleibol es la insuficiente práctica de voleibol en los colegios debido a que siendo un deporte muy técnico - táctico, en el Ecuador se prefiere jugar una adaptación del voleibol denominado ecuavoley, el cual es muy difundido, practicado e incluso goza de popularidad en todas las edades y estratos sociales.

- La escasa infraestructura y equipamiento deportivo en las instituciones educativas encuestadas a excepción de los colegios Bolívar y Guayaquil; los colegios Rumiñahui y Atahualpa no disponen de espacios adecuados para iniciar una práctica de voleibol.
- La práctica de voleibol requiere un biotipo determinado para que un estudiante inicie un proceso de masificación como es estatura, fuerza, agilidad de movimientos, coordinación para ejecutar los fundamentos, reflejos para reaccionar ante un estímulo o llegada de balón en forma inmediata, inteligencia para definir la jugada y trabajo en equipo.
- En la provincia de Tungurahua el voleibol ha desaparecido como deporte de competencia intercolegial por esta razón no existe metodología alguna utilizada para la promoción de talentos en voleibol de los estudiantes de los novenos y décimos años de educación básica de los Colegios Bolívar, Guayaquil, Rumiñahui y Atahualpa de la ciudad de Ambato.
- No se realizan seminarios, cursos y clínicas deportivas de voleibol que actualicen conocimientos y reglamentación para incentivar una masificación en edades tempranas.

2.2 Fundamentación Filosófica

Blázquez Sánchez (1992), la iniciación deportiva es un "...proceso ceremonial que indica que las personas adquieren una nueva posición o una nueva pertenencia a un grupo. Los procesos de iniciación deben indicar, independientemente de los procesos de aprendizaje, que una persona determinada cumple ciertas exigencias ligadas a su status o específicas de un grupo, y puede pues, responder a las expectativas correspondientes".

Según Blázquez Sánchez (1992), la iniciación deportiva es una guía o inducción hacia un nuevo deporte considerando así una serie de procesos sistemáticos que generan en el deportista un mejor aprendizaje de los fundamentos técnicos en el deporte que se está iniciando su práctica.

2.3 Fundamentación legal

Constitución de la República del Ecuador

Cultura Física y tiempo libre

Art. 381.

El Estado protegerá, promoverá y coordinará la cultura física que comprende el deporte, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, formación y desarrollo integral de las personas; impulsará el acceso masivo al deporte y a las actividades deportivas a nivel formativo, barrial y parroquial; auspiciará la preparación y participación de los deportistas en competencias nacionales e internacionales, que incluyen los Juegos Olímpicos y Paraolímpicos; y fomentará la participación de las personas con discapacidad.

2.4 Categorías Fundamentales

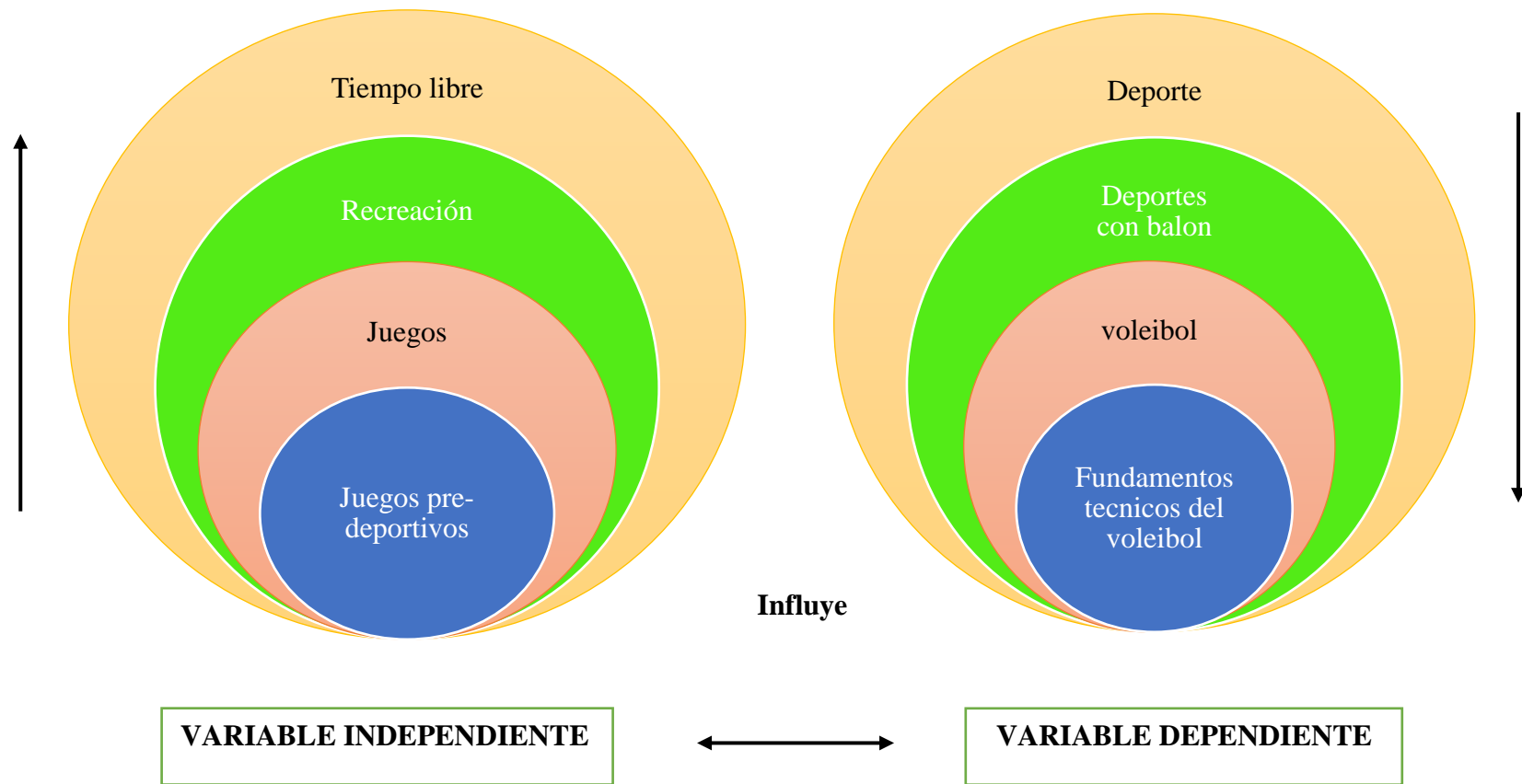


Grafico N° 2 Red de Inclusiones
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

2.4.1 Categorías Fundamentales de la Variable Independiente

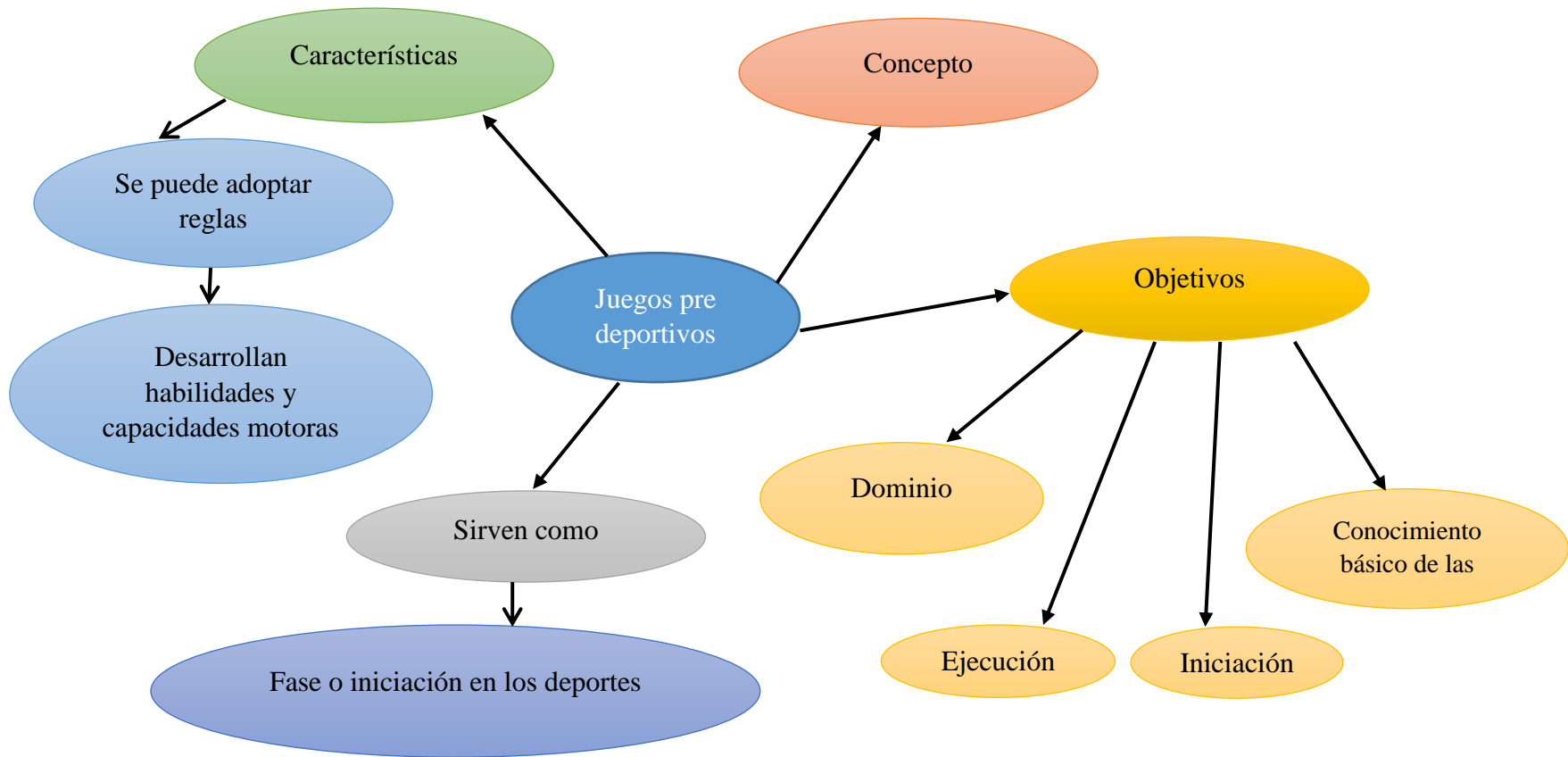


Grafico N° 3 Constelación de Ideas de la variable independiente
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

2.4.2 Categorías Fundamentales de la Variable Dependiente

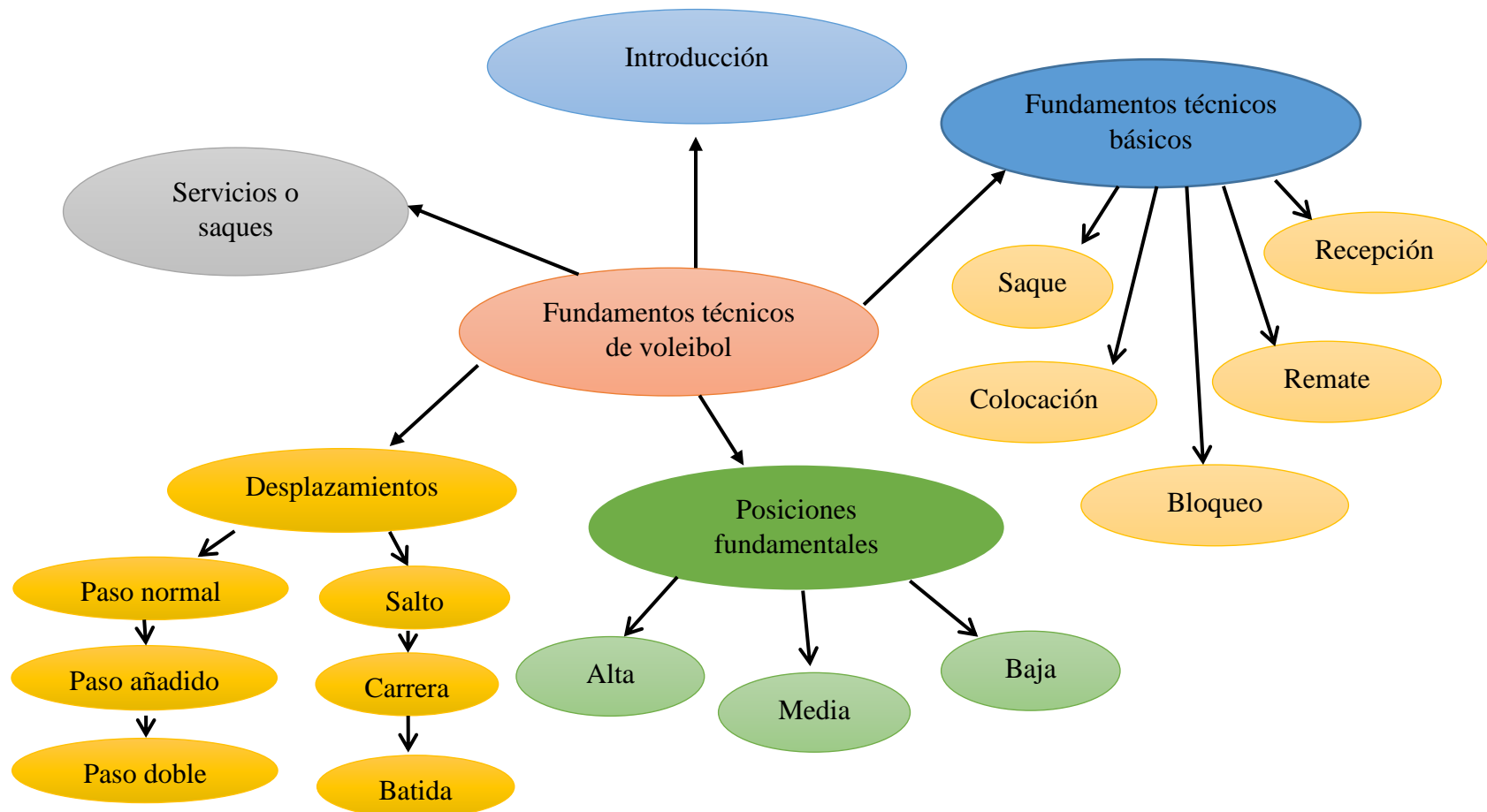


Grafico N° 4 Constelación de Ideas de la variable dependiente
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

2.5 Categorías fundamentales variable independiente

Juegos pre-deportivos

Los juegos pre deportivos son aquellos juegos que sirven como guía o base para inducir a los niños en los deportes de competencia, por lo general se consideran juegos con reglas limitadas que buscan plantear situaciones y movimientos de un deporte en sí, además de tener elementos de la técnica de los deportes que se pretenden practicar, hay juegos pre deportivos de Voleibol, Atletismo, Baloncesto, Futbol, etc.

Los juegos pre deportivos buscan generar la automatización de una serie de movimientos o gestos técnicos de los deportes, también busca que el deportista pueda tener un rendimiento óptimo a largo plazo, facilitando así al deportista a tener un alto rendimiento deportivo, además de tener como base una serie de procesos motrices básicos aplicables en el futuro del deportista.

Se denominan:

Se denominan juegos pre deportivos aquellos que generan y exigen habilidades y destrezas propias de los deportes de competición, es decir desplazamientos, recepciones, lanzamientos, entre otros. Este tipo de juegos son fundamentales en la preparación de los niños o deportistas que inician a practicar un nuevo deporte, ya que la ejecución de éstos generara una serie de recursos físicos y técnicos.

De alguna forma, los juegos pre deportivos son considerados como una variante de los juegos menores, fundamentalmente son caracterizados por generar una serie de movimientos, acciones y habilidades básicas que sirven como guía para adquirir y asimilar las habilidades deportivas.

<http://www.monografias.com/trabajos96/juegos-predeportivos/juegos-predeportivos.shtml>

A través de los juegos pre deportivos, los niños empiezan asimilar, analizar y a tomar decisiones que estén vinculadas al juego, además genera a que el niño obtenga noción de competencia, normalmente los juegos pre deportivos y los juegos deportivos comparten las mismas reglas.

Por otro lado, es fundamental que los entrenadores y profesores de Cultura Física tengan en cuenta que los juegos pre deportivos son indispensables al momento de iniciar la práctica de un nuevo deporte, cabe destacar que la organización de este tipo de juegos tienen que disponer de actitud.

En algunas ocasiones las reglas de los juegos pre-deportivos son similares a las reglas del deporte que se pretende practicar por lo que facilita al niño asimilar de una forma más rápida el deporte a practicar.

Ejemplos de deportes:

- Vóleibol
- Básquetbol
- Atletismo
- Fútbol etc.

Para que sirven los juegos pre-deportivos

Los juegos pre-deportivos, sirven como fase o iniciación previa a la ejecución de dichos deportes, ya que permite aprender una serie de los movimientos básicos que ayudarán al niño a desempeñarse de mejor manera en la práctica de actividades físicas y reglas básicas de los deportes.

<http://paraquesirven.com/para-que-sirven-los-juegos-predeportivos/>

Objetivos:

- **Dominio** de las capacidades motrices como correr, saltar, patear pelotas además que integra elementos técnicos del deporte a las capacidades motrices.
- **Ejecución** global de los elementos técnicos sin atender a la eficacia del movimiento.
- **Iniciación** al aprendizaje técnico-táctico del deporte. En esta fase se le enseñan, las técnicas y bases del juego, y las tácticas de equipo.
- **Conocimiento básico** de las reglas del deporte.

Características de los juegos pre deportivos

Se puede ir adoptando progresivamente más reglas de acuerdo a como se vaya desarrollando el juego lo que hace que el niño o el deportista adquiera nuevas destrezas, además de ir respetando y acatando normas establecidas que ayudarán a prevalecer los intereses del grupo por encima de los personales.

A través de la ejecución de los juegos pre deportivos se va desarrollando capacidades y habilidades motoras, al mismo tiempo que se va afianzando y fortaleciendo las relaciones de grupo, por lo que se constituye en un medio formativo en la iniciación deportiva.

<http://www.definicionabc.com/deporte/juegos-predeportivos.php>

El Juego

El juego es una actividad inherente al ser humano. Debido a que han aprendido a relacionarse con el ámbito familiar, material, social y cultural a través del juego. Se

trata de un concepto muy rico, amplio, versátil y ambivalente que implica una difícil categorización.

Etimológicamente, la palabra juego proviene de dos vocablos en latín: "iocum y ludus-ludere" ambos hacen referencia a broma, diversión, chiste, y se suelen usarse de distinta forma junto con la expresión y actividad lúdica.

Según el diccionario de la Real Academia, el juego es un ejercicio recreativo basado a reglas en el cual se gana o se pierde, sin embargo se dice que cualquier definición sobre el juego es simplemente un acercamiento parcial hacia un fenómeno lúdico.

Se puede afirmar que el juego, como cualquier realidad sociocultural, es imposible de definir en términos absolutos, y por ello las definiciones describen algunas de sus características. Entre las conceptualizaciones más conocidas apuntamos las siguientes:

- Según Huizinga (1938), el juego es una acción u ocupación libre, que se desarrolla dentro de unos límites temporales y espaciales determinados, según reglas absolutamente obligatorias, aunque libremente aceptadas, acción que tiene fin en sí misma y va acompañada de un sentimiento de tensión y alegría y de la conciencia de –ser de otro modo– que en la vida corriente.
- Según Gutton, P (1982), el juego es una forma privilegiada de expresión infantil.
- Según Cagigal, J.M (1996), el juego es una Acción libre, espontánea, desinteresada e intrascendente que se efectúa en una limitación temporal y espacial de la vida habitual, conforme a determinadas reglas, establecidas o improvisadas y cuyo elemento informativo es la tensión.

En conclusión, estos y otros autores mencionan una serie de características a sus definiciones antes mencionadas de las cuales a continuación se detalla las más representativas:

- El juego es una actividad libre: es un fenómeno natural y voluntario es decir nadie está obligado a jugar.

- Busca generar interés y experiencias únicas y significativas a través del juego.
- Busca generar una expresión natural, espontánea de forma desinteresada generando así motivación e interés de acuerdo a como se vaya desarrollando además de acatar normas e ir respetando reglas establecidas.
- Permite generar alegrías y sentimientos sin posibilidad al fracaso.
- El juego desarrolla y genera imaginación, adentrándose así a un mundo ficticio basado en vivencias nuevas.
- El juego es creado y diseñado por los jugadores, basado en reglas y generando limitaciones y normas establecidas por el grupo.

Diferencia entre juego y deporte

El deporte es una serie de situaciones motrices e intelectuales que genera en el deportista un buen desarrollo motriz, permitiendo así desempeñarse de una forma óptima en el deporte.

Por otro lado el juego genera diversión además busca la competición con los demás y consigo mismo basado en reglas concretas y establecidas.

Carácter

El juego es de carácter universal ya que personas de diferentes partes del mundo lo practican ya sea que estos se diferencien por su cultura o raza generando así que los juegos se repitan en la mayoría de las sociedades.

<http://www.monografias.com/trabajos16/juego-preescolar/juego-preescolar.shtml>

Los juegos van tomando forma según la edad de los participantes ya que se va adhiriendo diferentes reglas y características dependiendo de cómo se vaya desarrollando el mismo.

Cabe destacar que en la historia de la humanidad a pesar de muchos obstáculos y dificultades en algunas épocas siempre se buscó la manera de generar el juego buscando así afianzar lasos de amistad en los diferentes grupos sociales.

Juego frente a diversión

El juego es sinónimo de diversión, entretenimiento, alegría que busca ejercitar algunas de las capacidades y destrezas del ser humano en muchos de los casos el juego es utilizado como herramienta educativa ya que tiene como objetivo principal enseñar al estudiante de una forma rápida y divertida además que el niño tiende a descubrir, conocerse, conocer a los demás y a su entorno.

En el juego humano busca crear contextos, anticipar situaciones o errores que pueden ocurrir durante en el desarrollo del mismo además que permite planificar acciones venideras o interpretar realidad.

El juego es un proceso cultural que surge de manera natural, espontánea que permite expresar sentimientos.

Es fundamental para el desarrollo psicomotor, afectivo, intelectual y social, además se desarrollan habilidades se establecen objetivos y metas también se acatan y se respetan reglas.

El juego es un derecho que todo ser humano adquiere desde su nacimiento, según la declaración de los derechos del niño, adoptada en la asamblea general de la ONU, El niño debe disfrutar plenamente de juegos y recreaciones los cuales deberán estar orientados hacia los fines perseguidos por la educación; la sociedad y las autoridades públicas se esforzaran por promover el goce de este derecho.

El juego es la mejor manera de aprendizaje, a través del juego los niños aprenden a descubrir y afrontar diversas situaciones en su vida cotidiana además es utilizado como forma de diversión y entretenimiento en la sociedad.

Características

- Es libre.
- Organiza las acciones de un modo propio y específico.
- Ayuda a conocer la realidad.
- Permite al niño afirmarse.

- Favorece el proceso socializador.
- Cumple una función de desigualdades, integradora y rehabilitadora.
- En el juego el material no es indispensable.
- Tiene unas reglas que los jugadores aceptan.
- Se realiza en cualquier ambiente.
- Ayuda a la educación en niños.
- Relaja el estrés, etc.

Recreación

El concepto de recreación tiende como una necesidad debido a las exigencias de la vida moderna dado que la recreación y el trabajo deben ser un complemento, a fin de que la persona pueda terminar su jornada de trabajo sin que tenga que agotarse física y moralmente.

La palabra recreación se deriva del latín: recreativo y significa "restaurar y refrescar la persona". Normalmente la recreación se considera liviana y tranquila y más porque permite que la persona se relaje y no le produzca estrés al momento de su trabajo, no obstante, la recreación se la denomina como tipo de actividad agradable que genera vivencias y permite tener una vida libre y sin tantas preocupaciones.

Además la recreación puede ser desarrollada durante el tiempo libre (ya sea de manera individual o grupal), en la cual la persona voluntariamente se involucra, tomando así actitudes libres y naturales de las cuales se obtiene satisfacción inmediata, generando así en su búsqueda la tranquilidad y creatividad ya que permite que la persona exprese sentimientos de manera espontánea y original, obteniendo un alto grado de relajación.

Si mencionamos a la recreación, como el proceso de cambio y superación permanente del ser humano, recrearse es ser prometedor y mejor persona en cada tarea que realice en la vida diaria. Entonces el recrearse se plantea como un objetivo que busca integrarse a todos los actos de la vida, si decimos que la recreación es un proceso

lúdico, mencionamos que ya no lo es todo, sino se refiere a una parte de la actividad humana; cuyo objeto es ser instrumento o medio para conseguir la recreación integral mencionada.

Según Meléndez Brau, Nelson (1999), el objetivo más importante de la recreación es el bienestar y el sano desarrollo de sus capacidades creativas e imaginativas que permite que la persona pueda expandir sus horizontes personales.

En efecto, la tarea fundamental del profesional de la recreación es guiar e instruir al individuo para que pueda hacer uso de su tiempo libre de una forma correcta.

Según Tercedor, F. M, (1998), la recreación es una función o funciones que involucra a la persona durante su tiempo libre además que es realizada libremente.

El tiempo libre y la recreación están fundamentalmente relacionados ya que el tiempo libre es un espacio de tiempo y la recreación es un espacio de este tiempo en la actividad que se esté realizando.

<http://www.definicionabc.com/social/recreacion.php>

Según Lopategui Cosino, E (2003), la recreación posee las siguientes características:

- Ocurre principalmente en el tiempo libre.
- Es voluntaria, la persona la elige sin compulsión de imaginación.
- La recreación provee goce y placer.
- Ofrece satisfacción inmediata y directa.
- Se expresa en forma espontánea y original.
- Ofrece oportunidad de auto-expresión y de ella extrae la diversión.
- Le da la oportunidad al individuo de manifestar su creatividad.
- Provee un cambio de ritmo de la vida cotidiana.
- La recreación es sana, constructiva y socialmente aceptable.
- Incluye actividades tanto pasivas como activas
- Puede ser novedosa

Según Meléndez Brau, Nelson (1999), la recreación debe caracterizarse por:

- Pasarlo bien
- Uso placentero de la actividad
- Actividades que sean gozosas para el individuo que se dispone a realizarlas.

Beneficios de la Recreación

La recreación se refiere al desarrollo del ser humano y su calidad de vida ya que se intenta explicar desde varios puntos de vista, en sentido global el desarrollo va en progresión desde una condición inferior a otra superior.

En lo que concierne al ser humano se refiere a condiciones superiores de desarrollo ya sea en el ámbito educacional, laboral, social además del poder adquisitivo y acceso a tecnologías modernas, también existen otros aspectos que definen que la recreación tiende a generar un estado de ánimo elevado.

En todo caso, el desarrollo del ser humano tiende a exigir la posibilidad que las personas realicen trabajos con gran libertad, generando en sí mismo responsabilidad y compromiso social con la seguridad de tomar decisiones en el momento oportuno.

En lo que concierne a la calidad vida del individuo, tiende a mantener satisfacción personal debido al estilo de vida saludable que lleva, generando autoestima elevada y el disfrute de su existencia.

Todo esto indica que el desarrollo humano no siempre está inmerso en el estilo de vida de mayor calidad, busca determinar los niveles de desarrollo que va desde lo material hasta la calidad de vida que lleva el individuo desde la pérdida de valores, la devastación ecológica, la degradación moral y la destrucción física de la propia Humanidad.

Categorización Internacional de los beneficios de la Recreación:

Individuales: Las oportunidades para vivir, conocer, tener una vida llena de satisfacción y productiva que genere un cambio positivo en la sociedad, así también

poder encontrar un lugar placentero donde podamos experimentar placer y salud, llevando así el balance entre trabajo y juego, el fortalecimiento de la autoestima y la autorrealización, la creatividad y la adaptabilidad, la honestidad, la solución de problemas y la toma de decisiones, el bienestar psicológico, el sentido de aventura y el valor personal, entre otros aspectos.

Comunitarios: La oportunidad de compartir con la familia, vecindario, comunidades, grupos de trabajo y toda la sociedad en general es fundamental para el fortalecimiento de los vínculos intergeneracionales, la integración familiar y los vínculos sociales, además de reducir las diversas formas de violencia ya sean raciales, culturales y sociales conjuntamente con las conductas antisociales y delictivas en sentido general, experimentando así una vida llena de paz y tranquilidad en la sociedad.

Ambientales: Las oportunidades para actuar y conservar el medio ambiente, realizar campañas de concientización sobre el cuidado y la conservación de plantas además de la reconstrucción y remodelación de parques y demás espacios públicos permitiendo así que la sociedad tenga un espacio para compartir en familia, amigos, etc. También cabe recalcar que la protección del ecosistema dirigidas a la flora y fauna son fundamentales para la conservación animal, el respeto a la vida en todas sus manifestaciones, las relaciones afectivas con animales domésticos, la creación y mantenimiento de ambientes que propicien mayores niveles de calidad de vida, entre otros factores.

Económicos: La disminución de gastos en la mediación de enfermedades que pueden prevenirse mediante actividades sanas, la previsión de conductas de riesgo social que reclaman gastos para acciones penales, el aumento de la productividad laboral, la elevación de competencia y la imaginación en las personas.

En lo que se refiere a lo económico la recreación también brinda oportunidades para creación de proyectos recreativos que buscan el benéfico tanto en la formulación del problema como en la zona de salida, teniendo en cuenta que las evaluaciones de las metas se realizarán en el punto de llegada.

La recreación mediante la asignatura de Educación Física

En lo que concierne a la recreación en la disciplina de Educación Física permite ayudar tanto en el desarrollo motor como en la formación de valores que van de biológico y personal a lo más social. Estos valores se plasman en los siguientes objetivos educativos (Camerino, 2008).

- fomentar el ejercicio físico permanente para un desarrollo evolutivo saludable.
- Rescatar el sentido lúdico de las prácticas deportivas.
- Tomar sus propias decisiones sin la intervención de otras personas.
- Motivar e impulsar hacia la aventura y la adquisición de experiencias nuevas.
- Fortalecer los lazos de amistad y aceptación en el grupo.
- Promover la participación e integración del grupo.

Tiempo Libre

Generalmente se llama tiempo libre a las actividades que no están referidas ni al trabajo ni a las ocupaciones domésticas esenciales, y que pueden ser recreativas. Es un periodo recreativo que se usa con mesura. Es distinto al tiempo dedicado a las labores obligatorias como comer, dormir, hacer trabajos que verdaderamente se necesiten.

Las actividades que son realizadas en nuestro tiempo libre son de carácter voluntario mas no son obligatorias.

Según la **Christine Chevalier**: El tiempo libre es un grupo de actividades donde la persona puede confiar de forma libre y voluntaria después de haber dejado de lado sus responsabilidades profesionales, familiares, y sociales, para reposar, divertirse y sentirse relajado libre de preocupaciones que le permitirán formarse y desenvolverse de manera correcta y desinteresada para así poder participar de forma voluntariamente en la vida social de su comunidad. La diferencia entre las actividades de tiempo libre y las obligaciones no son estrictas, y son necesarias de acuerdo a cada

persona, además estudiar, cocinar o hacer música, puede ser parte del tiempo libre para unos y trabajo para otros, pues pueden realizarse por agrado o como beneficio a largo plazo y/o que permitan generar ganancias económicas a futuro.

El tiempo libre se lo puede emplear en actividades recreativas, motivadoras y productivas, a diferencia del tiempo libre en la Antigua Grecia era utilizado y dedicado, principalmente por filósofos, para reflexionar, pensar, analizar sobre la vida, las ciencias y la política.

Tipos de tiempo libre

- **Tiempo libre nocturno:** trata de todo el tiempo libre asociado a la noche y actividades que en ella se desarrollan: bares, discotecas, y demás lugares en los que la música y la bebida son los pilares centrales del cuerpo
- **Ocio espectáculo:** Todo el ocio relacionado con los espectáculos, entre los que podemos distinguir los culturales, teatro, zarzuela, ópera, cine o espectáculo, en donde el participante es actor principal de su ocio. Este tipo de ocio también se conoce como ocio experiencial.
- Estudios de ocio - **El ocio feminista.** La investigadora canadiense Susan Shaw es una de las académicas que más ha desarrollado esta línea de investigación sobre las limitaciones de ocio en las mujeres.

Ocio o tiempo libre en la historia

- Los orígenes del concepto se remontan a la Grecia antigua en la cual los filósofos destinaban al tiempo libre a aquellas acciones que implicaban el reflexionar sobre la vida, las ciencias y la política.
- Por su parte, la civilización romana fue una gran cultivadora del tiempo libre y de la práctica de diversas actividades durante este tiempo.

<http://tipos.com.mx/tipos-de-ocio>

2.6 Categorías fundamentales variable dependiente

Fundamentos técnicos del voleibol

Introducción

Los fundamentos técnicos de voleibol es el conjunto de habilidades técnicas que se debe poseer como jugador a nivel individual para poder practicar este deporte, se compone de cinco movimientos técnicos básicos.

Independientemente que cada uno de ellos tiene su variante, son característicos diferentes desplazamientos y posiciones que están intrínsecos en la ejecución técnica y en su enseñanza es difícil tratarlos de forma independiente.

Existen sobre todo ciertas posiciones del cuerpo (posturas) que como fundamentos técnicos básicos, si son comunes y característicos a la motricidad específica del juego de voleibol y por tanto se tendrán que considerar de forma relevante al comienzo del aprendizaje del voleibol, es por ello que se agregará las posiciones y desplazamientos como un fundamento técnico más.

Se emplean diversas técnicas para impulsar la pelota en distintas situaciones del juego, todas ellas el balón debe ser golpeado, no agarrado ni lanzado. La retención, arrastre o acompañamiento del balón es falta. El criterio arbitral en la aplicación de esta norma es fuente habitual de polémica por parte de los aficionados que asisten a los partidos.

Fundamentos técnicos básicos:

Posiciones y Desplazamientos

- 1.- Técnica de Saque
- 2.-Técnica de recepción o antebrazos
- 3.-Golpe de dedos o Colocación
- 4.- Técnica de Remate
- 5.- Técnica de Bloqueo

Saque: la acción de poner en juego el balón, lanzando o soltando el balón y golpeando con la mano. Su finalidad principal es ofensiva, marcar punto al contrario, o dificultar al máximo la recepción por parte del contrario. Está totalmente prohibido darle al balón con cualquier otra extremidad del cuerpo.

Golpe bajo, de antebrazos o fildeo: unidas las manos por el dorso y ayudado por la flexión de las piernas, el balón es golpeado desde abajo hacia arriba por ambos antebrazos logrando así un rebote vertical con una gran elevación. Es la forma habitual de realizar la **recepción** del saque.

Toque de dedos o voleo: el balón se pasa utilizando suavemente las manos, por encima de la cabeza y con las yemas de los dedos hacia arriba; impulsándolo en la dirección deseada pero sin agarrarlo ni lanzarlo.

Remate: acción que pone fin a una jugada ofensiva. El jugador corre, salta y golpea el balón por encima de la red tirando el balón contra el suelo.

Bloqueo: toda acción destinada a interceptar el ataque del equipo contrario, saltando junto a la red, con los brazos alzados y sin meterlos en el campo contrario. Está prohibido bloquear el saque adversario.

http://repo.uta.edu.ec/bitstream/handle/123456789/3924/Tcf_2011_122.pdf?sequence=1

Hay tres posiciones fundamentales:

- **Alta:** posición relativamente levantada, con los pies arriba ligeramente separados, uno delante del otro, y las rodillas levemente flexionadas. Es la que coloca al cuerpo con mayor extensión del tronco y piernas, utilizable para pases y para recepciones arriba de la cintura.
- **Media:** posición intermedia. Respecto a la posición anterior varían las rodillas y tobillos, que se flexionan más. Se debe elevar el talón del pie retrasado. La

posición media es la más utilizada y se manifiesta tanto en la espera de un balón como del momento del contacto con el mismo, la extensión del tronco y piernas no es total ni leve sino intermedia.

- **Baja:** posición relativamente agachada. Se flexionan y separan aún más las piernas. Del pie retrasado se elevan el talón y la planta, quedando apoyado en la punta. Esta posición permite un desplazamiento casi nulo. Si la pelota llega a caer en el suelo es punto para el lado contrario.

Desplazamientos

Hay seis diferentes tipos de desplazamiento sobre la cancha:

- **Paso normal:** el jugador se desplaza la distancia de un paso común.
- **Paso añadido:** el jugador se desplaza a una distancia mayor que la de un paso común.
- **Paso doble:** el jugador se desplaza la distancia de dos pasos.
- **Salto:** el jugador se desplaza por medio de saltos.
- **Carrera:** el jugador corre para desplazarse.
- **Batida:** el jugador da unos pasos y salta.

Servicio o saque

El saque es la acción de poner en juego el balón por el jugador zaguero derecho, situado en la zona de saque.

Cada punto se inicia con un saque del balón desde detrás de la línea de fondo. Se lanza el balón al aire y se golpea hacia el campo contrario buscando los puntos débiles de la defensa del adversario. Se puede hacer de pie o en salto. Es importante la orientación del saque porque el jugador contrario que se ve obligado a recibir el tiro, queda limitado para participar en el subsiguiente ataque.

Se puede hacer de diferentes maneras:

Saque de tenis: las piernas están abiertas a la anchura de los hombros poniendo la contraria a la mano de golpeo adelantada, el cuerpo extendido y ligeramente rotado hacia la mano de golpeo, la mano de golpeo se sitúa detrás de la nuca, se extiende el brazo, girando el cuerpo simultáneamente, con la mano contraria se lanza el balón para golpearlo en el punto más alto de su trayectoria y a la altura de la cabeza.

Mano baja: el balón se sujeta quieto en una mano y se impulsa con la otra en un movimiento de péndulo. Se emplea en las etapas de formación de los jugadores.

Mano alta: el balón se lanza al aire hacia adelante y sin rebasar al sacador, luego el balón se golpea con la mano y el brazo estirado. El balón baja con fuerza una vez que sobrepasa la red.

En suspensión: es similar al anterior, solo que el balón va flotando hasta que pierde fuerza y cae muerto en el campo contrario.

Salto flotante: tiene un parecido al anterior, solo que el balón se coge con las manos dando dos pasos, se lanza y se le da un golpe seco haciendo que vaya flotando con mucha fuerza.

Salto potencia: el balón se lanza al aire y el jugador hace una especie de "batida" haciendo que el balón vaya mucho más fuerte.

Gancho flotante: se efectúa lanzando el balón levemente al aire y golpeándolo con ambos brazos, de abajo hacia arriba.

Gancho fuerte: tiene una similitud con la anterior, sin embargo una mano sostiene al balón y la otra lo golpea.

Saque por abajo: el atleta debe colocar los pies por detrás de la línea de servicio, abiertos a la altura de los hombros y en perpendicular a la línea de fondo. El atleta hace lo siguiente: sostiene el balón en la mano libre enfrente del tronco, la palma de

la mano hacia arriba. Con la mano libre, lanza el balón en línea recta hacia arriba unos 3 metros aproximadamente. Cuando el balón está bajando, mover la mano dominante con el puño cerrado a través del cuerpo en un movimiento natural apuntando al tercio inferior del balón y en dirección a la red. La cantidad de fuerza que el atleta tiene que aplicar depende de hasta dónde quiere que llegue el saque dentro de la parte contraria de la cancha.

El voleibol

El voleibol es un juego de balón ligero, que se ha popularizado, debido a que constituye un magnífico ejercicio y además entretenimiento, está exento de peligro y sus reglas son muy sencillas. Se practica al aire libre o bajo techo, en una cancha de 18 metros de largo por 9 metros de ancho. En la parte central de la cancha se alza una red semejante a la de tenis, de 2.43 metros de altura para varones y 2.24 para mujeres, y a cada lado de ella se colocan 6 personas, de modo que el partido reglamentario reúne 12 jugadores divididos en dos bandos.

El jugador efectúa el saque lanza la pelota al aire sobre la red al campo contrario y queda iniciado el juego, éste consiste en que el balón debe pasar sobre la red de un lado al otro, impulsado exclusivamente con las manos y mantenido siempre en el aire. No es permitido el rebote. Si esto ocurre, el bando culpable pierde un punto y debe entregar el balón al bando contrario para que sirva la nueva salida. Los partidos se conciertan a 25 puntos o tantos, y gana el equipo que primero los anota a su favor.

Significado de la palabra Voleibol.

Si buscamos en el diccionario la palabra voleibol, como significado encontramos la palabra balonvolea. El nombre de voleibol se le asignó porque solo se jugaba de volea o batida de dedos. Su nombre inicial fue el de mintonnette.

La característica principal que lo distingue de otros deportes es no poder retener el balón, sometiendo a los jugadores a situaciones cambiantes con una gran presión en

forma permanente. Además, existe la limitación de 3 contactos (golpes) con el balón como máximo en cada equipo, lo cual concede a la técnica y táctica individual y colectiva un valor relevante en el juego.

Otra característica radica en que las reglas del juego permite una distribución precisa en el campo de juego, lo que propende a una especialización tanto en la defensa como en el ataque, considerando el pequeño tamaño del campo de juego, por lo tanto se exige una gran exactitud en cada acción, buscando una disposición positiva al rendimiento constante del jugador que va en busca del éxito.

El jugador debe tener un manejo de información extenso que junto a la exigencia en la calidad de ejecución y a la poca disponibilidad temporal obliga a este a un alto grado de concentración.

Es importante considerar además que los cambios reglamentarios implementados en los últimos años han propiciado un cambio a un voleibol más ofensivo y atractivo para el jugador y el público, permitiendo a veces la mala aplicación de los fundamentos técnicos, especialmente en lo que se refiere a defensa, es por esto que el proceso de aprendizaje en la iniciación deportiva requiere tener referencias claras de la calidad de las acciones técnicas y eficacia de las mismas.

<http://repo.uta.edu.ec/bitstream/handle/123456789/5917/TESIS%20SUPE%20ANGE%20L.pdf?sequence=1>

Ventajas Comparativas

El Voleibol cuenta con ventajas comparativas, con respecto a otras actividades, para ser incluido en el Currículo escolar, a saber:

- La infraestructura y el equipamiento necesarios para su práctica no son muy costosas y pueden ser aprovechados para las clases de ambos sexos.
- Su práctica promueve la adquisición de destrezas muy variadas y completas, relacionadas con las acciones en el aire (saltando), en la zona media, con el sujeto de

pie (común a otros deportes), y en el piso (destrezas acrobáticas), aportando así un acervo motor sumamente variado.

- También promueve el desarrollo de cualidades físicas, principalmente las referidas a: velocidad, reacción, resistencia (aeróbica y anaeróbica), potencia, flexibilidad, coordinación.
- La existencia de una red que se para los equipos cuando juegan, no permite la aplicación de faltas por contacto físico para compensar una deficiencia de orden físico, técnico o táctico en el juego. El Voleibol favorece entonces naturalmente el juego limpio y la conducta ética.
- La imposibilidad de tomar la pelota o realizar acciones individuales sucesivas, hace necesario el juego en conjunto, promueve así, las conductas sociales de colaboración y respeto al compañero y al oponente. Asimismo, el aporte individual al esfuerzo del conjunto otorga suficientes posibilidades para el ejercicio del liderazgo.
- El marcado desnivel existente entre las posibilidades del ataque y la defensa, hacen indispensable el desarrollo del espíritu de lucha y sacrificio (voluntad) para alcanzar cada punto.

La posibilidad de:

- Jugarlo al aire libre, en gimnasio, en la playa; en forma recreativa, competitiva y de alto nivel. Esta versatilidad, favorece la transferencia de la conducta aprendida en la escuela, a las actividades de la vida diaria.
- Prolongar su práctica recreativa durante casi toda la vida. Incluso, la actividad competitiva de alto nivel en este deporte, puede ser realizada durante un período prolongado de tiempo.

- El aporte muy significativo para el desarrollo de las aptitudes y habilidades, necesarias incluso en las actividades de otras áreas de la actividad escolar.

<http://repo.uta.edu.ec/bitstream/handle/123456789/5917/TESIS%20SUPE%20ANGE%20L.pdf?sequence=1>

Deporte

Entendemos por deporte a todas aquellas actividades físicas en las cuales el cuerpo entre en algún tipo de ejercicio o movimiento, opuesto al estado de reposo que uno puede estar escribiendo en una computadora. Dentro de la categoría de deporte pueden entrar un sinnúmero de actividades que pueden clasificarse como grupales (el fútbol, el básquet), individuales (el tenis, la natación), recreativas (juegos de diverso tipo), de competición (deportes más específicos y con alta exigencia para los que los practican), etc.

Tal como se dijo, el deporte aporta muchísimos beneficios a quien lo realiza y de ahí es que es una actividad de suma importancia para que la persona alcance un nivel de bienestar y satisfacción. El deporte facilita el mejoramiento del estado físico pero también del estado anímico porque al ejercitar, uno libera endorfinas, aquellos elementos que tienen que ver con la sensación de placer y de satisfacción. El deporte es también importante porque cuando es grupal nos permite interactuar con otros y luchar de manera conjunta por un objetivo común; cuando es individual, nos permite buscar superarnos de manera permanente ya que los buenos resultados dependen pura y exclusivamente de nosotros.

<http://es.wikiquote.org/wiki/Deporte>

Importancia del Deporte en la salud

Los beneficios de tener una Actividad Física periódica son altamente superiores respecto a una vida más bien relajada, en la que no ejercitamos nuestro cuerpo y en cambio pasamos mucho tiempo en inactividad, por lo que una de las prácticas

recurrentes y recomendables es justamente la elección de un Deporte para practicar, y teniendo la constancia de disfrutarlo varias veces al mes.

Los beneficios que trae el Deporte en la Salud están relacionados justamente a la ejercitación, pudiendo no solo contar con Entrenamientos relativos a la práctica del mismo, sino también a simplemente la práctica del Deporte de Recreación, simplemente por diversión y disfrutándolo con amigos, en familia o bien practicándolo en algún Club o Federación en particular.

En contraposición a una vida ligada al deporte y la actividad física periódica tenemos al Sedentarismo Físico, siendo considerado como la carencia de actividad física de variada intensidad, siendo esta costumbre la responsable de una Vulnerabilidad en la Salud, impidiendo al cuerpo a ofrecer una respuesta favorable ante una variada cantidad de trastornos, sobre todo en lo que respecta a enfermedades cardiovasculares.

La práctica del deporte ayuda a disminuir una gran cantidad de enfermedades tales como Infartos de Miocardio, además de lograr una reducción del Peso Corporal, siendo justamente una de las formas de prevenir la Obesidad, además de beneficiar al cuerpo con una mayor Movilidad Articular, sumado a incrementar las Capacidades de Reacción de nuestro cuerpo y poder mejorar las Habilidades Corporales.

Además, el Deporte ayuda a la Salud en lo que respecta a nuestro día a día, contribuyendo a eliminar la Sensación de Cansancio que podemos sufrir si no lo practicamos frecuentemente, además de eliminar la Sensación de Malestar que puede aquejar a quienes tienen una vida sedentaria, sumado además a eliminar la Baja Autoestima que suele aparecer en aquellas personas que se encuentran disconformes con su propia Imagen Corporal.

Además, se suele relacionar a la práctica y los Valores del Deporte como una forma de poder inculcar el cumplimiento de las reglas, el Juego Limpio, la nobleza que tiene realizar una Competencia Deportiva y demás valores educativos que ayudan a no solo mejorar la calidad de vida, sino inclusive a mejorar el futuro de quienes practican un

deporte, garantizando una buena salud y una conciencia sobre los cuidados personales.

Importancia del Deporte en los niños

En la educación de los más pequeños es que aparece el deporte de formación, también conocido como deporte base, y que es básicamente una práctica deportiva para edades tempranas, en la que los más pequeños tanto como los jóvenes comienzan a perfilarse adaptándose a los distintos reglamentos, desarrollando sus aptitudes físicas y forjando las bases que posteriormente pueden inclusive dar lugar a un deporte para Adultos.

Esta formación tiende a ser organizado por Instituciones Educativas, en las charlas, clases y asignaturas relativas a la Educación Física, además de incorporar los primeros conocimientos a edades tempranas en forma de Juegos Deportivos, que permiten a los más pequeños a comenzar a asimilar distintas Reglas y Normas para un juego determinado, acorde a su desarrollo intelectual y físico.

Un claro ejemplo de ello está en las Federaciones Deportivas, que planifican y programan distintos Programas Deportivos que buscan desarrollar a los deportistas a la práctica de una actividad determinada, y que además buscan integrarlos alejándolos de la Exclusión Social y de la Discriminación (algo más acentuado en los Deportes Paralímpicos, por ejemplo)

En lo que respecta a los Deportes Profesionales (algo que está muy ejemplificado en el Fútbol) la formación de Jóvenes Deportistas y la captación de aquellos que tienen aptitudes superiores está ligada a una inversión para poder lograr un éxito deportivo o bien para poder producir un bien ganancial, beneficio económico por el Fichaje de este deportista de un Club a otro, y obtener entonces ganancias económicas para poder financiar distintas actividades o bien para poder fichar a nuevos deportistas para la institución.

<http://www.importancia.org/?s=Deporte>

2.7 Hipótesis

- Los juegos pre-deportivos influyen en el aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol de los estudiantes de séptimo año de educación básica de la Escuela Eduardo Reyes Naranjo.

2.8 Señalamiento de variables

- Variable Independiente: Los juegos pre-deportivos
- Variable Dependiente: Fundamentos técnicos de voleibol

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1 Enfoque de la investigación

La presente investigación es de carácter cuantitativo y cualitativo.

Es de tipo cuantitativo debido a que se utiliza procesos matemáticos y estadísticos que permiten valorar los datos obtenidos de las encuestas realizadas, además se realizará un análisis del problema a través de los cuadros estadísticos que permitirá analizar e interpretar la información y los resultados.

Es cualitativo porque se va a valorar la influencia y la determinación que tienen los juegos pre deportivos en el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol de los estudiantes de séptimo año de Educación Básica de la Escuela “Eduardo Reyes Naranjo” Provincia de Tungurahua, Cantón Ambato”, además se establecerá características básicas del problema en base a los datos obtenidos de la investigación.

3.2 Modalidad de la investigación

Investigación bibliográfica

La investigación es bibliográfica debido a que se apoya en la información de artículos, tesis, libros, y documentos relacionados con el tema de investigación permitiendo así analizar, ampliar, profundizar y comparar diferentes puntos de vistas de varios autores.

Investigación de campo

Es de campo porque se realizó en la institución donde sucede el problema de investigación, la muestra será tomada de los actores sociales de la investigación.

3.3 Nivel o tipo de investigación

Nivel exploratorio

Este tipo de investigación se refiere al estudio preliminar y superficial de la realidad a investigar, además permite conocer más sobre el problema de la investigación en este caso los juegos-pre deportivos en el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol y así poder encontrar las posibles soluciones o alternativas que lleven a una solución del problema.

Nivel descriptivo

Permite describir las variables que se pretenden comprobar la veracidad de las hipótesis planteadas y precisar si los juegos pre-deportivos son determinantes e importantes al momento de ejecutar los fundamentos técnicos del voleibol, además de conocer la relación y el conocimiento que tienen los estudiantes sobre los juegos pre-deportivos.

3.4 Población y Muestra

El universo de esta investigación está integrado por los estudiantes del séptimo año de educación básica y docentes de la Escuela Eduardo Reyes Naranjo.

ESCUELA "EDUARDO REYES NARANJO"		
NÚMERO	UNIDADES DE OBSERVACIÓN	CANTIDAD
1	ESTUDIANTES	55
2	DOCENTES	5
	TOTAL	60

Por tratarse de una población pequeña se trabajara con todo el universo.

Cuadro N°1 Población y muestra

Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

3.5 Operacionalización de variables

Variable Independiente: Juegos pre-deportivos

CONCEPTUALIZACIÓN	CATEGORÍAS	INDICADORES	ÍTEMES	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
Los juegos pre-deportivos son aquellos que sirven de base para introducir a los niños en los deportes de competición, trata por lo general de juegos con reglas limitadas y que permite crear y reproducir situaciones y movimientos de algún deporte.	Deportes competitivos Reglas limitadas	Colectivos Individuales Simples Compuestas	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Cree usted que en los deportes colectivos es necesario aplicar los juegos pre-deportivos. ➤ Considera usted que en los deportes individuales el niño pueda mejorar sus destrezas y habilidades mediante la práctica de juegos pre deportivos. ➤ Considera usted que en los niños se puede aplicar reglas simples por medio de los juegos pre deportivos. ➤ En el desarrollo de los juegos pre-deportivos se puede ir aplicando reglas compuestas, de acuerdo a la complejidad de los mismos. 	<p>Técnica: Encuesta</p> <p>Instrumento: Cuestionario</p>

Cuadro N° 2 Operacionalización Variables Independiente
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

3.6 Plan de recolección de información

PLAN DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN	
¿Para qué?	Para alcanzar los objetivos propuestos de la investigación.
¿De qué personas?	De los estudiantes del séptimo año de educación básica de la escuela Eduardo Reyes Naranjo.
¿Sobre qué aspectos?	Los juegos pre-deportivos Fundamentos técnicos del voleibol
¿Quién?	Wilson Fernando Freire Vaca
¿A quiénes?	A los estudiantes de la escuela Eduardo Reyes Naranjo.
¿Cuándo?	En el año 2014 -2015
¿Dónde?	En la escuela Eduardo Reyes Naranjo
¿Cuántas veces?	Una sola vez
¿Qué técnicas de recolección?	Encuesta

Cuadro N° 4 Plan de recolección de información
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

3.7 Plan procesamiento de información

Se solicitará la autorización pertinente a las autoridades de la institución para realizar la investigación, posteriormente se realizan encuestas, revisión de información, tabulaciones, análisis de datos e interpretación de resultados para así poder llegar a las conclusiones más adecuadas.

Una vez aplicadas las encuestas se procederá de la siguiente manera:

➤ **Revisión de Información**

➤ **Tabulación de la información**

Permite conocer el comportamiento del fenómeno objeto de estudio, determinando la frecuencia con que aparece y cuál es su impacto en las variables.

➤ **Análisis de datos**

Permite conocer el comportamiento del fenómeno objeto de estudio.

➤ **Interpretación de resultados**

Permite comprender la magnitud de los datos además se estudiarán cada uno de los resultados y se podrá establecer posibles soluciones al problema.

CAPÍTULO IV

4.1 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

ENCUESTA DIRIGIDA A LOS NIÑOS DE SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA EDUARDO REYES NARANJO

1.- ¿Cree usted que en los deportes colectivos es necesario aplicar los juegos pre-deportivos?

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	43	72%
CASI SIEMPRE	11	18%
NUNCA	6	10%
TOTAL	60	100%

Cuadro N° 5 Deportes Colectivos.

Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

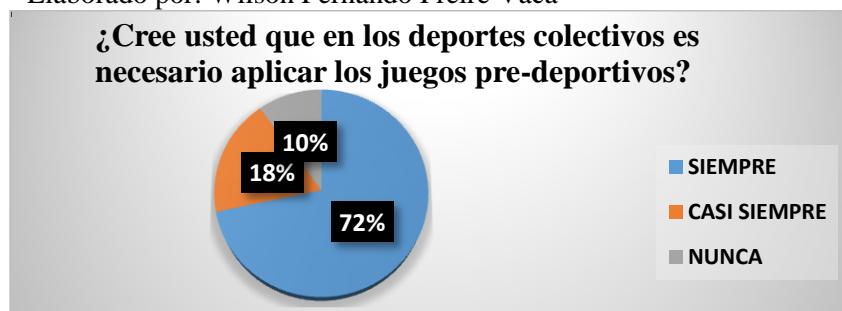


Gráfico N°5.Deportes Colectivos.

Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

Análisis:

El 72% de los estudiantes creen que siempre se deben utilizar juegos pre-deportivos en la práctica de los deportes colectivos, mientras tanto que el 18% de los estudiantes manifestaron que los juegos pre deportivos deberían ser utilizados casi siempre y el 10% restante manifiesta que los juegos pre deportivos nunca deberían ser utilizados.

Interpretación:

De acuerdo a los resultados obtenidos la mayoría de los estudiantes consideran que en los deportes colectivos es necesario aplicar los juegos pre-deportivos ya que ayuda al deportista a tener un buen desempeño deportivo.

2.- ¿Considera usted que en los deportes individuales el niño pueda mejorar sus destrezas y habilidades mediante la práctica de juegos pre-deportivos?

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	22	37%
CASI SIEMPRE	34	56%
NUNCA	4	7%
TOTAL	60	100%

Cuadro N° 6 Deportes individuales.
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

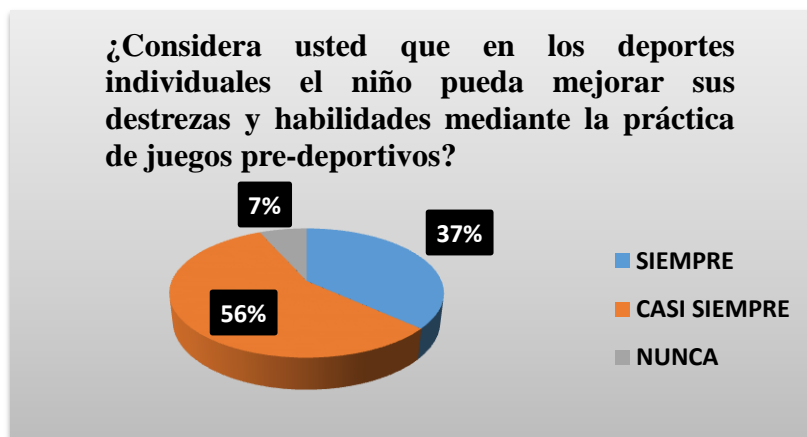


Gráfico N°6. Deportes individuales.
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

Análisis:

El 56% de los estudiantes que fueron encuestados consideran que los juegos pre-deportivos mejoran las destrezas y habilidades mientras que el 37% piensa que no siempre mejoran a su vez el 7% piensa que los deportes individuales no mejoran sus destrezas y habilidades a través de los juegos pre-deportivos.

Interpretación:

La mayoría de los estudiantes consideran que en los deportes individuales es muy importante la ejecución de juegos pre-deportivos ya que ayudan y desarrollan destrezas y habilidades en el deportista permitiendo así tener un buen desempeño físico y deportivo.

3.- ¿Considera usted que en los niños se puede aplicar reglas simples por medio de los juegos pre-deportivo?

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	40	67%
CASI SIEMPRE	19	32%
NUNCA	1	1%
TOTAL	60	100%

Cuadro N° 7 Reglas simples.

Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

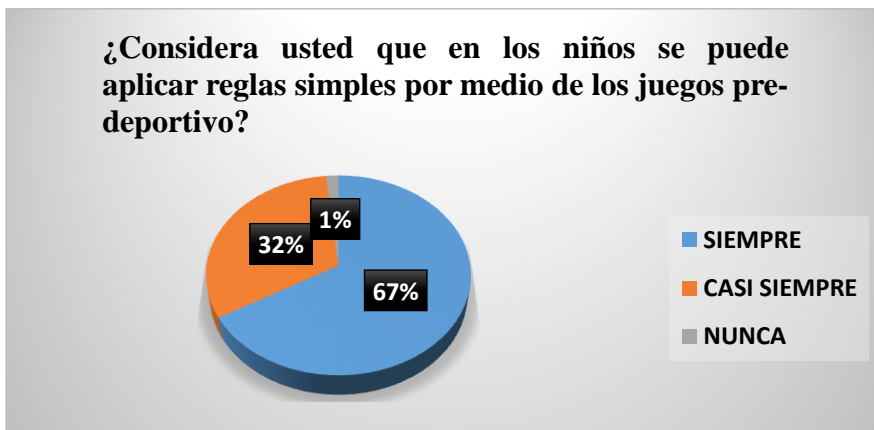


Gráfico N°7.Reglas simples.

Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

Análisis:

Según las encuestas realizadas el 67% de los niños piensan que si se puede aplicar reglas simples a través de los juegos pre-deportivos mientras que el 32% considera que no siempre se puede aplicar reglas simples a su vez el 1% restante piensa que no se puede aplicar reglas simples por medio de los juegos pre-deportivos.

Interpretación:

De acuerdo a los datos obtenidos los estudiantes consideran que es necesario aplicar reglas simples en la ejecución de los juegos pre-deportivos ya que permiten que los deportistas acaten las normas establecidas y se lleve de mejor manera la ejecución del juego.

4.- ¿En el desarrollo de los juegos pre-deportivos se puede ir aplicando reglas compuestas, de acuerdo a la complejidad de los mismos?

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	28	46%
CASI SIEMPRE	28	47%
NUNCA	4	7%
TOTAL	60	100%

Cuadro N° 8 Reglas compuestas.

Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

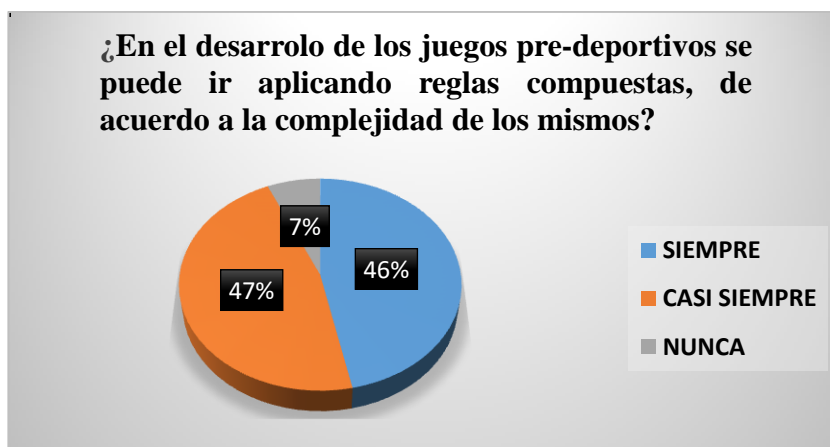


Gráfico N°8.Reglas compuestas.

Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

Análisis:

El 46% de los niños encuestados piensa que siempre se debe ir aplicando reglas compuestas de acuerdo a la complejidad del juego mientras tanto que el 47% manifiesta que no siempre se debe aplicar reglas compuestas, por otro lado el 7% restante considera que no se debe aplicar reglas compuestas.

Interpretación:

La mayoría de los estudiantes consideran que casi siempre es necesario ir aplicando reglas compuestas en la aplicación de los juegos pre-deportivos ya que esto permite generar dificultades al juego y el mismo no pueda desarrollarse de mejor manera.

5.- ¿Considera usted que las habilidades locomotrices se pueden mejorar al momento de practicar los fundamentos técnicos del voleibol?

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	20	34%
CASI SIEMPRE	29	48%
NUNCA	11	18%
TOTAL	60	100%

Cuadro N° 9 Habilidades locomotrices.
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

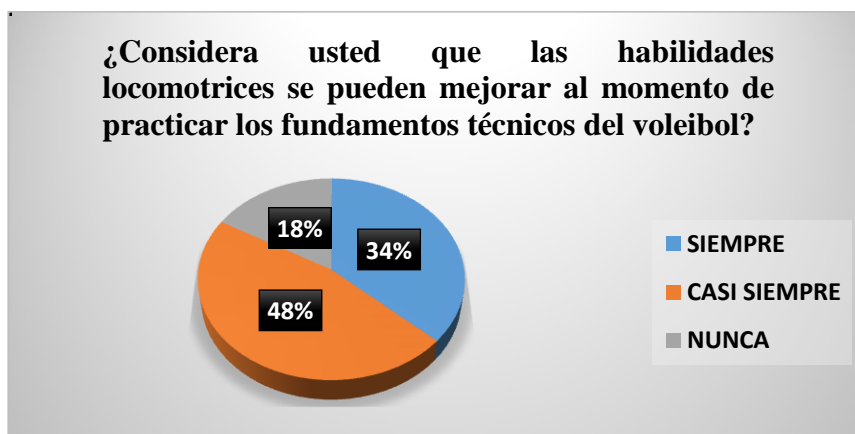


Gráfico N°9.Habilidades locomotrices.
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

Análisis:

Según los datos obtenidos el 36% de los encuestados consideran que se puede mejorar las habilidades locomotrices al momento de practicar los fundamentos técnicos mientras que el 47% piensa que no siempre se puede mejorar las habilidades locomotrices, mientras tanto el 17% restante manifiesta que las habilidades motrices no se mejoran al momento de practicar los fundamentos técnicos del voleibol.

Interpretación:

Según los resultados obtenidos los estudiantes consideran que la práctica de los fundamentos técnicos del voleibol casi siempre ayuda a mejorar las habilidades locomotrices.

6.- ¿Cree usted que las habilidades no locomotrices ayudan a un buen desarrollo del niño mediante la práctica de los fundamentos técnicos del voleibol?

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	27	45%
CASI SIEMPRE	23	38%
NUNCA	10	17%
TOTAL	60	100%

Cuadro N° 10 Habilidades no locomotrices.
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

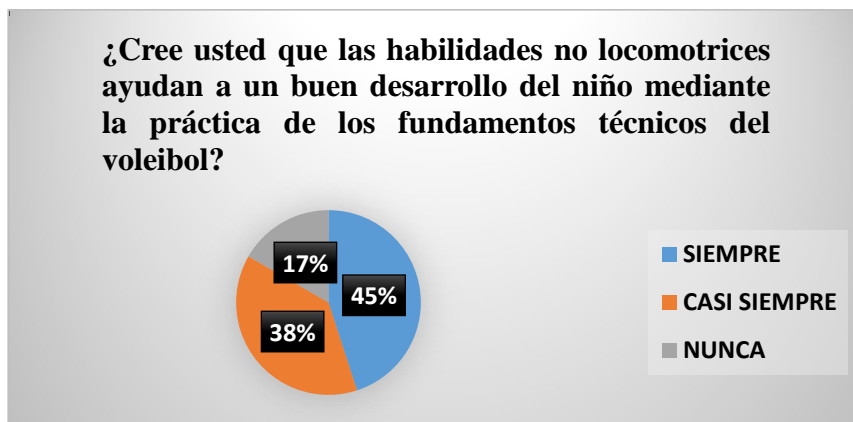


Gráfico N°10.Habilidades no locomotrices.
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

Análisis:

Según los datos obtenidos el 45% de los niños encuestados manifiestan que se puede obtener un buen desarrollo del niño mediante la práctica de los fundamentos del voleibol, mientras tanto el 38% considera que no se siempre se puede tener un buen desarrollo en el niño a su vez el 17% restante considera que no se puede obtener un buen desarrollo del niño mediante la práctica de los fundamentos técnicos del voleibol.

Interpretación:

La mayoría de los estudiantes son conscientes que las habilidades no locomotrices de acuerdo con la práctica de los fundamentos técnicos de voleibol ayudan a que el estudiante obtenga un buen desarrollo en el ámbito deportivo.

7.- ¿Considera usted que los movimientos naturales son necesarios en el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol?

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	39	65%
CASI SIEMPRE	18	30%
NUNCA	3	5%
TOTAL	60	100%

Cuadro N° 11 Movimientos naturales.
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

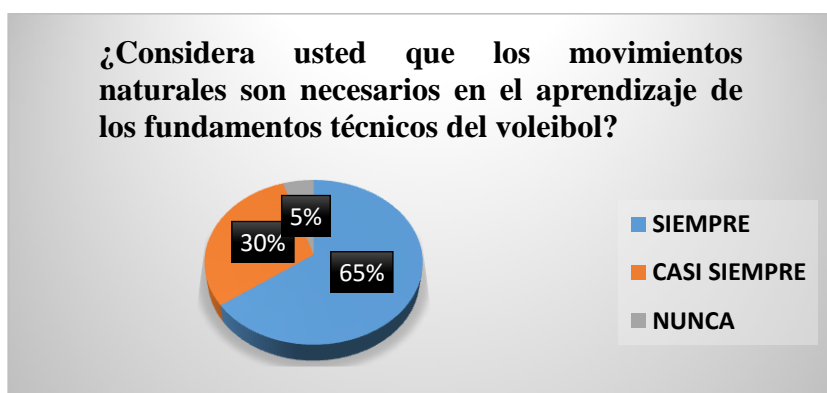


Gráfico N°11.Movimientos naturales.
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

Análisis:

De acuerdo a las encuestas realizadas el 65% de los niños piensan que los movimientos naturales son necesarios en el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol por lo tanto el otro 30% considera que no siempre son necesarios, a su vez el 5% restante piensa que los movimientos naturales no son necesarios al momento de practicar los fundamentos técnicos del voleibol.

Interpretación:

La mayoría de los estudiantes consideran que los movimientos naturales son muy importantes para un correcto aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol por parte del deportista.

8.- ¿Cree usted que el movimiento expresivo es fundamental para adquirir un buen gesto técnico en la práctica de los fundamentos técnicos del voleibol?

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	36	60%
CASI SIEMPRE	14	23%
NUNCA	10	17%
TOTAL	60	100%

Cuadro N° 12 Movimiento expresivo.
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca



Gráfico N°12.Movimiento expresivo.
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

Análisis:

El 60% de los niños encuestados están de acuerdo que el movimiento expresivo es fundamental para adquirir un buen gesto técnico al momento de la práctica de los fundamentos técnicos del voleibol mientras tanto el 23% siguientes considera que el movimiento expresivo no siempre es fundamental, a su vez el 17% restante piensa que el movimiento expresivo no es necesario en la práctica de los fundamentos técnicos del voleibol.

Interpretación:

De acuerdo con los datos obtenidos los estudiantes consideran que el movimiento expresivo siempre va a ser fundamental para que el deportista pueda adquirir un buen gesto técnico al momento de realizar la práctica de los fundamentos del voleibol.

ENCUESTA REALIZADA A AUTORIDADES Y DOCENTES DE LA ESCUELA “EDUARDO REYES NARANJO” DE LA CIUDAD DE AMBATO

Objetivo: Investigar el grado de importancia que tienen los juegos pre deportivos en el aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol para determinar su inclusión en las horas clase de Cultura Física.

PREGUNTAS	SIEMPRE	%	CASI SIEMPRE	%	NUNCA
1. ¿Cree usted que en los deportes colectivos es necesario aplicar los juegos pre-deportivos?	5	100	0	-	0
2. ¿Considera usted que en los deportes individuales el niño pueda mejorar sus destrezas y habilidades mediante la práctica de juegos pre-deportivos?	5	100	0	-	0
3. ¿Considera usted que en los niños se puede aplicar reglas simples por medio de los juegos pre-deportivo?	5	100	0	-	0
4. ¿En el desarrollo de los juegos pre-deportivos se puede ir aplicando reglas compuestas, de acuerdo a la complejidad de los mismos?	4	90	1	10	0
5. ¿Considera usted que las habilidades locomotrices se pueden mejorar al momento de practicar los fundamentos técnicos del voleibol?	4	90	1	10	0
6. ¿Cree usted que las habilidades no locomotrices ayudan a un buen desarrollo del niño mediante la práctica de los fundamentos técnicos del voleibol?	4	90	1	10	0
7. ¿Considera usted que los movimientos naturales son necesarios en el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol?	5	100	0	-	0
8. ¿Cree usted que el movimiento expresivo es fundamental para adquirir un buen gesto técnico en la práctica de los fundamentos técnicos del voleibol?	5	100	0	-	0

Cuadro N° 13 Resultados encuestan autoridades y docentes
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

Análisis e interpretación

De los resultados obtenidos en el cuadro anterior se deduce que la mayor parte de los encuestados concuerdan que la propuesta sería de gran beneficio para el aprendizaje de los fundamentos de voleibol de los niños de los séptimos años de la escuela Eduardo Reyes Naranjo de la ciudad de Ambato, a través de la práctica de los juegos pre-deportivos.

En las preguntas 1 (¿Cree usted que en los deportes colectivos es necesario aplicar los juegos pre deportivos?), 2 (¿Considera usted que en los deportes individuales el niño pueda mejorar sus destrezas y habilidades mediante la práctica de juegos pre deportivos?), 3 (¿Considera usted que en los niños se puede aplicar reglas simples por medio de los juegos pre deportivo?), 7 (¿Considera usted que los movimientos naturales son necesarios en el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol?) y 8 (¿Cree usted que el movimiento expresivo es fundamental para adquirir un buen gesto técnico en la práctica de los fundamentos técnicos del voleibol?) todos los encuestados respondieron afirmativamente; mientras tanto que en las preguntas, 4(¿En el desarrollo de los juegos pre deportivos se puede ir aplicando reglas compuestas, de acuerdo a la complejidad de los mismos?) 5 (¿Considera usted que las habilidades locomotrices se pueden mejorar al momento de practicar los fundamentos técnicos del voleibol?) y 6 (¿Cree usted que las habilidades no locomotrices ayudan a un buen desarrollo del niño mediante la práctica de los fundamentos técnicos del voleibol?), solo uno de los encuestados respondieron negativamente, esto demuestra de forma global el positivo impacto que genera la propuesta entre los especialistas encuestados.

4.2 Verificación de hipótesis

La verificación de hipótesis es la manera de presentar los resultados de la investigación realizada; por ende se ha utilizado la herramienta estadística llamada Chi cuadrado, mediante lo cual se determinara si la investigación es factible de realizarla.

De los datos obtenidos mediante la verificación de la encuesta en la Escuela de Educación Básica Eduardo Reyes Naranjo se tomó como referencias las preguntas N° 1 y 5 con sus respectivas respuestas.

Matriz de datos observados

Pregunta 5 ¿Considera usted que las habilidades locomotrices se pueden mejorar al momento de practicar los fundamentos técnicos del voleibol?	Pregunta 1 ¿Cree usted que en los deportes colectivos es necesario aplicar los juegos pre-deportivos?				
		SIEMPRE	CASI SIEMPRE	NUNCA	TMH
	SIEMPRE	17	2	1	20
	CASI SIEMPRE	15	9	5	29
	NUNCA	11	0	0	11
TMV	43	11	6	60	

Cuadro N° 14 Datos observados
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

Matriz de datos esperados

Pregunta 5 ¿Considera usted que las habilidades locomotrices se pueden mejorar al momento de practicar los fundamentos técnicos del voleibol?	Pregunta 1 ¿Cree usted que en los deportes colectivos es necesario aplicar los juegos pre deportivos?				
		SIEMPRE	CASI SIEMPRE	NUNCA	TMH
	SIEMPRE	17	2	1	20
	CASI SIEMPRE	15	9	5	29
	NUNCA	11	0	0	11
TMV	43	11	6	60	

Cuadro N° 15 Datos esperados
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

4.2.1 Modelo lógico

Ho: No hay relación significativa entre los juegos pre-deportivos y el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol de los estudiantes de séptimo año de educación básica de la Escuela “Eduardo Reyes Naranjo” Provincia Tungurahua, Cantón Ambato.

Hi: Si hay relación significativa entre los juegos pre-deportivos y el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol de los estudiantes de séptimo año de educación básica de la Escuela “Eduardo Reyes Naranjo” Provincia Tungurahua, Cantón Ambato.

4.2.2 Modelo matemático

Ho: $O = E$

Hi: $O \neq E$

4.2.3 Modelo estadístico

$$x^2 = \sum \frac{(O - E)^2}{E}$$

En donde:

x^2 = Chi Cuadrado

\sum = Sumatoria

O = Datos Observados

E = Datos Esperados

4.2.3.1 Regla de decisión

Se acepta la hipótesis nula si el valor del Chi cuadrado a calcularse es igual o menor a 9,4877, caso contrario se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

$$1 - 0,95 = 0,05; \alpha 0,05$$

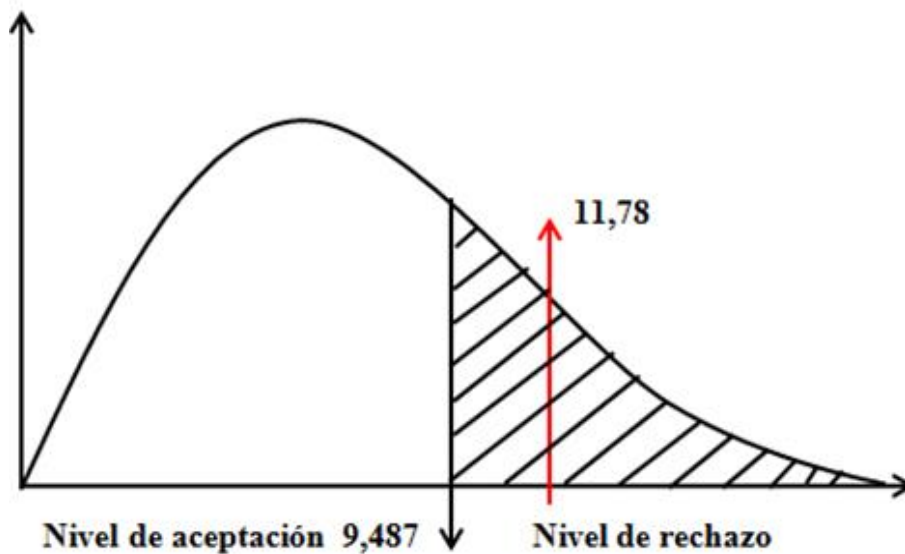
$$Gl = (c-1) (f-1)$$

$$Gl = (3-1) (3-1)$$

$$Gl = (2) (2)$$

$$Gl = 4$$

$$X^2_t = 0,05; 4gl = 9,487$$



4.2.3.2 Cálculo chi cuadrado

A continuación se presenta la tabla de información recolectada a través de las encuestas aplicadas a los estudiantes y docentes de la institución, así también los datos esperados y el resultado del Chi cuadrado.

Cálculo del Chi Cuadrado (χ^2)

O	E	O-E	O-E ²	O-E ² /E
17	14,33	2,67	7,11	0,50
15	20,78	-5,78	33,45	1,61
11	7,88	3,12	9,71	1,23
2	3,67	-1,67	2,78	0,76
9	5,32	3,68	13,57	2,55
0	2,02	-2,02	4,07	2,02
1	2,00	-1,00	1,00	0,50
5	2,90	2,10	4,41	1,52
0	1,10	-1,10	1,21	1,10
CHI CUADRADO				11,78

Cuadro N° 16 Cálculo del Chi Cuadrado
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

4.2.3.3 Conclusión del cálculo del chi cuadrado

Luego de realizar el proceso del cálculo estadístico del Chi Cuadrado, se puede afirmar que el valor de Chi Cuadrado calculado (χ^2_c) es de 11,78 y es superior al Chi Cuadrado tabular (χ^2_t) 9,487; se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa; es decir si hay relación significativa entre los juegos-pre deportivos y el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol de los estudiantes de séptimo año de educación básica de la Escuela “Eduardo Reyes Naranjo” Provincia Tungurahua, Cantón Ambato, demostrando de esta forma que la investigación es factible realizarse.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

Luego de haber finalizado el trabajo se ha llegado a concluir lo siguiente:

- En los deportes individuales se aplica de manera limitada los juegos-pre deportivos dando como consecuencia un bajo desarrollo de destrezas y habilidades debido a que en la planificación realizada por parte del docente no se implementa una serie de juegos que permitan al niño desenvolverse de forma óptima en el ámbito deportivo por consecuencia se genera desinterés y bajo rendimiento deportivo.
- Se determinó que en la aplicación de los juegos pre-deportivos no siempre se puede ir aplicando reglas compuestas debido a la complejidad de cada juego por lo que se debe establecer normas y reglas antes de ejecutar el juego para que se pueda cumplir con los objetivos planteados.
- Las habilidades locomotrices no siempre se pueden mejorar con la práctica de los fundamentos técnicos del voleibol debido a la incorrecta metodología de enseñanza o desconocimiento del mismo por parte del docente al momento de impartir las clases de cultura física, generando así un alto grado de desinterés por el estudiante al momento de realizar la práctica deportiva.

5.2 Recomendaciones

- En los deportes individuales se deben utilizar juegos pre-deportivos de acuerdo al deporte que se esté practicando ya que esto permitirá que el niño desarrolle de

forma óptima sus destrezas y habilidades y pueda tener un buen desempeño deportivo.

- Al momento de aplicar los juegos pre-deportivos el docente de cultura física debe establecer reglas y normas que permita al niño o deportista conocer sus límites y responsabilidades además de adquirir valores y respetar las reglas de juego que van encaminadas a incentivar deportista a practicar el juego limpio.
- En los planes de clase el docente de cultura física debe plantear y ejecutar juegos pre-deportivos que ayuden a iniciar la práctica de los fundamentos técnicos de voleibol además que dichos juegos contribuyan al desarrollo de habilidades locomotrices en los estudiantes para que a futuro este pueda alcanzar un nivel elevado de competencia.

CAPÍTULO VI

LA PROPUESTA

Título de la Propuesta.

Guía de juegos pre-deportivos, para el aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol

6.1 Datos informativos

Institución: Escuela de Educación Básica “Eduardo Reyes Naranjo”

Beneficiarios: Estudiantes de la Escuela Eduardo Reyes Naranjo

Ubicación: Camino del Rey y pasaje Sumaco

Cantón: Ambato

Provincia: Tungurahua

Tiempo estimado para la ejecución:

Inicio: Octubre 2014

Fin: Marzo 2015

Autor de la investigación: Wilson Fernando Freire Vaca

Tutor: Lic. Mg. Walter Geovanny Aguilar Chasipanta

6.2 Antecedentes de la propuesta

En la Escuela de Educación Básica Eduardo Reyes Naranjo de la ciudad de Ambato provincia de Tungurahua, luego de haber realizado la investigación correspondiente se ha podido verificar que no existe ningún trabajo relacionado a los juegos-pre deportivos en el aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol, debido a que los docentes no utilizan los juegos pre-deportivos como un recurso para el aprendizaje de los estudiantes y deportistas o simplemente no le toman mucha importancia a esta metodología, por lo tanto se propone realizar una guía de juegos pre-deportivos de voleibol en el cual se mejore y se desarrolle las capacidades físicas y coordinativas de los estudiantes por ende los estudiantes o deportista podrán desenvolverse de mejor manera a nivel competitivo.

6.3 Justificación

La guía de juegos pre-deportivos es de gran **importancia** debido a que está encaminado a que el estudiante pueda conocer, relacionarse y orientarse en el ámbito deportivo, además de adquirir una base sobre un deporte específico o el deporte que el estudiante o deportista requiera practicar.

Los **beneficiarios** directos serán los estudiantes del séptimo año de educación básica de la Escuela “Eduardo Reyes Naranjo”, quienes aprovecharán de esta investigación para mejorar el rendimiento deportivo, debido a que estarán motivados en aprender un nuevo deporte en base a los juegos pre-deportivos propuestos para las horas clase con el docente de educación física.

Es de gran **utilidad** debido a que la utilización de juegos pre-deportivos en horas clase por parte del docente generará en los estudiantes interés por realizar actividad física y tenga predisposición por aprender un nuevo deporte y adquirir nuevos conocimientos, además que el estudiante tendrá un buen rendimiento deportivo.

El **impacto** que tendrá la presente propuesta es promover los juegos pre-deportivos para un correcto aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol de los estudiantes del séptimo año de educación básica de la escuela Eduardo Reyes Naranjo

6.4 OBJETIVOS

6.4.1 Objetivo general

Diseñar una guía de juegos pre-deportivos, para el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol de los estudiantes del séptimo año de educación básica de la Escuela Eduardo Reyes Naranjo de la ciudad de Ambato.

6.4.2 Objetivos específicos

- Socializar en los docentes de cultura física la guía de juegos pre-deportivos para el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol.
- Aplicar la guía de juegos pre-deportivos para mejorar el aprendizaje de los fundamentos técnicos en el voleibol.
- Evaluar el conocimiento adquirido y el impacto generado en los estudiantes la aplicación de juegos pre-deportivos en el aprendizaje de fundamentos técnicos del voleibol.

6.5 Análisis de Factibilidad

La presente propuesta de investigación es factible gracias al apoyo incondicional tanto de docentes y autoridades de la institución, ya que sin el apoyo de los mencionados anteriormente no se podría realizar la propuesta planteada, generando así continuidad en este deporte ya que si se realiza la guía de juegos pre-deportivos

planteada permitirá mejorar y desarrollar de mejor manera sus destrezas y habilidades dentro del voleibol, obteniendo así un nivel deportivo aceptable en los estudiantes. Además que se cuenta con un sustento económico para poder realizar dicha propuesta.

6.6 Fundamentación Científica

Juegos pre-deportivos

Están enfocados a facilitar el aprendizaje de normas, reglas y movimientos técnicos que permiten lograr satisfacción y disfrute a quienes lo realizan debido a que se desarrollan habilidades y destrezas deportivas.

El juego pre-deportivo establece, reglas, técnicas y tácticas del juego acorde al deporte que se requiera practicar además no sólo sirve para el juego deportivo; dependiendo de la edad, el lugar y de las condiciones en que se presente puede tener sentido la utilización del juego como motivación e integración en horas clase.

La manera correcta para la elaboración de la presente investigación desde un punto de vista personal está basada en los juegos pre-deportivos debido a que poseen múltiples estímulos que favorecen el desarrollo armónico e integral de los estudiantes por consiguiente se plasman los conceptos siguientes:

Los juegos pre-deportivos son juegos recreativos debido a que contienen reglas simples previamente establecidas a la etapa de desarrollo escolar, especialmente haciendo énfasis en aquellos aspectos tanto motrices, como cognitivos y sociales, que se hallan presentes en los deportes colectivos.

Los juegos pre-deportivos son una variante del deporte dirigidos más hacia el juego ya que tiene como finalidad facilitar el aprendizaje de manera más sencilla y progresiva y que no necesariamente debe de contener lo específico de cada deporte,

cuyo contenido, estructura, y propósito permite la adquisición de ciertas destrezas motoras que sirven de base para el desarrollo de habilidades deportivas.

El juego pre-deportivo es la acción del trabajo individual y colectivo regido por reglas ya establecidas con anterioridad, por lo tanto los practicantes deberán desenvolverse óptimamente antes, durante y después de haber participado del juego, por lo general los juegos pre-deportivos se utilizan con niños y deportistas en aprendizaje.

Los juegos pre deportivos están constituidos por los juegos menores debido a que se caracterizan por sus movimientos, acciones y habilidades primarias que sirven de base para la adaptación de habilidades deportivas, además las reglas de estos juegos pre-deportivos son semejantes a las del juego deportivo y en ocasiones son idénticos con la idea parcial o total de un juego que brinda la imagen concordante con un determinado deporte.

Los juegos pre-deportivos son aquellos que requieren de habilidades locomotrices y no locomotrices de los deportes, su práctica es muy recomendable debido a que ayudan a preparar y orientar a los deportistas hacia la práctica de un deporte en sí, además dota de una serie de recursos físicos que les permite desenvolverse de una manera más efectiva en cualquiera de ellos, principalmente en deportes que se juegan con un balón (fútbol, balonmano, baloncesto, voleibol).

Los juegos pre deportivos son recomendables como guía y orientación para los niños que comienzan a practicar cualquier deporte, debido a que se genera en el niño interés por aprender un nuevo deporte, fundamentalmente los juegos pre deportivos aportan una serie de recursos físicos y técnicos.

Importancia de los juegos pre- deportivos

Brindan el marco ideal para la indagación de los comportamientos sociales y motrices, necesarios para el desarrollo de la inteligencia táctica y estratégica que permitan avanzar y solucionar un problema. Los juegos pre deportivos son una base previa antes de empezar a aprender un deporte se pueden clasificar en función del

tipo de habilidades que desarrollen. García-Fojeda (1987) distingue principalmente dos tipos:

- Juegos Pre deportivos Genéricos: desarrollan habilidades comunes a varios deportes.
- Juegos Pre deportivos Específicos: desarrollan alguna de las habilidades específicas de un deporte específico.

Los juegos pre-deportivos en las clases de educación física

Es una forma lúdica motora, fundamental en el ser humano debido a que permiten vivir experiencias entre el juego y el deporte preparando así al niño para enfrentar responsabilidades en la sociedad y que son el resultado de la adaptación de los juegos pre deportivos con una complejidad estructural y funcional mucho menor; su contenido, estructura y propósito permiten el desarrollo de destrezas y habilidades deportivas ya que contienen mucha relación con alguna disciplina deportiva.

Los juegos pre deportivos pueden ser aplicados en el campo de la educación física, la recreación y los deportes debido a que se encuentra estrechamente relacionados en el ámbito educativo y deportivo debido a que permitiendo así fomentar valores en el ser humano.

Con este modelo de juegos se prepara al estudiante para el camino hacia la práctica del deporte, mientras tanto el docente organiza una variada gama de juegos pre deportivos que aplicados de forma correcta, pueden satisfacer las necesidades requeridas por el estudiante de manera divertida y espontánea en el periodo de formación físico mental y físico-deportiva escolar.

Los juegos pre deportivos están basados en la iniciación de habilidades deportivas y en el aprendizaje de deportes concretos, son una forma de aprendizaje e iniciación deportiva, debido a que permiten al deporte convertirse en juegos más sencillos que pueden ir generando variantes y adaptando nuevas reglas al juego. Basándonos en las características que presentan los juegos pre deportivos, se puede decir que permiten la evolución del contenido de aprendizaje social de manera más contundente

debido a que se van adaptando progresivamente más reglas lo que hace que el estudiante o deportista adquieran nuevas destrezas, respete las normas establecidas y haga prevalecer los intereses del grupo por encima de los personales.

En las clases de educación física, como docentes debemos buscar con los estudiantes cumplir los siguientes objetivos al momento de ejecutar los juegos pre deportivos.

Objetivos de los juegos pre-deportivos

- **Dominio** de las capacidades motrices (correr, saltar) etc.
- **Ejecución** global de los elementos técnicos.
- **Iniciación** al aprendizaje técnico-táctico del deporte.
- **Conocimiento básico** de las reglas del deporte.

Por medio de la práctica de los juegos pre-deportivos se pueden desarrollar capacidades y habilidades motoras, al mismo tiempo que la necesidad de jugar en equipo fomentan las relaciones de grupo y personal, por lo que se constituyen en un medio formativo por excelencia en la iniciación deportiva.

Para poder cumplir todas las expectativas y aceptación por parte de los estudiantes en lo que se refiere a la práctica de los juegos pre-deportivos se debe tener en cuenta una serie de consideraciones por parte del docente de Educación Física:

- Deben ser variados.
- Ser adaptables.
- Poseer una amplia gama de variables
- Fomentar un proceso interno de aprendizaje.
- Fomentar el descubrimiento.

6.7 Metodología

La metodología de la guía de juegos pre-deportivos de voleibol para el aprendizaje de los fundamentos técnicos en los estudiantes se desarrollará de la siguiente manera:

Se realizara una guía de juegos pre deportivos de voleibol, para el aprendizaje de los fundamentos técnicos.

Donde se desarrollarán una serie de juegos pre deportivos de voleibol que nos ayuden en el aprendizaje de los fundamentos técnicos durante las prácticas y competencias.

Donde se observarán las cualidades más importantes de los estudiantes y poder aprovecharlas para su propio desarrollo.

Esta guía contará con juegos pre deportivos que permitan familiarizarse con los fundamentos técnicos de voleibol además de desarrollar habilidades y destrezas necesarias para la práctica de este deporte.

GUÍA DE JUEGOS PRE-DEPORTIVOS PARA EL APRENDIZAJE DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE VOLEIBOL



FERNANDO FREIRE

Ambato - 2015

INTRODUCCIÓN

Los juegos pre deportivos es uno de los métodos de aprendizaje fácil y divertido que busca generar en los deportistas y estudiantes interés y motivación hacia la práctica de algún deporte en general, además es considerada como una base fundamental para introducir al deportista a practicar un deporte específico que le permitan desarrollar habilidades y destrezas del deporte que desee practicar, se consideran una serie de pasos sistemáticos que buscan establecer reglas y fomentar valores educativos en los estudiantes.

“La gloria es ser feliz, la gloria no es ganar aquí o allí, la gloria es disfrutar practicando cada día, disfrutar trabajando duro, intentando ser mejor jugador que antes”.

Rafael Nadal.

El Calentamiento Físico:

El calentamiento físico está basado en la realización de ejercicios que ayudan a los músculos y articulaciones del cuerpo a prepararse para lograr un correcto rendimiento físico y deportivo teniendo como objetivo principal evitar cualquier contracción muscular o lesión en alguna parte del cuerpo, cabe destacar que al calentamiento físico también se lo suele llamar como calentamiento deportivo.

Calentamiento físico general:

El calentamiento general es la parte más importante y esencial que el deportista debe realizar antes de cualquier práctica deportiva además tendrá una duración aproximada de 5 o 10 minutos, iniciando con una serie de ejercicios que permitan poner en marcha al organismo y adaptarlo para que pueda resistir una carga determinada, además que permite al deportista elevar su temperatura corporal y sus pulsaciones teniendo como objetivo principal disminuir el riesgo de lesiones y tener un mejor desempeño en la práctica deportiva.

Calentamiento articular:

Conocido también como lubricación debido a la capacidad del movimiento de las articulaciones de nuestro cuerpo permitiendo así prepararlo para realizar movimientos de gran esfuerzo sin recibir daño alguno y evitar molestias o futuras lesiones se puede realizar movimientos articulares siguiendo un orden lógico, la mejor manera de realizar movimientos articulares es de forma ascendente o descendente.



<http://www.definicionabc.com/deporte/calentamiento-fisico.php>
<http://www.ejerciciosyentrenamiento.com/el-calentamiento-fisico.html>

1.- Movimientos articulares para el cuello

Inclinación del cuello de derecha a izquierda.



Flexión.



Extensión.



Rotación del cuello de izquierda a derecha y viceversa.



Cuadro N° 17 Movimientos articulares para el cuello
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

2.-Movimientos articulares para los hombros.

Rotación interna o movimiento hacia delante



Rotación externa hacia atrás



Abducción o alejamiento



Aducción o acercamiento



Cuadro N° 18 Movimientos articulares para los hombros
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

Flexión del hombro



Extensión del hombro



Cuadro N° 18 Movimientos articulares para el cuello
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

3.- Movimientos articulares para los codos.

Flexión de codos



Extensión de codos



Rotación interna



Rotación externa



Cuadro N° 19 Movimientos articulares para los codos
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

4.- Movimientos articulares para las muñecas

Abducción o alejamiento



Aducción o acercamiento



Flexión dorsal



Flexión palmar



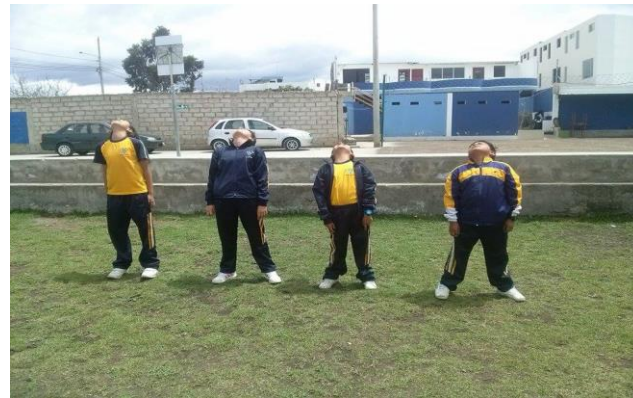
Cuadro N° 20 Movimientos articulares para las muñecas
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

5.- Movimientos articulares para el tronco.

Flexión



Extensión



Inclinación hacia la izquierda



Inclinación hacia la derecha



Cuadro N° 21 Movimientos articulares para el tronco
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

Rotación a la izquierda



Rotación a la derecha



Cuadro N° 22 Movimientos articulares para el tronco
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

5.- Movimientos articulares para las rodillas

Flexión



Extensión



Cuadro N° 23 Movimientos articulares para las rodillas
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

6.- Movimientos articulares para los tobillos

Flexión dorsal



Flexión plantar



Inversión de tobillos



Eversión de tobillos



Cuadro N° 24 Movimientos articulares para los tobillos
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

Calentamiento dinámico

1.- Empezamos con caminata alrededor de la cancha.



2.- Luego empezamos a subir el ritmo con trote lento.



3.- Trotamos elevando rodillas hacia el pecho.

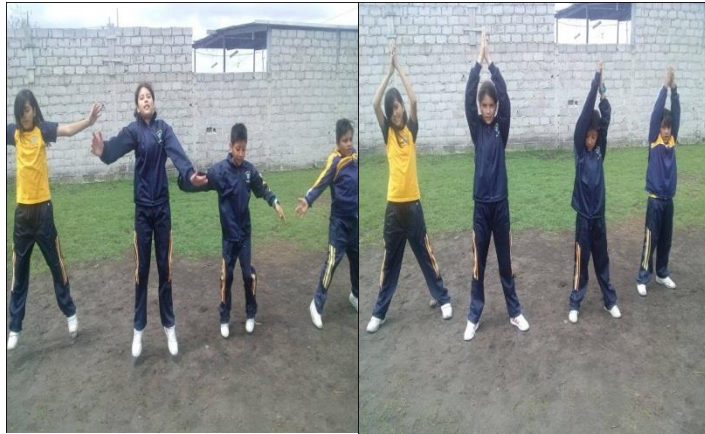


4.- Trotamos elevando talones a los glúteos.



Cuadro N° 25 Calentamiento dinámico
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

5.- Trotando realizamos poli chilenos.



6.- Trotando realizamos cruce de pies adelante y atrás.



7.- Trotamos y cada tres pasos saltamos.



8.- Realizamos alargues o piques.



Cuadro N° 26 Calentamiento dinámico
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca


9.- Volvemos a la calma con trote lento.



10.- Por ultimo caminamos y nos recuperamos.




Cuadro N° 27 Calentamiento dinámico
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca


LA LLEVADA	
OBJETIVO FÍSICO: Ambientación y percepción del balón.	
VALOR A DESARROLLAR: Fomentar el trabajo en grupo.	
NÚMERO DE ESTUDIANTES: 30	REGLA: Gana el equipo que culmine primero el juego.
LUGAR: Patio	TIEMPO: 15´
MATERIALES: Conos y balones	
ORGANIZACIÓN: Se Forma dos grupos, colocados uno de tras del otro en la posición sentados de espaldas a la línea de salida, el primero con el balón.	
DESARROLLO DEL JUEGO: A la señal del silbato el primero de cada grupo sale evadiendo los conos hasta la mitad de la cancha, seguido tendrá que ir empujando el balón con la yema de los dedos y la palma de la mano a ras de piso hasta el otro extremo de la cancha, donde tendrá que regresar por detrás de los conos pero con la mano cambiada y dejar nuevamente el balón en el centro de la cancha para luego salir corriendo por un lado de los conos y darle la posta a su compañero quien realizará lo mismo.	
	

Cuadro N° 28 La llevada


Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

LLEVADA CON CAMBIO DE MANO	
OBJETIVO FÍSICO: Desarrollar la saltabilidad y control del balón.	
VALOR A DESARROLLAR: Potencializar las relaciones del grupo.	
NÚMERO DE ESTUDIANTES: 30	REGLA: Gana el equipo que finalice primero el juego.
LUGAR: Patio	TIEMPO: 25´
MATERIALES: Conos y balones	
ORGANIZACIÓN: Se forma dos o tres grupos depende del número de participantes que se encuentren los cuales deberán estar ubicados uno de tras del otro el primero con el balón.	
DESARROLLO DEL JUEGO: A la señal el primero de cada equipo deberá saltar por cada uno de los conos con dos pies seguido deberá ir empujando el balón con la yema de los dedos y la palma de la mano a ras de piso de un lado al otro alternando de mano hasta el otro extremo, donde tendrán que dar la vuelta por detrás de los conos y regresar corriendo y dejar el balón en el centro de la cancha para luego salir corriendo a darle la mano a su compañero para que realice lo mismo.	
	


Cuadro N° 29 La llevada con cambio de mano
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

OCHO LOCO	
OBJETIVO FÍSICO: Desarrollar la coordinación.	
VALOR A DESARROLLAR: Fomentar el compañerismo.	
NÚMERO DE ESTUDIANTES: 30	REGLA: Gana el equipo que finalice primero el juego.
LUGAR: Patio	TIEMPO: 25´
MATERIALES: Balones	
ORGANIZACIÓN: Se forma dos grupos de seis personas ubicados uno detrás del otro, el primer participante con el balón.	
DESARROLLO DEL JUEGO: A la señal el primero de cada grupo sale formando ochos con el balón entre sus piernas hasta la línea central donde dejaran el balón y saldrán corriendo a toda velocidad hasta la línea de fondo, tocan la línea y regresan nuevamente a tomar el balón para continuar haciendo ochos y entregarle a su compañero quien realizar lo mismo.	
	


Cuadro N° 30 Ocho Loco
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

SI SE VA VIENE	
OBJETIVO FÍSICO: Ejecutar desplazamientos y pases con balón.	
VALOR A DESARROLLAR: Fomentar el respeto	
NÚMERO DE ESTUDIANTES: 30	REGLA: Gana el equipo que finalice primero el juego.
LUGAR: Patio	TIEMPO: 25´
MATERIALES: Balones y conos.	
ORGANIZACIÓN: Se forma 3 grupos de 10 participantes cada uno, los cuales irán ordenados uno detrás del otro en parejas en el centro de la cancha con frentes diferentes los primeros de cada grupo con el balón.	
DESARROLLO DEL JUEGO: A la señal del silbato los primeros de cada equipo saldrán realizando pases frente a frente con desplazamientos laterales hacia el otro extremo de la cancha donde toparán la línea de fondo y regresarán a velocidad cogidos de las manos a entregarle el balón a sus compañeros quienes harán lo mismo.	
	


Cuadro N° 31 Si se va viene
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

ZIGZAG	
OBJETIVO FÍSICO: Coordinación con el balón en movimiento.	
VALOR A DESARROLLAR: Respetar las reglas y normas establecidas	
NÚMERO DE ESTUDIANTES: 30	REGLA: Gana el equipo que finalice primero el juego.
LUGAR: Patio	TIEMPO: 25´
MATERIALES: Balones y conos.	
ORGANIZACIÓN: Se forma 3 grupos de 10 personas de, ubicados uno detrás del otro en la línea inicial el primero con el balón para iniciar el juego.	
DESARROLLO DEL JUEGO: A la señal los primeros de cada equipo saldrán boteando el balón hasta la media cancha donde tendrán que ir evadiendo los conos boteando el balón en forma de zigzag hasta el otro extremo deberán regresar por un costado de los conos boteando el balón y entregarle a su compañero quien realizará es mismo procedimiento.	
	


Cuadro N° 32 Zigzag
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

ENCESTA Y GANA	
OBJETIVO FÍSICO: Desarrollar la motricidad gruesa a través de movimiento con el balón.	
VALOR A DESARROLLAR: Generar seguridad y confianza.	
NÚMERO DE ESTUDIANTES: 30	REGLA: Gana el equipo que finalice primero el juego.
LUGAR: Patio	TIEMPO: 30´
MATERIALES: Balones y conos.	
ORGANIZACIÓN: Se forma dos hileras de 15 participantes formados en el centro de la cancha con frentes diferentes el primero con el balón.	
DESARROLLO DEL JUEGO: El juego dará inicio a la señal del profesor, el participante con el balón sale realizando voleos o golpe de dedos hasta una línea determina ubicada al frente del aro al llegar a la línea los participantes deberán encestar el balón realizando voleos o golpe de dedos una vez enceestado el participante deberá coger el balón y regresar corriendo a entregarle el balón a su compañero quien realizar lo mismo.	
	


Cuadro N° 33 Encesta y gana
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

TORITO VOLADOR	
OBJETIVO FÍSICO: Lanzamientos de balón y control del espacio.	
VALOR A DESARROLLAR: Generar autoconfianza y el trabajo colectivo.	
NÚMERO DE ESTUDIANTES: 30	REGLA: Gana el equipo que realice los 20 voleos.
LUGAR: Patio	TIEMPO: 25´
MATERIALES: Balones	
ORGANIZACIÓN: Se forma 2 grupos de 15 personas que deberán formar una circunferencia con sus participantes, uno de los participantes de cada grupo pasará al otro y tratara de bloquear o quitar el balón.	
DESARROLLO DEL JUEGO: A la señal del profesor, los grupos empezarán a realizar pases en distintas direcciones del círculo a su vez el participante del otro equipo tratará de evitar que el equipo contrario realice los 20 voleos y puedan ganar el juego, si el balón llegase a caer al piso o es tocado por el participante del equipo contrario el conteo de los pases deberá empezar desde cero.	
	


Cuadro N° 34 Torito Volador
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

SALTO DE CANGURO	
OBJETIVO FÍSICO: Ejecución de saltos y desplazamientos.	
VALOR A DESARROLLAR: La comunicación a través de estrategias de grupo.	
NÚMERO DE ESTUDIANTES: 30	REGLA: Gana el equipo que finalice primero el juego.
LUGAR: Patio	TIEMPO: 25´
MATERIALES: Balones	
ORGANIZACIÓN: Se forman 2 equipos colocados en hilera, en cuadrúpeda y separados unos de otros a 2 metros de distancia el capitán ira sobre la línea de salida y otro detrás de la red que está ubicada en el centro de la cancha a una altura de 2metros.	
DESARROLLO DEL JUEGO: Se dará inicio al juego a la señal del silbato el capitán se levanta y corre saltando sobre sus compañeros hasta llegar a la red donde tendrán que saltar y tratar de bloquear el balón que será enviado por su compañero por encima de la red luego de haber bloqueado deberá regresar velocidad a darle la mano a su próximo compañero quien hará lo mismo.	
	


Cuadro N° 35 Salto de canguro
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

EL TOQUE TOQUE	
OBJETIVO FÍSICO: Golpe de antebrazo con desplazamientos laterales.	
VALOR A DESARROLLAR: Motivar a la práctica del deporte.	
NÚMERO DE ESTUDIANTES: 30	REGLA: Gana el equipo que finalice primero el juego.
LUGAR: Patio	TIEMPO: 25´
MATERIALES: Balones y conos.	
ORGANIZACIÓN: Se forma 2 equipos que estarán ubicados en hilera y en parejas, los participantes irán ubicados uno en la línea de salida y el otro irá ubicado adelante de los conos que se encuentran a dos metros de la línea de salida.	
DESARROLLO DEL JUEGO: A la señal del profesor el participante que se encuentra ubicado en la línea de salida sale corriendo a tocar los conos primero de adelante hacia atrás y de izquierda a derecha, seguido saldrá con su compañero que se encuentra con el balón realizando golpes de antebrazo hasta llegar a la mitad de la cancha, deberán regresar de la misma forma y entregar el balón a sus compañeros para que realicen lo mismo.	
	


Cuadro N° 36 El toque toque
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

VOLEIBOL TENIS	
OBJETIVO FÍSICO: Ejecución del golpe bajo con dirección.	
VALOR A DESARROLLAR: La creatividad y la honestidad.	
NÚMERO DE ESTUDIANTES: 30	REGLA: Gana el equipo que obtenga primero 20 puntos.
LUGAR: Patio	TIEMPO: 35´
MATERIALES: Balones y red.	
ORGANIZACIÓN: Se forman equipos de 6 personas que estarán ubicados en la cancha de voleibol, la red irá ubicada a la altura de 1 metro.	
DESARROLLO DEL JUEGO: A la señal el participante realizará la batida y dará inicio al juego las reglas de juego son similares a las de voleibol pero se jugará solo con golpe bajo o de antebrazo donde el jugador deberá ingeniársela y dar dirección al balón para conseguir el punto.	
	


Cuadro N° 37 Voleibol tenis
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

TUMBA LOS CONOS	
OBJETIVO FÍSICO: Ejecución del saque con dirección.	
VALOR A DESARROLLAR: La motivación e interés hacia la práctica deportiva.	
NÚMERO DE ESTUDIANTES: 30	REGLA: Gana el equipo que tumbe primero los conos.
LUGAR: cancha de ecuavoley	TIEMPO: 25´
MATERIALES: Balones y conos.	
ORGANIZACIÓN: Se forma dos equipos de 15 personas los cuales deberán estar ubicados en hilera en la cancha de voleibol.	
DESARROLLO DEL JUEGO: A la señal del profesor el primer participante del equipo ganador del sorteo deberá realizar el primer saque dándole dirección al balón para tratar de tumbar uno de los conos que estarán asentados al otro lado de la cancha, los saques se ira alternando uno por equipo hasta cumplir los diez saques o batidas.	
	


Cuadro N° 38 Tumba los conos
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

LOS QUEMADOS	
OBJETIVO FÍSICO: Reacción y control corporal.	
VALOR A DESARROLLAR: Fomentar el juego limpio.	
NÚMERO DE ESTUDIANTES: 30	REGLA: Gana el equipo que primero haya quemado a todos los participantes del equipo contrario.
LUGAR: Patio	TIEMPO: 30´
MATERIALES: Balones y conos	
ORGANIZACIÓN: Se forman dos equipos de 15 personas ubicados en la cancha, separados por una línea en el centro de 50 cm de ancho donde estarán asentados los balones a lo largo de la línea.	
DESARROLLO DEL JUEGO: A la señal del silbato cada equipo saldrá corriendo a coger los balones y alejarse rápidamente de la línea de centro, para luego tratar de quemar a los integrantes del grupo contrario lanzándose el balón por lo que el contrincante tendrá que esquivar y tratar de que no les quemem.	
	


Cuadro N° 39 Los quemados
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

EL PASA MANO	
OBJETIVO FÍSICO: Control y dominio del espacio con el balón.	
VALOR A DESARROLLAR: Potencializar las estrategias deportivas y la creatividad.	
NÚMERO DE ESTUDIANTES: 30	REGLA: Gana el equipo que finalice primero el juego.
LUGAR: Patio	TIEMPO: 25´
MATERIALES: Balones	
ORGANIZACIÓN: Se forma 2 grupos de 15 personas ubicadas en hilera detrás de la línea de salida, el capitán con balón.	
DESARROLLO DEL JUEGO: A la señal el capitán pasara el balón a su compañero hacia tras sobre su cabeza hasta llegar al último de sus compañeros quien deberá salir corriendo a velocidad hasta la mitad de la cancha donde tendrá que realizar 5 golpes de dedos por encima de la red de un lado al otro sin dejar de caer el balón, una vez realizado los voleos deberá atrapar el balón y regresar corriendo a ubicarse primero en su equipo y pasar el balón de la misma forma para que su compañero realice lo mismo.	
	


Cuadro N° 39 El pasa mano
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

ATRAPANDO AL CONEJO	
OBJETIVO FÍSICO: Desarrollar la capacidad de reacción y de velocidad.	
VALOR A DESARROLLAR: Fortalecer el trabajo individual.	
NÚMERO DE ESTUDIANTES: 30	REGLA: Gana el equipo que obtenga más puntos.
LUGAR: Patio	TIEMPO: 25´
MATERIALES: Balones	
ORGANIZACIÓN: Se forma dos equipos ubicados en hilera el primero colocado en el piso en cúbito ventral o boca bajo.	
DESARROLLO DEL JUEGO: Una vez ubicado los capitanes en sus posiciones el docente dará inicio al juego lanzando los balones a ras de piso, el estudiantes deberá ponerse de pie y salir corriendo a coger el balón para luego regresar a toda velocidad y entregarle el balón a su profesor el primero que llegue ganará el punto.	
	

Cuadro N° 40 Atrapando al conejo
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

LANZANDO LA PELOTA	
OBJETIVO FÍSICO: Fortalecimiento de brazos y posiciones en el juego.	
VALOR A DESARROLLAR: Diversión y aprendizaje.	
NÚMERO DE ESTUDIANTES: 30	REGLA: Gana el juego el equipo que tenga 25 puntos.
LUGAR: Cancha de ecuavoley	TIEMPO: 35´
MATERIALES: Balones y red.	
ORGANIZACIÓN: Se forma dos equipos de 15 personas por lado que irán ubicados en la cancha de voleibol.	
DESARROLLO DEL JUEGO: A la señal del silbato el capitán dará inicio al juego realizando el saque con golpe de dedos, las reglas son iguales que las de voleibol a diferencia que el balón será lanzado con una o dos manos tratando de que el balón caiga en el piso del equipo contrario, la rotación del equipo deberá ir en el mismo sentido de las manillas del reloj.	
	

Cuadro N° 41 Lanzando la pelota
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

AMARRA EL PAÑUELO Y GANA	
OBJETIVO FÍSICO: Desarrollar las destrezas motoras y coordinativas.	
VALOR A DESARROLLAR: la concentración y habilidad mental.	
NÚMERO DE ESTUDIANTES: 30	REGLA: Ganará el juego el equipo que primero haya amarrado todos los pañuelos.
LUGAR: Patio	TIEMPO: 25´
MATERIALES: Pañuelos, conos y palos de escoba.	
ORGANIZACIÓN: Se forma dos equipos ubicados en hilera detrás de la línea de salida.	
DESARROLLO DEL JUEGO: A la señal el primero de cada grupo saldrá corriendo hasta los obstáculos donde deberán atravesarlos saltando de dos pies lo más rápido posible para luego llegar al otro extremo y amarrar el pañuelo en uno de los tubos del arco y regresar rápidamente por un lado de los obstáculos para darle la posta a su compañero quien realizará lo mismo.	
	


Cuadro N° 42 Amarra el pañuelo y gana
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

EL REVENTADOR	
OBJETIVO FÍSICO: Desarrollar la habilidad de salto y coordinación de ojos pies y manos.	
VALOR A DESARROLLAR: Incrementar actitudes positivas hacia la práctica deportiva.	
NÚMERO DE ESTUDIANTES: 30	REGLA: Ganará el juego el equipo que realice y reviente correctamente más globos.
LUGAR: Cancha de ecuavoley	TIEMPO: 30´
MATERIALES: Red y globos	
ORGANIZACIÓN: Se forma dos grupos en hilera detrás de la línea de salida en posición sentados, en el centro de la cancha se encontrará una red ubicada a una altura de 1.50 metros en la que irán amarrados los globos.	
DESARROLLO DEL JUEGO: A la señal del silbato los capitanes se levantarán y saldrán corriendo a saltar los conos con dos pies una vez atravesado los conos deberán correr, saltar y tratar de reventar un globo una vez reventado el globo deberá regresar a velocidad a darle el relevo a su compañero quien realizará lo mismo.	
	


Cuadro N° 43 El reventador
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

TIRO AL BLANCO	
OBJETIVO FÍSICO: Desarrollar la habilidad de lanzamiento y coordinación de ojos y manos.	
VALOR A DESARROLLAR: Incrementar la autoconfianza.	
NÚMERO DE ESTUDIANTES: 30	REGLA: Ganará el juego el equipo que haya tumbado la mayor cantidad de conos correctamente.
LUGAR: Cancha de ecuavoley	TIEMPO: 30´
MATERIALES: Conos y balones	
ORGANIZACIÓN: Se forma 3 grupos de 10 personas detrás de la línea de ataque en hileras, en la línea de centro irán colocados los conos uno a lado del otro.	
DESARROLLO DEL JUEGO: A la señal los participantes de cada grupo tratarán de tumbar los conos realizando el remate. Los alumnos de cada grupo rotan hasta que todos han realizado de 3 a 5 remates según el número fijado anteriormente.	
	

Cuadro N° 44 Tiro al Blanco
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

SAQUE CON DIRECCIÓN	
OBJETIVO FÍSICO: Desarrollar la coordinación y el saque con dirección.	
VALOR A DESARROLLAR: Incrementar el trabajo colectivo.	
NÚMERO DE ESTUDIANTES: 30	REGLA: Ganará el juego el equipo que mejor realice los saques direccionando el balón hacia su compañero.
LUGAR: Patio	TIEMPO: 30´
MATERIALES: Balones	
ORGANIZACIÓN: Se forman 3 grupos de 10 personas repartidos 5 por cada lado y ubicados frente a frente, irán separados a 10 metros de distancia el primero con el balón	
DESARROLLO DEL JUEGO: A la señal el primer alumno con balón realizará un saque de abajo a su compañero de enfrente seguido deberá ubicarse al final de la fila. El alumno que recibe el balón realizará lo mismo y así sucesivamente hasta que culminen todos los integrantes del grupo.	
	

Cuadro N° 45 Saque con dirección
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

TIRO FIJO	
OBJETIVO FÍSICO: Desarrollar las capacidades coordinativas y el control del saque con balón.	
VALOR A DESARROLLAR: Fortalecer el trabajo individual.	
NÚMERO DE ESTUDIANTES: 30	REGLA: Ganará el juego el equipo que haya anotado mas puntos.
LUGAR: Cancha de ecuavoley	TIEMPO: 30´
MATERIALES: Balones y conos.	
ORGANIZACIÓN: Se forman tres grupos ubicados en hilera detrás de la línea de saque los primeros con el balón, en el centro de la cancha se encontrará una red ubicada a la altura de 2 metros, en el otro lado de la cancha se ubicara un cono como blanco fácil para los participantes.	
DESARROLLO DEL JUEGO: A la señal los participantes irán realizando los saques por turnos enviando el balón por encima de la red y tratando de tumbar el cono, el participante que logre tumbar el cono irá sumando un punto para su equipo.	
	

Cuadro N° 46 Tiro fijo
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

6.7.1 Modelo Operativo

FASES	OBJETIVOS	ESTRATEGIAS	RECURSOS	RESPONSABLES	FECHAS	EVALUACIÓN
Socialización	Socializar con los niños sobre los juegos pre-deportivos en las clases de educación física	Reuniones Charlas de Trabajo	Hojas de evaluación Computadora Diapositivas	Investigador: Fernando Freire	Primera semana de marzo	Aplicación de instrumentos de evaluación (encuesta)
Planificación	Planificar las fechas de la implementación de los juegos pre-deportivos en las clases de educación física	Elaboración de series para ejercicios	Hojas Computadora Impresora	Investigador: Fernando Freire	Segunda semana de marzo	Aplicación de instrumentos de evaluación
Ejecución	Ejecutar la aplicación de la propuesta	Práctica de los juegos pre-deportivos en las clases de educación Física	canchas Silbato Instrumentos	Investigador: Fernando Freire	Los meses asignados para la rutina de los juegos	Evaluar los juegos pre-deportivos.
Evaluación	Evaluar la guía de juegos pre-deportivos, para el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol en las clases de educación física	Aplicación de los juegos pre-deportivos	Patio Silbato Instrumentos	Autor del proyecto/ estudiantes/ profesores	Al finalizar la rutina de los juegos	Evaluar la Práctica de los juegos pre-deportivos

Cuadro N° 47 Modelo operativo
Elaborado por: Wilson Fernando Freire Vaca

6.8 Administración

La propuesta será administrada y dirigida por el Investigador, maestros, tutor, estudiantes quienes serán los responsables de tener claro los objetivos y logros a desempeñarse para la ejecución de la propuesta establecida.

Se socializará mediante la ejecución de una guía de juegos pre-deportivos, en la cual tendrán participación activa de los estudiantes los cuales forman parte de la investigación.

Esto se podrá llevar a cabo a través de la entrega de una copia de la guía de juegos pre-deportivos al docente que forma parte de la investigación.

6.9 Previsión de la Evaluación

La evaluación será flexible, participativa, permanente, además se realizará mediante una evaluación inicial y diagnóstica, para luego proceder con la evaluación formativa.

PREGUNTAS BÁSICAS	EXPLICACIÓN
1. ¿Qué evaluar?	La aplicación de las actividades de cada fase de práctica
2. ¿Por qué evaluar?	Porque es necesario determinar el impacto de la propuesta
1. ¿Para qué evaluar?	Para alcanzar los objetivos planteados en la propuesta
4. ¿Quién evalúa?	El investigador Fernando Freire
5. ¿Cuánto evaluar?	Evaluación formativa mensual
6. ¿Con qué evaluar?	Encuesta

Cuadro 48 Previsión de la evaluación
Elaborado por: Fernando Freire

BIBLIOGRAFÍA

Blázquez Sánchez (1992). La iniciación deportiva y el deporte escolar. Barcelona: España.

Cagigal, J.M (1996). Obras selectas. (Volumen I). Cádiz: COE.

Camerino, (2008). Deporte recreativo. Inde. Barcelona.

Christine Chevalier, (15-09-2015) Recuperado: <https://es.wikipedia.org/wiki/Ocio>.

García-Fojeda, (1987) El juego predeportivo en la Educación Física y el deporte. Madrid, Pila Teleña.

Gutton, P (1982). El juego de los niños. Barcelona: Hogar del libro. (Edición original de 1973).

Huizinga (1938). El juego como fundamento de la cultura. Reimpreso en Madrid: Alianza libro de Bolsillo.

Lopategui Cosino, E. (15-09-2015) Ciencias de la salud y del movimiento. Recuperado de: www.monografias.com/trabajos82/actividades-fisicas-jovenes-tiempo-libre/actividades-fisicas-jovenes-tiempo-libre2.shtml.

Meléndez Brau, Nelson (1999). Introducción al Estudio de la Recreación. San Juan, Puerto Rico: Centro de Estudio del Tiempo Libre Inc. (pp. 15-20, 137-146, 267).

Miguel Ángel García – Fogeda, (1982) El juego pre deportivo en la educación física y el deporte. Madrid, Pag.86-93

Moragas, M. (1992). Los juegos de la comunicación, las múltiples dimensiones comunicativas de los Juegos Olímpicos. Madrid: Fundesco.

Tercedor, F. M. (1998). Tiempo Libre en la sociedad actual. Madrid, Ed. El Mundo.

LINCOGRAFIA

<http://www.importancia.org/?s=Deporte>

<http://es.wikiquote.org/wiki/Deporte>

<http://www.definicionabc.com/deporte/juegos-predeportivos.php>

<http://paraquesirven.com/para-que-sirven-los-juegos-predeportivos/>

<http://www.desarrollosocial.gob.ec/wp-ontent/uploads/downloads/2013/10/ley-deporte.pdf>

<http://www.efdeportes.com/efd151/juegos-predeportivos-en-la-iniciacion-al-voleibol.htm>

<http://www.monografias.com/trabajos96/juegos-predeportivos/juegos-predeportivos.shtml>

<http://deportivasfeszaragoza.files.wordpress.com/2008/09/capacidades-fisicas-corregido.pdf>

<http://www.definicionabc.com/deporte/calentamiento-fisico.php>

<http://www.ejerciciosyentrenamiento.com/el-calentamiento-fisico.html>

<http://www.monografias.com/trabajos16/juego-preescolar/juego-preescolar.shtml>

<http://www.definicionabc.com/social/recreacion.php>

ANEXOS



ANEXO 1
UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE CULTURA FÍSICA



ENCUESTA DIRIGIDA A LOS NIÑOS DE SEPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA
DE LA ESCUELA EDUARDO REYES NARANJO

OBJETIVO: Conocer la importancia que tienen los juegos pre deportivos en el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol en los estudiantes del séptimo año de educación básica de la escuela Eduardo Reyes Naranjo.

INSTRUCTIVO: Marque con una X la alternativa que usted creyera conveniente.

1.- ¿Cree usted que en los deportes colectivos es necesario aplicar los juegos pre-deportivos?

Siempre Casi siempre Nunca

2.- ¿Considera usted que en los deportes individuales el niño pueda mejorar sus destrezas y habilidades mediante la práctica de juegos pre-deportivos?

Siempre Casi siempre Nunca

3.- ¿Considera usted que en los niños se puede aplicar reglas simples por medio de los juegos pre-deportivo?

Siempre Casi siempre Nunca

4.- ¿En el desarrollo de los juegos pre-deportivos se puede ir aplicando reglas compuestas, de acuerdo a la complejidad de los mismos?

Siempre Casi siempre Nunca

5.- ¿Considera usted que las habilidades locomotrices se pueden mejorar al momento de practicar los fundamentos técnicos del voleibol?

Siempre Casi siempre Nunca

6.- ¿Cree usted que las habilidades no locomotrices ayudan a un buen desarrollo del niño mediante la práctica de los fundamentos técnicos del voleibol?

Siempre Casi siempre Nunca

7.- ¿Considera usted que los movimientos naturales son necesarios en el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol?

Siempre Casi siempre Nunca

8.- ¿Cree usted que el movimiento expresivo es fundamental para adquirir un buen gesto técnico en la práctica de los fundamentos técnicos del voleibol?

Siempre Casi siempre Nunca

Gracias por su colaboración.



ANEXO 2
UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE CULTURA FÍSICA



ENCUESTA DIRIGIDA A LOS DOCENTES DE LA ESCUELA EDUARDO REYES
NARANJO

OBJETIVO: Conocer la importancia que tienen los juegos pre deportivos en el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol en los estudiantes del séptimo año de educación básica de la escuela Eduardo Reyes Naranjo.

INSTRUCTIVO: Marque con una X la alternativa que usted creyera conveniente.

1.- ¿Cree usted que en los deportes colectivos es necesario aplicar los juegos pre-deportivos?

Siempre Casi siempre Nunca

2.- ¿Considera usted que en los deportes individuales el niño pueda mejorar sus destrezas y habilidades mediante la práctica de juegos pre-deportivos?

Siempre Casi siempre Nunca

3.- ¿Considera usted que en los niños se puede aplicar reglas simples por medio de los juegos pre-deportivo?

Siempre Casi siempre Nunca

4.- ¿En el desarrollo de los juegos pre-deportivos se puede ir aplicando reglas compuestas, de acuerdo a la complejidad de los mismos?

Siempre Casi siempre Nunca

5.- ¿Considera usted que las habilidades locomotoras se pueden mejorar al momento de practicar los fundamentos técnicos del voleibol?

Siempre Casi siempre Nunca

6.- ¿Cree usted que las habilidades no locomotoras ayudan a un buen desarrollo del niño mediante la práctica de los fundamentos técnicos del voleibol?

Siempre Casi siempre Nunca

7.- ¿Considera usted que los movimientos naturales son necesarios en el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol?

Siempre Casi siempre Nunca

8.- ¿Cree usted que el movimiento expresivo es fundamental para adquirir un buen gesto técnico en la práctica de los fundamentos técnicos del voleibol?

Siempre Casi siempre Nunca

Gracias por su colaboración.

ANEXO 3

Ambato, 04 de febrero del 2015



AUTORIZACIÓN

En calidad de Directora (E) de la Escuela de Educación Básica “Eduardo Reyes Naranjo” de la Ciudad de Ambato **AUTORIZO** a que:

El Señor: **WILSON FERNANDO FREIRE VACA** portador de la C.I. 180455397-0, estudiante de la Carrera de Cultura Física desarrolle el Proyecto de Investigación en nuestra Institución, cuyo tema es “LOS JUEGOS PRE- DEPORTIVOS EN EL APRENDIZAJE DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL VOLEIBOL DE LOS ESTUDIANTES DE SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA “

Atentamente


Lic. Martha Prado F.
Directora (E)



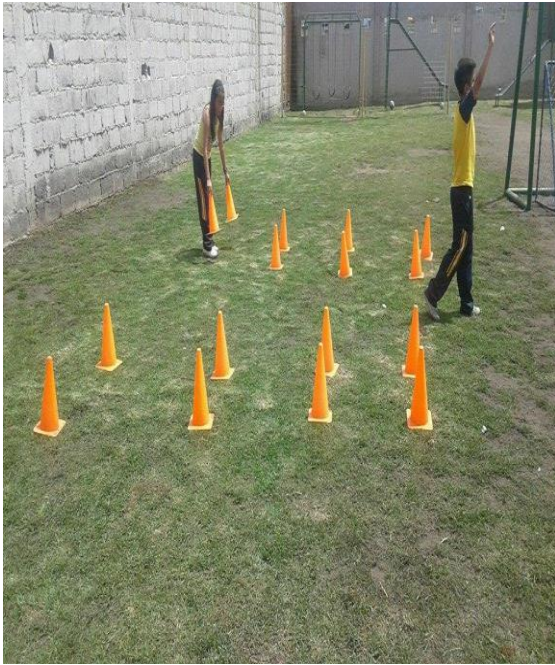
Dir.: Camino del Rey y pasaje Sumaco- E-mail: 18h00088@gmail.com

Telf.: 032849689

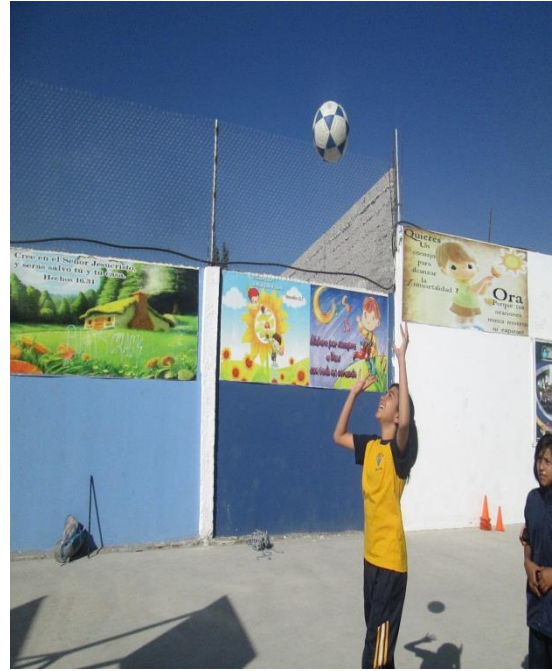
ANEXO 4



Fuente del investigador



Fuente del investigador



Fuente del investigador