



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA  
EDUCACIÓN**

**CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y  
DEPORTE**

**Informe final del trabajo de Titulación previo a la obtención del  
título de Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**

**TEMA:**

---

**RETOS MOTRICES DE COORDINACIÓN EN LOS  
FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL VOLEIBOL DE ESTUDIANTES  
DE BACHILLERATO GENERAL UNIFICADO**

---

**AUTOR: BAUTISTA QUISPE FABIAN ALEXANDER**

**TUTOR: PhD. CASTRO PANTOJA EDISON ANDRÉS**

Ambato - Ecuador

2024

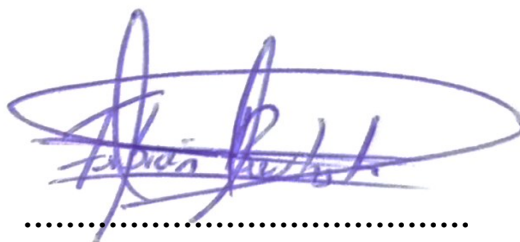
## **APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN**

Yo, **PhD. CASTRO PANTOJA EDISON ANDRÉS**, con cédula de ciudadanía **0401093331** en calidad de Tutor del trabajo de titulación, sobre el tema: **“RETOS MOTRICES DE COORDINACIÓN EN LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL VOLEIBOL DE ESTUDIANTES DE BACHILLERATO GENERAL UNIFICADO”** desarrollado por el estudiante **BAUTISTA QUISPE FABIAN ALEXANDER**, considero que dicho informe investigativo reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo cual autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente, para su evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el Honorable Consejo Directivo.

.....  
**PhD. CASTRO PANTOJA EDISON ANDRÉS**  
**C.C. 0401093331**

## AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Dejo constancia que el presente informe es el resultado de la investigación del Autor, con el tema: **“RETOS MOTRICES DE COORDINACIÓN EN LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL VOLEIBOL DE ESTUDIANTES DE BACHILLERATO GENERAL UNIFICADO”**, quién basado en los estudios realizados durante la carrera, revisión bibliográfica y de campo, ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la investigación. Las ideas, opiniones y comentarios especificados en este informe, son de exclusiva responsabilidad de su Autor.



.....  
**BAUTISTA QUISPE FABIAN ALEXANDER**

**C.C. 0503729717**

## **APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO**

La comisión de estudio y calificación del informe del Trabajo de Titulación, sobre el tema: **“RETOS MOTRICES DE COORDINACIÓN EN LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL VOLEIBOL DE ESTUDIANTES DE BACHILLERATO GENERAL UNIFICADO”**, presentado por el señor **BAUTISTA QUISPE FABIAN ALEXANDER**, estudiante de la **Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**. Una vez revisada la investigación se **APRUEBA**, en razón de que cumple con los principios básicos técnicos, científicos y reglamentarios.

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

### **COMISIÓN CALIFICADORA**

.....

**WASHINGTON ERNESTO, MG**  
**C.C. 1600256638**  
**Miembro de Comisión Calificadora**

.....

**BONILLA JULIO ALFONSO, MG**  
**C.C. 1802723161**  
**Miembro de Comisión Calificadora**

## **DEDICATORIA**

Dedico esta tesis primeramente a Dios y a mi madre que han sido mi pilar fundamental, mi apoyo, mi sustento y mi fuerza para seguir luchando por mis sueños y metas, además a mi familia que ha estado conmigo en el proceso, a mis queridos docentes ya que con sus conocimientos he llegado a ser el profesional en la rama de la educación y finalmente a mis amigos por las experiencias vividas durante esta etapa universitaria.

## **AGRADECIMIENTO**

Quiero expresar mi más sincero agradecimiento a cada uno de mis licenciados que han sido parte de mi proceso para poder llegar a este punto. De tal manera soy agradecido a Dios por permitirme llegar a esta etapa donde culmino con una fase más ante el conocimiento y el profesionalismo.

Gracias infinitas a mi familia que han sido el apoyo y el sustento de mi proceso en el cual han estado fervientemente conmigo, donde ahora veo su esfuerzo continuo para formar parte de la comunidad profesional.

## ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN .....	ii
AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN .....	iii
DEDICATORIA .....	v
AGRADECIMIENTO .....	vi
ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS .....	vii
ÍNDICE DE TABLAS .....	ix
ÍNDICE DE GRÁFICOS .....	x
RESUMEN EJECUTIVO .....	xi
ABSTRACT .....	xii
CAPÍTULO 1 .....	1
MARCO TEÓRICO.....	1
1.1. Antecedentes de la investigación.....	1
1.2. Objetivos .....	18
Objetivo General.....	18
Objetivo Específico 1:.....	18
Objetivo Específico 2:.....	18
Objetivo específico 3: .....	18
CAPÍTULO II.....	19

METODOLOGÍA.....	19
2.1 Materiales .....	19
2.2 Métodos .....	20
CAPÍTULO III .....	23
RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	23
3.1 Análisis y discusión de los resultados .....	23
3.2 Verificación de hipótesis .....	32
CAPÍTULO IV .....	33
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	33
4.1 Conclusiones.....	33
4.2 Recomendaciones.....	34
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	35
ANEXOS.....	39
Anexo 1 .....	39
Anexo 2 .....	40
Anexo 3 .....	41
Anexo 4.....	57
.....	58
.....	58



## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1</b> Fundamentos básicos del voleibol.....	9
<b>Tabla 2</b> Tipos de capacidades motrices.....	12
<b>Tabla 3</b> Características de los retos motrices.....	14
<b>Tabla 4</b> Etapas de aprendizaje de la coordinación motriz.....	16
<b>Tabla 5</b> Recursos Materiales.....	20
<b>Tabla 6</b> Caracterización de la muestra de estudio.....	23
<b>Tabla 7</b> Resultados por ítems de la ficha de observación de los fundamentos básicos del voleibol.....	24
<b>Tabla 8</b> Análisis descriptivo PRE intervención de los fundamentos básicos del voleibol .....	25
<b>Tabla 9</b> Nivel de fundamentos básicos del voleibol periodo PRE intervención .....	26
<b>Tabla 10</b> Resultados por ítems de la ficha de observación de los fundamentos básicos del voleibol periodo POST intervención .....	27
<b>Tabla 11</b> Análisis descriptivo POST intervención de los fundamentos básicos del voleibol .....	28
<b>Tabla 12</b> Nivel de fundamentos básicos del voleibol periodo POST intervención ....	29
<b>Tabla 13</b> Diferencia entre periodos POST Y PRE intervención en la muestra de estudio .....	30
<b>Tabla 14</b> Análisis cruzado entre periodos PRE Y POST intervención de los fundamentos básicos del voleibol .....	31
<b>Tabla 15</b> Análisis estadístico de la verificación de la hipótesis .....	32
<b>Tabla 16</b> Planes de clases retos motrices fundamentos básicos del voleibol .....	41

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

<b>Gráfico 1</b> Ficha de observación fundamentos básicos del voleibol.....	39
<b>Gráfico 2</b> Escala de Likert .....	40

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**

**TEMA: RETOS MOTRICES DE COORDINACIÓN EN LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL VOLEIBOL DE ESTUDIANTES DE BACHILLERATO GENERAL UNIFICADO**

**AUTOR: BAUTISTA QUISPE FABIAN ALEXANDER**

**TUTOR: Ph.D. CASTRO PANTOJA EDISON ANDRÉS**

**RESUMEN EJECUTIVO**

La presente investigación denominada:” Retos motrices de coordinación en los fundamentos básicos del voleibol” tienen por objetivo determinar la incidencia de retos motrices de coordinación en los fundamentos básicos del voleibol de estudiantes de bachillerato general unificado. Con lo cual se realizó la medición mediante una ficha de observación la misma que fue validada por expertos, donde se evaluó los fundamentos básicos del voleibol (saque, recepción y el remate), mediante retos motrices, lo que permitió recolectar información de los estudiantes para la verificación de las hipótesis de estudio, la investigación se realizó con el fin de demostrar como ayudan retos motrices de coordinación en los fundamentos básicos del voleibol caso contrario incluir otra metodología de enseñanza-aprendizaje en las planificaciones de Educación Física

**Palabras Clave:** Voleibol, retos motrices, coordinación, fundamentos básicos del voleibol

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**

**THEME: RETOS MOTRICES DE COORDINACIÓN EN LOS  
FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL VOLEIBOL DE ESTUDIANTES DE  
BACHILLERATO GENERAL UNIFICADO**

**AUTHOR: BAUTISTA QUISPE FABIAN ALEXANDER**

**TUTOR: Ph.D. CASTRO PANTOJA EDISON ANDRÉS**

**ABSTRACT**

The present research called: "Motor challenges of coordination in the basic fundamentals of volleyball" aims to determine the incidence of motor challenges of coordination in the basic fundamentals of volleyball in students of unified general high school. With which the measurement was made by means of an observation card which was validated by experts, where the basic fundamentals of volleyball (serve, reception and spike) were evaluated through motor challenges, which allowed collecting information from students for the verification of the study hypotheses, the research was conducted in order to demonstrate how to help motor challenges of coordination in the basic fundamentals of volleyball otherwise include another teaching-learning methodology in the planning of Physical Education.

**Keywords:** Volleyball, motor challenges, coordination, basic fundamentals of volleyball.

# **CAPÍTULO 1**

## **MARCO TEÓRICO**

### **1.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN**

En la actualidad el voleibol es popular a nivel mundial como un deporte profesional este mismo está enmarcado al desarrollo integral del deportista, es indispensable incluir este deporte desde la escolaridad mediante el mismo se desarrolla las habilidades motrices tanto físicas como cognitivas y fomenta valores para toda la vida.

En la investigación: “El inicio de la enseñanza del voleibol en la escuela” concluye que:

Nuestro estudio ha demostrado que es posible diseñar un modelo de enseñanza en los proyectos institucionales para mejorar la calidad de la enseñanza del voleibol. La implementación de la propuesta del modelo de enseñanza integral de los Proyectos Educativos Institucionales ha permitido mejorar significativamente la calidad de voleibol de la Institución Educativa (García, 2019. pág46).

Además, se evidencio en el trabajo de investigación de Betancourt y otros (2020):

Los juegos predeportivos pueden contribuir a la enseñanza de la técnica deportiva, utilizando como medios didácticos que motivan al alumnado al aprendizaje motriz especializado. Para el caso de alumnos de iniciación sin experiencia previa en el voleibol, los juegos predeportivos implementados en la presente investigación mejoraron notablemente el aprendizaje indirecto de la técnica del ataque del voleibolista. Se recomienda ampliar la investigación en términos de tiempo e intensidad de la aplicación del estímulo físico con juegos predeportivos, incrementos otras técnicas del voleibol (pág. 12).

La implementación de una metodología de entrenamiento es indispensable como lo dice en la investigación:” El trabajo metodológico en la preparación del entrenador de voleibol” concluye que: “el trabajo metodológico para el entrenamiento deportivo, al igual que el proceso docente educativo, puede ser caracterizado como una actividad planificada, organizada, controlable y dinámica” (Moreno y otros, 2022, pág. 92).

Mediante el trabajo de investigación de Jiménez & Díaz (2022) concluye que:

Un deporte con la complejidad motriz y coordinativa como el voleibol, permitió evidenciar que más allá de la experiencia como deportista de este deporte, hay más datos por tener en cuenta, estando desde el papel de observador, las correcciones y las aplicación de tácticas como método para lograr un fin, además que aumentar las capacidades para la ejecución adecuada y permite de la técnica beneficia un mejor desarrollo en el juego, por lo cual, la experiencia no solo basta para poder ejercer esta labor, si no, para aprender de los procesos teóricos de los profesionales de esta área (pág. 11).

En el voleibol de ser desarrolla la creatividad, así mismo la resolución de problemas mediante las acciones de juego según González & Acosta (2022) concluye que:” La aplicación de la gamificación relacionadas con el aprendizaje de voleibol requiere la preparación general de los maestros y el dominio de las características de sus alumnos para usar la dinámica de los juegos en el desarrollo de un pensamiento creativo e innovador (pág. 12).

Finalmente, según Blanco & García (2021) concluye que:

Para el diseño de la propuesta deportiva que permite la formación integral de los estudiantes, y además mejorará el manejo del tiempo libre en actividades cotidianas, fue necesario el diseño y aplicación de tres instrumentos para la recolección de datos: el primero una encuesta a los alumnos en edades comprendidas entre los 6 a los 14 años para identificar sus preferencias deportivas, encontrando que el fútbol y el voleibol son los de mayor demanda; en el segundo se realizó una entrevista, eligiendo de manera aleatoria a 10 estudiantes entre los 6 a 14 años para indagar sobre su interés en la participación de la escuela, y el tercero una entrevista a la rectora de la institución, que tuvo como objetivo conocer la percepción frente a su creación. La aplicación de

estos instrumentos permitió averiguar sobre las ideas acerca del aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes, el interés por hacer parte de la escuela deportiva y la importancia de su implementación para la institución (pág. 123).

## **Deporte**

El deporte nace en el momento que aparecen las primeras civilizaciones en el mundo con actividades de supervivencia como la caza, pesca, recolección de frutos y rituales el mismo ha evolucionado a lo largo de toda la historia con los distintos deportes tanto individuales como colectivo, estos están inmersos a un conjunto de reglas y normas que se deben cumplir para brindar un espectáculo y están encaminado a la formación y desarrollo de capacidades física básicas y condicionales con el fin del perfeccionamiento del deportista.

Según Puig (1991) menciona que:

La definición del término deporte encuentra en el ámbito de los Juegos Olímpicos una de sus fuentes más relevantes debido a que son considerados comúnmente como el sùmmum de la competición deportiva. Sin embargo, el deporte no solo es practicado por los deportistas olímpicos, sino que forma parte del tejido social como fenómeno humano y global que es, lo que genera una necesidad de permeabilidad del término a todos los niveles (pág. 2).

El deporte contiene muchos ámbitos para su perfeccionamiento según Mantilla (2019) afirma que:

El éxito deportivo esta mediado por factores multifactoriales como condiciones físicas, técnicas, tácticas y psicológicas que llevaran al deportista de alto rendimiento a ser considerado una unidad funcional a nivel fisiológico, físico y cognitivo. Los profesionales que trabajan en el alto rendimiento, utilizan diferentes metodologías de entrenamiento para lograr potencializar las capacidades del deportista. Para ejemplificar, preparación física fisioterapia y psicología trabaja conjuntamente en la prevención de las lesiones, recuperaciones e incremento del estado físico y mental de deportistas (pág. 2).

Cuando nos referimos a deporte escolar estamos hablando de un conjunto de herramientas pedagógica y metodologías la cual busca desarrollar el estudiante de una manera íntegra según Hours (2018)” el deporte escolar hace referencia de manera directa al sistema educativo y, por lo tanto, a un sistema pedagógico” (pág. 2), con el fin de llegar al estudiante de diferentes maneras en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

La práctica deportiva en adolescentes ayuda a su formación física y académica formando valores según Vega & Risoto (2020) afirma que:

La práctica deportiva es buena para la mayoría de las personas y en el caso de los adolescentes, aún más. Además de los innegables beneficios físicos, la práctica deportiva tiene más ventajas para los adolescentes en su proceso de maduración personal, como ya comentamos antes se produce la consolidación del autoconcepto personal. Realizar deporte con constancia ayuda a que los adolescentes aprendan la importancia de la disciplina, la constancia y el esfuerzo, valores que pueden ser transferidos al ámbito académico (pág. 6).

### **Deporte colectivo**

Los deportes colectivos como su nombre lo dicen se lo realiza en grupo en donde cada uno de ellos tiene una función indispensable y con un objetivo común la cual es ganar, así como lo afirma Chacon y otros (2020) Los deportes colectivos son aquellos con objetivo común entre todos los deportistas la cual se requiere de cada uno de ellos con sus diferentes habilidades para llegar a un bien común con el equipo (pág. 2).

Según Moya (1997), los deportes de equipo implican muchas actividades, cada una con un propósito diferente. Cada acción estará determinada por programas que resolverán el problema de lograr el objetivo de la acción en el espacio y el tiempo. (pág. 3). Cada uno que conforma el equipo debe tener las mismas capacidades físicas tanto técnicas como tácticas para poder cumplir con su función en el equipo como lo afirma Pombo (2021), la enseñanza de deportes de equipo se basa, en primer lugar, en decisiones relacionadas con las relaciones entre técnica y táctica, métodos o modelos que inciden directamente en el contexto de aprendizaje y construcción del conocimiento (pág. 1190).



Los deportes colectivos influyen de manera directa con el rendimiento académico según Merino y otros (2019) “obtienen beneficios como; mejor el funcionamiento del cerebro en términos cognitivos, niveles más altos de concentración de energía, cambios en el cuerpo que mejoran la autoestima y un mejor comportamiento que incide sobre los procesos de enseñanza-aprendizaje” (pág. 2).

Según Pombo (2021) afirma que:

Los deportes de equipo son un fenómeno social importante, cuyas prácticas se relacionan con diferentes significados (como iniciación deportiva, ocio, salud, socialización, educación y deporte profesional). Las diferentes modalidades están institucionalizadas y pueden tener características comunes que permitan agruparlas por similitudes estructurales o funcionales, como deportes de invasión, red/pared, golpe/campo y deportes de objetivo (pág. 1190).

Deporte profesional

El deporte profesional está orientado al perfeccionamiento de los deportistas tanto en el ámbito físico, psicomotriz, motriz y cognitivo, la misma que contiene una serie de herramientas metodologías de entrenamiento empleado por el entrenador para que el deportista llegue a ser un atleta de elite como lo afirma Carranco (2020), el desarrollo profesional de un entrenador deportivo puede entenderse como la formación continua de un entrenador durante su actividad profesional, que le ayudará a ser un líder que dirija eficazmente el proceso educativo, teniendo en cuenta las características de los deportistas y de los diferentes deportes (pág. 3).

Según Vázquez & Gayo (2000) afirma que:

En el ámbito del deporte y más concretamente en el del entrenamiento deportivo profesional, el entrenador representa la máxima autoridad en la conducción de individuos (deportistas) o grupos de élite (equipos), cuya actividad estará orientada, por un lado, a la obtención de un máximo rendimiento en el menor plazo de tiempo posible y, por otro, a la consolidación del mismo a largo plazo. Esta necesidad de obtener resultados exitosos en la competición deportiva, donde los factores de rendimiento suelen presentarse con una configuración compleja, multidimensional y

sinérgica de capacidades individuales y/o colectivas y de elementos internos o externos al propio deportista o equipo, determina que el perfil del entrenador deba responder a rasgos que necesariamente sobre pasan lo estrictamente técnico-deportivo (pág. 58).

Una parte fundamental del desarrollo del deporte profesional es el entrenador el mismo debe estar capacitado en todos los ámbitos para que pueda conocer al deportista en todo su ámbito y poder fortalecerlo tanto físico como psicológico como lo afirma Ronquillo (2022) otro factor que está inmerso es el campo psicológico donde aquí participan los familiares y su ambiente que los rodea mientras mejor se sienta la práctica será mejor, según diversas investigaciones el factor motivacional ha sido perjudicial al momento de llegar al nivel profesional (pág 5).

## **Voleibol**

El Voleibol nace en el año de 1895 a finales del siglo XIX en Massachussetts por la necesidad de crear un nuevo deporte colectivo que no tuviera tanto contacto físico, su principal precursor fue Williams George Morgan, entrenador de la Asociación Cristiana de jóvenes (YMCA) en Holyoke, el mismo que tuvo influencias de James Naismith quien había creado el baloncesto. El voleibol fue creado como una alternativa del deporte del baloncesto donde se adaptaba para la práctica de jóvenes y personas de edad adulta, además no se empleaba mucho esfuerzo físico, fue diseñado para lugares cerrados, así mismo como abiertos. Este deporte contiene reglas semejantes al tenis y al balón mano, Morgan aplico sus primeras reglas en donde el campo de juego debía medir 7,62 (m) x 15,24 (m) y una red de 1,98 (m) de altura y el número de participantes era ilimitado.

En los siguientes años se extendió por Canadá en 1900 y después de extendió por Asia, en el año de 1912 se cambió las dimensiones de la cancha y el límite a 6 jugadores ,en los Juegos Olímpicos de 1924 el Voleibol fue presentado como un deporte de demostración para que en el año de 1930, fuera considerado solo un juego de entrenamiento, en el año de 1933 se organizó el primer campeonato de la Unión Soviética, para que en el año de 1974 se fundara la Federación Internacional de Voleibol (FIVB), en el año de 1964 el voleibol se instituyo como un Deporte Olímpica.

## **Desarrollo de Voleibol en América**

En América aparece en Cuba en el año de 1906 por un funcionario del ejercito americano August York, para que en el año de 1929 Cuba organizara los primeros Juegos Caribeños y centroamericanos con las reglas americanas, en el año de 1955 el voleibol fue añadido a un programa de Juegos Panamericanos.

En la década de los 70 fue una época de auge para América, en el año de 1972 se crearon cinco comisiones Zonales pasando a convertirse en confederaciones continentales y celebrando el primer campeonato junior de América del Sur que fue disputado en Rio, para que en la década de los ochenta se caracterizó por la celebración de importantes eventos de Voleibol que se realizaron en Perú, en la década de los noventa se caracterizó por los Juegos Olímpicos de Barcelona en 1992.

## **El voleibol en el Ecuador**

En el territorio ecuatoriano el voleibol aparece en el año de 1912 en la ciudad de Quito con la llegada de la misión de profesores de Chile contratados por el colegio militar Eloy Alfaro y con la misión norteamericana en el año de 1915, los primeros que practicaban este deporte fueron los cadetes del colegio militar, en el año de 1948-1949 se realiza el primer campeonato intercolegial de Pichincha organizadas por la Dirección nacional de Educación Física y el Ministerio de Educación Pública, el mismo que era solo para el sexo masculino, el voleibol intercolegial empezó a desarrollarse en el año de 1948 y este deporte ha ido evolucionando gracias a los entrenadores y docentes de Educación Física, en 1950 la Federación de Pichincha realiza el primer campeonato intercolegial con 26 participantes tanto del sexo masculino y femenino, en 1952 se conforma la primera preselección de Voleibol con la dirección de profesor Francisco Albuja preparando la selección para los juegos que se realizaban en Venezuela, en 1963 Quito realiza el primer campeonato internacional con la participación de Pichincha, Guayas, Chimborazo y Tungurahua.

En 1965 se realiza en primer campeonato nacional de Voleibol en la ciudad de Quito con la participación de las provincias de Pichincha , Guayas, Chimborazo ,Loja y Azuay , en ese mismo año se realizaron los juegos bolivarianos donde los países que participaron fueron :Venezuela, Perú y Colombia, el Ecuador participo en los juegos

deportivos bolivarianos de 1970 en Venezuela, en 1973 en Panamá, en 1977 en Bolivia, en 1981 en Venezuela, en 1985 en Ecuador, en 1989 en Venezuela, en 1993 en Bolivia, en 1997 en Perú. Ecuador no obtuvo título alguno y ocupó lugares secundarios. Sólo en los Juegos realizados en el año 2001 en Ecuador, se obtuvo la medalla de bronce (hombres y mujeres) bajo la Presidencia del Licenciado Patricio Sandoval Carrera, cabe destacar que la provincia que más evoluciono en este deporte es Manta según (Delgado, 2015) El desarrollo del voleibol se caracteriza por su introducción en deportes tanto de entretenimiento como competitivos. El voleibol se implementa en escuelas e instituciones, ante todo, como un deporte entretenido que facilita el proceso educativo de sus fundamentos iniciales.

### **Fundamentos del voleibol**

El voleibol es uno de los deportes más importantes del mundo sus principales características son: que su área de juego incluye una zona libre la cual debe ser rectangular y simétricas , las dimensiones del campo de juego son de 18 x 9 m, rodeado de una zonas libre de 3 metros por todos los lados, la superficie de juego debe ser plana, horizontal y uniforme, todas la líneas tienen 5cm de ancho y son de un color claro, la altura de la red debe ser de 2,43 m para hombres y 2,24 para mujeres, el balón debe ser esférico, hecho de una cubierta de cuero flexible o cuero sintético y deber ser de un color claro o una combinación de colores la circunferencia es de 65-67 cm y con un peso de 260-280 g , un equipo se conforma de un máximo de 12 jugadores cada uno de ellos deben usar una indumentaria que consiste de una camiseta, pantalón corto, medias y zapatillas deportivas que deben ser livianos y flexibles con suela de goma o caucho, el partido es ganado por el equipo que gana tres sets y se gana con 25 puntos con una diferencia de 2 puntos al otro equipo (FIVB, 2021). En el voleibol tenemos los fundamentos básicos como son: el saque, el bloqueo, el remate y la recepción.

**Tabla 1**

*Fundamentos básicos del voleibol*

---

<b>Fundamentos básicos del Voleibol</b>	
<b>El saque</b>	<b>La recepción</b>
<p>Es la primera acción porque es la base para el inicio de un juego. Consiste en procurar que al golpear la pelota esta deba pasar por encima de la red y caer dentro de los límites de la cancha contraria. Esto se puede hacer de acuerdo con los tipos de saque por debajo y de tenis.</p>	<p>Es la base encargada de darle ritmo al ataque en el juego, ya que es el primer contacto que permite iniciar estas acciones y lo define como un pase con la zona del antebrazo que permite pasar el control del balón y dirigirlo hacia la red. Si el colocador es el responsable del pase del balón, la correcta recepción es de gran importancia ya que permite un ataque muy bien ejecutado.</p>
<b>El bloqueo</b>	<b>El Remate</b>
<p>Es una acción defensiva que consiste en enviar el balón hacia atrás o poder controlarlo para producir una acción ofensiva, realizada por un jugador que se encuentra en la zona de ataque del campo, esta acción técnica se realiza con una acción invasiva. Movimiento del jugador que debe extender su brazo por encima de la red, dificultando el contacto del balón con el área de juego</p>	<p>Acción en la que el atacante golpea el balón por encima de la altura de la red, permitiendo potencia y colocación y sumando un punto en el juego.</p>

---

**Nota:** Elaborado por el autor de la fuente (Coca, 2023)

## **Educación Física**

La Educación Física es el arte de enseñar por medio de la pedagogía, la cual se basa en el movimiento corporal del cuerpo desarrollando las habilidades básicas y complementarias del ser humano de manera integral durante toda su vida con la finalidad de prevenir enfermedades metabólicas como lo afirma González & Correa (2010), la Educación Física propone una concepción del sujeto de la educación del cuerpo y del movimiento, en contraposición a las teorías mecanicistas y biológicas que educan el movimiento son las nuevas formas de ver el cuerpo y el movimiento traspasan la visión orgánica y se logra una mirada integral y compleja del ser humano que tiene asiento en los conceptos de corporeidad y motricidad (pág. 175).

La UNESCO (2015) define a la Educación Física de calidad como:

Educación Física de Calidad (EFC) es la experiencia de aprendizaje planificada, progresiva e inclusiva que forma parte del currículo en educación infantil, primaria y secundaria. En este sentido, la EFC actúa como punto de partida de un compromiso con la actividad física y deporte a lo largo de la vida. La experiencia de aprendizaje que se ofrece a los niños y jóvenes a través de las clases de educación física debe ser apropiada para ayudarles a adquirir las habilidades psicomotrices, la comprensión cognitiva y las **aptitudes sociales y emocionales que necesitan para llevar una vida físicamente activa (pág. 9)**.

En la escolaridad la Educación Física juega un papel muy importante porque en mismo trabaja desde los niños hasta los jóvenes y en cada etapa se desarrollan sus habilidades según Giakoni & Duelos (2021), las clases de Educación Física aportan de manera eficaz al aprendizaje motriz siendo el mejor factor del desarrollo integro de los escolares.

Además, ayuda a formar al estudiante en sus diferentes etapas de crecimiento con su equilibrio mental, social y físico según el Currículo de Educación Física (2014), esta disciplina educativa, construye el perfil del escolar orientado al desarrollo de su identidad corporal, y su autonomía, en donde les permita integrarse a la sociedad de una manera eficaz y eficiente.

## **Motricidad**

La motricidad es la capacidad que tienen los seres humanos desde su nacimiento de controlar los movimientos ya sean voluntarios o involuntarios según Ramos y otros (2016), la motricidad considera el movimiento como un medio de comunicación, expresión y relación con los demás, teniendo un papel fundamental en el desarrollo armónico de la personalidad, debido a que los niños y niñas no solo desarrollan sus habilidades motoras, sino que esta les permite integrar el pensamiento, las emociones y la socialización (pág. 2), la motricidad se divide en motricidad fina y motricidad gruesa.

**Motricidad fina:** Controla todo el tren superior del cuerpo, la coordinación de músculos, huesos, nervios para producir movimientos pequeños y precisos según Serrano & Luque (2019), el desarrollo motor fino es el modo de usar los brazos, manos y dedos, esto incluye alcanzar, agarrar y manipular objetos como tijeras, lápices, cubiertos entre otros, es la capacidad de usar la mano y los dedos de manera precisa, de acuerdo con la exigencia de la actividad y se refiere a las destrezas necesarias para manipular un objeto (pág. 3).

**Motricidad gruesa:** Es la habilidad para realizar movimientos más complejos este constituye todo el tren inferior según Serrano & Luque (2019) el desarrollo motor grueso es la capacidad para realizar movimientos con todo el cuerpo. Durante el primer año del bebé incluye voltearse, gatear y andar. Después viene el equilibrio, correr, saltar, trepar el desarrollo motor grueso es muy fácil de identificar y es ahí donde la mayor parte de las personas se fijan cuando les preguntan cómo crece su hijo o alumno (pág. 4). La motricidad gruesa, en la etapa infantil, es de gran importancia, pues por medio de ella se afianzan las habilidades y destrezas para ejecutar los movimientos corporales más conocidos como hábitos motrices (Bonilla, 2018).

En el ámbito educativo es indispensable desarrollar la motricidad en los niños en sus diferentes etapas de crecimiento mediante ello los mismos desarrollan sus habilidades básicas que por medio de estas podrán desarrollar las habilidades condicionales según Valles & Romero (2019), la motricidad constituye todo movimiento corporal del cuerpo, el mismo que se desarrolla con la mente es decir cuerpo y mente, en donde las dos partes van de la mano en el desarrollo del niño (pág. 5).

## Capacidades motrices

Las capacidades motrices se las conoce también como capacidades físicas la cual determinan la condición física de cada persona con la afirmación de Gómez y otros (2022) es la capacidad que tienen los seres humanos, en donde a través del aprendizaje secuencias de movimientos, le permite realizar tareas más complejas durante las diferentes etapas de la vida (pág. 3372), las mismas que se clasifican en capacidades condicionales y coordinativas:

**Tabla 2**

*Tipos de capacidades motrices*

<b>Capacidades motrices básicas</b>	
<b>Capacidades condicionales</b>	<b>Capacidades coordinativas</b>
<b>Fuerza</b>	<b>Generales o básicas</b>
Resistencia de la fuerza	Regulación y dirección del movimiento
Fuerza rápida	Adaptación y cambios motrices
Fuerza máxima	
<b>Velocidad</b>	<b>Especiales</b>
Velocidad de Traslación	Orientación Equilibrio
Velocidad de reacción	Ritmo Anticipación
Resistencia de la Velocidad	Diferenciación Coordinación



<b>Resistencia</b>	<b>Complejas</b>
	Aprendizaje motor
	Agilidad
Corta duración	
Media duración	
Larga duración	
	<b>Movilidad</b>
	Activa
	pasiva

**Nota:** Elaborado por el autor tomado de la fuente (Matos, 2003)

Como podemos ver en la tabla anterior las capacidades condicionales son la básicas tanto la fuerza, velocidad, resistencia las mismas que al combinarse conforman las capacidades coordinativas donde tenemos, el equilibrio, el ritmo, la coordinación, anticipación entre otras, todas estas capacidades son indispensables para el desarrollo del estudiante para la práctica de un deporte o la realización de ejercicios, además estas capacidades están inmersas en el entrenamiento físico.

### **Retos motrices**

Un reto motriz consiste en la combinación de movimientos corporales y de la misma forma de capacidades física básicas y complementarias para cumplir una tarea o objetivo en específico según Gómez (2021) se define como un patrón acumulativo y secuencial del desarrollo de habilidades motrices, independientemente de la etapa en la que se encuentre la persona. Aun así, indudablemente, hablamos de una determinada etapa evolutiva o de un patrón acumulativo y secuencial de habilidades motrices, y podemos comprobar que el desarrollo motor contempla la competencia motriz en todo momento (pág, 22).

Según Cando (2009) afirma:

Los desafíos Físicos cooperativos, podemos definirlos como “una actividad física cooperativa que supone una provocación, un reto, desde el momento en que se presenta”. Se presentan con diversos materiales: cuerdas, colchonetas , quitamiedos, balones entre otros, intentando que el alumnos sean (y se sientan) esenciales para el grupo , cooperando para la superación de los mismos, la cooperación va más allá de ser solo un recurso didáctico: es una actitud un valor , un estilo de la vida , una competencia básica para toda la vida , en un mundo cada vez más interdependiente , en un mundo que avanza mucho mejor cooperando (pág. 1), los retos motrices se destacan en 4 características:

**Tabla 3**

*Características de los retos motrices*

---

<b>Características de los retos motrices</b>	
<b>Reflexión y dialogo constante</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Componente cognitivo organizativo</li><li>• Tiempo y organización</li><li>• Tamaño del grupo (dificultad grupo grande)</li><li>• Dialogo constante</li></ul>
<b>Solución de problemas</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Desafíos cooperativos</li><li>• diferentes metodologías de aprendizaje</li></ul>

---

---

**Ayudada omnipresente**

- Ayuda cooperativa
- Tiempo empleado en la tarea
- Ser líder y motivador

---

**El aplauso**

- Motivación
- Alegría
- Lograr el objetivo

---

**Nota:** Elaborado por el autor tomado de la fuente **Cando (2009)**

Todas estas características de los retos motrices son indispensables al momento de la planificación de una clase de Educación Física, presentado un problema en la clase y dando solución por medio de la actividad planificada, el docente juega un rol importante en los retos motrices ya que el mismo arma su metodología para que pueda llegar al estudiante según **Veloz (2022)**, el docente pasa a hacer el protagonista de la clase como actor principal y a la vez como secundario, para que los educandos aprendan de él y el docente de ellos, aplicando una metodología de aprendizaje mutuo, en donde el docente plantea diferentes retos y los educandos den soluciones con sus propios conocimientos a través de reto planteado (**pág. 7**).

**Coordinación motriz**

Es un conjunto de capacidades que organizan y regulan los movimientos corporales del cuerpo, permitiéndoles realizar tareas complejas en función a las condiciones físicas como lo afirma **Mejía (2020)** “la coordinación motriz es la adquisición de movimientos a través de diferentes tareas que el cuerpo y la mente realiza, capaz de procesar y conectar la información que permita movimientos complejos y coordinados

del las diferentes partes del cuerpo (**pág. 2**), existen diferentes etapas de aprendizaje en la coordinación motriz:

**Tabla 4**

*Etapas de aprendizaje de la coordinación motriz*

<b>Etapas de aprendizaje de la coordinación motriz</b>	
<b>Multilateral</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Movimientos repetitivos</li> <li>• Adquisición de habilidades básicas</li> <li>• Gasto de energía</li> <li>• Actividad musculara moderada</li> <li>• Alto grado de concentración</li> </ul>
<b>Preparación General</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adquisición de habilidades complementarias</li> <li>• Técnica y preparación física</li> <li>• Mejor coordinación inter e intramuscular</li> </ul>
<b>Estabilización</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Automatización del movimiento</li> <li>• Alto nivel de coordinación</li> <li>• Toma de decisiones</li> <li>• Resolución de problemas</li> </ul>

**Nota:** Elaborado por el autor tomado de la fuente **Mejía (2020)**

La coordinación motriz esta dividida en tres etapas como se pueden destacar en la tabla anterior, inicia con la adquisición de las habilidades básicas, las mismas que se las desarrolla desde la etapa infantil, el proceso de desarrollo de la coordinación motriz se da durante los diferentes periodos de crecimiento del ser humano , se inicia con movimientos simples como saltar , caminar , trotar, en donde los movimientos son repetitivos , los mismos movimientos en el siguiente periodo se convierten en habilidades complementarias ya encaminadas a la práctica de un deporte, la misma que ya demanda una preparación técnica y táctica y a la vez mayor concentración y finalmente la automatización del movimiento es decir el ser humano realiza movimientos más complejos y encaminados al perfeccionamiento y desarrollo integro **(Pérez, 2021.pág 1)**.

## **1.2 OBJETIVOS**

### **OBJETIVO GENERAL**

- Determinar la incidencia de retos motrices de coordinación en los fundamentos básicos del voleibol en estudiantes de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Unidad Educativa Darío Guevara, de la Parroquia de Cunchibamba.

### **OBJETIVO ESPECÍFICO 1:**

- Diagnosticar el nivel inicial de los fundamentos básicos del Voleibol en estudiantes de bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Darío Guevara de la Parroquia de Cunchibamba.

### **OBJETIVO ESPECÍFICO 2:**

- Valorar el nivel de desarrollo de los fundamentos básicos del voleibol posterior a la aplicación de un programa basado en retos motrices del voleibol en estudiantes de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Darío Guevara de la Parroquia de Cunchibamba.

### **OBJETIVO ESPECÍFICO 3:**

- Analizar la diferencia entre el nivel inicial de los fundamentos básicos del voleibol y posterior a la aplicación de un programa basados en los retos motrices en estudiantes de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Darío Guevara de la Parroquia de Cunchibamba.

## CAPÍTULO II

### METODOLOGÍA

#### 2.1 MATERIALES

##### **Recursos institucionales**

- Como recursos institucionales se tiene: la biblioteca física y virtual de la FCHE de la Universidad Técnica de Ambato.

##### **Recursos humanos**

Como recursos humanos se tiene:

- **Autor:** El cuál es la persona encargada del proyecto presente como es, Bautista Quispe Fabian Alexander, quien contribuye con sus conocimientos adquiridos durante el ciclo académico.
- **Director:** El PhD. Castro Pantoja Edison Andrés, asesor del proyecto de titulación, quien contribuye con sus conocimientos afines con la carrera, siendo la persona encargada de guiar y aprobar el proyecto.
- Las autoridades, docentes y estudiantes, de la Unidad Educativa Darío Guevara, de la Parroquia de Cunchibamba.

##### **Recursos materiales**

En la presente investigación se utilizará los siguientes materiales:

- Materiales de oficina
- Balones
- Red
- Cronómetro
- Cinta adhesiva
- Impresiones

## Recursos económicos

**Tabla 5**

### *Recursos Materiales*

<b>N</b>	<b>Material</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Valor unitario(s)</b>	<b>Total(s)</b>
1	Materiales de oficina	1	20	20
2	Balones	5	7	35
3	Red	2	10	20
4	Cronómetro	1	10	10
5	Cinta adhesiva	2	2	4
6	Impresiones	25	0.05	1,25
<b>TOTAL</b>				<b>90,25</b>

**Elaborado por:** Bautista Fabian (2023)

## 2.2 MÉTODOS

### **Diseño de la investigación**

La presente investigación se basa en un enfoque cuantitativo, porque permitió recolectar datos y ser analizada obteniendo resultados, la misma que tiene un diseño preexperimental donde la variable independiente solo actúa en un solo nivel y la variable dependiente debe ser analizar por medio de un instrumento en dos momentos teniendo un corte longitudinal, además tiene un diseño de observación que es un método de investigación que implica la observación sistemática y objetiva de sujetos en su entorno natural. Se utilizó para recopilar datos sobre el comportamiento, las interacciones y las características de los sujetos sin interferir en su entorno.



## **Población y muestra**

La población de estudio es: 350 estudiantes provenientes de bachillerato general unificado de la Unidad Educativa Darío Guevara, de la Parroquia de Cunchibamba

Muestra no probabilística donde se pudo tomar la muestra de (20 estudiantes).

## **Técnica de instrumento**

Se diseñó una ficha de observación para evaluar a los estudiantes de bachillerato general unificado de la Unidad Educativa Darío Guevara, de la Parroquia de Cunchibamba, la misma fue validada por la prueba Alfa de Cronbach la cual determinó un valor de 0,626, que determinan una fiabilidad moderada que permite aceptar el instrumento para la investigación. La ficha califica los fundamentos básicos del voleibol como son: el saque, recepción y remate, cada fundamento se subdivide en 5 ítems, con diferentes retos motrices, donde se verificará si cumple o no cumple con el reto motriz. Los puntajes fueron construidos con base en la escala de Likert y construido en el percentil (50), con dos niveles de valoración bajo y alto. (anexo2)

## **Hipótesis**

Para el presente trabajo se plantea las siguientes hipótesis:

**H<sub>0</sub>**: Los retos motrices de coordinación no inciden en los fundamentos básicos del voleibol en los escolares de bachillerato general unificado

**H<sub>1</sub>**: Los retos motrices de coordinación inciden en los fundamentos básicos del voleibol en los escolares de bachillerato general unificado

## **Análisis estadístico**

Para el proceso de análisis estadístico de los resultados alcanzados en la presente investigación, se aplicó el paquete estadístico SPSS en su versión 26 aplicado para la caracterización de la muestra de estudio realizando un análisis descriptivo de valores mínimos máximos medios y desviaciones estándares para las variables de carácter cuantitativo y un análisis frecuencia y porcentual para las variables de carácter cualitativo. Para la caracterización de la muestra de estudio se realizará una prueba de normalidad de Shapiro-Wilk conociendo que la muestra es menor a 50 datos, aplicando de la mismas forma una prueba paramétrica denominada prueba T-students para muestras independientes para la edad y una prueba no paramétrica para el peso y la estatura denominada U-de Mann-Whitney, luego para la verificación de la hipótesis se aplicó la prueba no paramétrica para muestras relacionadas denominada Wilcoxon.

## CAPÍTULO III

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 3.1 ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

##### Caracterización de la muestra de estudio

En base a las diferentes variables obtenidas durante la investigación se logró caracterizar a la muestra de estudio según la edad, peso y estatura: (tabla 6)

**Tabla 6**

*Caracterización de la muestra de estudio.*

Variables de caracterización	Masculino (n=9 – 45%)		Femenino (n=11 – 55%)		Total (n=20 – 100%)	
	M	DS±	M	DS±	M	DS±
Edad (años)	15,11	0,60	14,82	0,60	14,95	0,61
Peso (kg)	58,11	10,13	51,73	7,40	54,60	9,09
Estatura (m)	160,78	9,05	152,64	5,55	156,30	8,24

**Nota.** Descripción de valores medios (M), desviaciones estándares (DS±)

El proceso de la caracterización de la muestra de estudio determino que el mayor porcentaje se encuentra en el sexo femenino con un 10% mayor al grupo de sexo masculino, en relación a la variable de la edad el sexo masculino es mayor con 0,29 años sobre el grupo femenino, al igual que en la estatura siendo mayor con un 8,14 cm y el peso con 6,38 kg.

##### Resultados de los objetivos

Se analizaron los objetivos por resultados, con base en la ficha de observación para cada objetivo específico planteado.

**Resultados del diagnóstico del nivel inicial de los fundamentos básicos del Voleibol en estudiantes de bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Darío Guevara, de la Parroquia de Cunchibamba**

Para dar cumplimiento con este objetivo en el periodo Pre intervención, se utilizó una ficha de observación en donde se evaluó los fundamentos básicos del voleibol (saque, recepción, remate) y cada una de ella están compuestos por 5 ítems que se evaluaron. (tabla 7)

**Tabla 7**

*Resultados por ítems de la ficha de observación de los fundamentos básicos del voleibol.*

Pruebas por ítems de la ficha de observación		Cumple		No cumple	
		f	%	f	%
Saque	Postura inicial correcta (pies alineados y paralelos)	9	45	11	55
	Movimientos fluidos del brazo al golpear el balón	2	10	18	90
	Contacto con la parte frontal de la mano	2	10	18	90
	Cegamiento visual del balón tras el saque	6	30	14	70
	Aterrizaje equilibrado (en caso de saque en suspensión)	2	10	18	90
Recepción	Posición básica adecuada (piernas flexionadas)	11	55	9	45
	Manos juntas formando superficie plana con antebrazos	8	40	12	60
	Golpea con la parte interna de los antebrazos	12	60	8	40
	Movimiento de piernas hacia el balón	9	45	11	55
	Cuerpo inclinado hacia adelante y bajo centro de gravedad	10	50	10	50
Remate	Aproximación correcta hacia el balón	11	55	9	45
	Posicionamiento del brazo en “L” durante el salto	6	30	14	70
	Contacto con la parte superior de la mano	3	15	17	85
	Movimiento descendente y rápido del brazo a golpear	5	25	15	75
	Aterrizaje equilibrado y en posición controlada	6	30	14	70

**Nota:** Elaborado por Fabian Bautista

En la primera prueba del saque se puede destacar que los estudiantes no cumplen con la prueba, siendo mayor con un 10 %, en la segunda, tercera y quinta prueba de la misma forma con un 80 % y en la cuarta con un 40% .En la primera prueba del fundamentó de recepción se puede destacar que los la mayoría de los estudiantes cumple con la prueba siendo mayor en un 10%, al igual que en la tercera con un 20%

,en la segunda prueba el porcentaje que no cumple es del 20% ,al igual que en la cuarta un 10% y en la quinta la mitad de grupo cumple y la otra mitad no cumple, finalmente en la primera prueba de remate el mayor porcentaje esta con los estudiantes que cumple la prueba con un 10%,en las segunda el mayor porcentaje esta con los que no cumplen la prueba con un 50% al igual que en la tercera con un 70% ,cuarta 50% y en la quinta con un 40%.En relación a las respuestas por ítems de la ficha de observación se calculó los componentes del análisis de los fundamentos básicos del voleibol realizando un análisis de estadística descriptiva. (tabla 8)

**Tabla 8**

*Análisis descriptivo PRE intervención de los fundamentos básicos del voleibol*

<b>Pruebas por ítems de los fundamentos básicos del voleibol</b>		<b>n</b>	<b>Min</b>	<b>Máx.</b>	<b>M</b>	<b>DS±</b>
<b>Saque</b>	Postura inicial correcta (pies alineados y paralelos)	20	0	1	0,45	0,51±
	Movimientos fluidos del brazo al golpear el balón		0	1	0,10	0,31±
	Contacto con la parte frontal de la mano		0	1	0,10	0,31±
	Cegamiento visual del balón tras el saque		0	1	0,30	0,47±
	Aterrizaje equilibrado (en caso de saque en suspensión)		0	1	0,10	0,31±
<b>Total, prueba de saque</b>			<b>0</b>	<b>5</b>	<b>1,05</b>	<b>1,36±</b>
<b>Recepción</b>	Posición básica adecuada (piernas flexionadas)		0	1	0,55	0,51±
	Manos juntas formando superficie plana con antebrazos		0	1	0,40	0,50±
	Golpea con la parte interna de los antebrazos		0	1	0,60	0,50±
	Movimiento de piernas hacia el balón		0	1	0,45	0,51±
	Cuerpo inclinado hacia adelante y bajo centro de gravedad		0	1	0,50	0,51±
<b>Total, de la prueba de recepción</b>			<b>1</b>	<b>4</b>	<b>2,50</b>	<b>0,95±</b>
<b>Remate</b>	Aproximación correcta hacia el balón		0	1	0,55	0,51±
	Posicionamiento del brazo en “L” durante el salto		0	1	0,30	0,47±
	Contacto con la parte superior de la mano		0	1	0,15	0,37±
	Movimiento descendente y rápido del brazo a golpear		0	1	0,25	0,44±
	Aterrizaje equilibrado y en posición controlada		0	1	0,30	0,47±
<b>Total, de la prueba de remate</b>			<b>1</b>	<b>3</b>	<b>1,55</b>	<b>0,60±</b>
<b>Puntaje total de las pruebas</b>		<b>20</b>	<b>2,00</b>	<b>11,00</b>	<b>5,10</b>	<b>1,97±</b>

Mediante el análisis descriptivo de los fundamentos básicos del voleibol en la investigación, elaboramos la categorización a la muestra de estudio permitiendo ver el nivel que se encuentran los estudiantes durante este periodo Pre intervención. (tabla 9)

**Tabla 9**

*Nivel de fundamentos básicos del voleibol periodo PRE intervención*

Pruebas Pre intervención		f	%	Total	
				f	%
<b>Saque</b>	Bajo	18	90		
	Alto	2	10		
<b>Recepción</b>	Bajo	17	85		
	Alto	3	15		
				20	100
<b>Remate</b>	Bajo	20	100		
<b>Resultados generales</b>	Bajo	19	95		
	Alto	1	5		

**Nota:** Elaborado por Fabian Bautista

Se categorizo el nivel de fundamentos básicos del voleibol en los estudiantes dando como resultado que la mayoría de los escolares, se encontraron en un nivel bajo (saque y recepción y remate), además se realizó un análisis general de las pruebas verificando que 19 escolares estaban en un nivel bajo y solo 1 en un nivel alto.

**Resultados de la valoración del nivel de desarrollo de los fundamentos básicos del voleibol posterior a la aplicación de un programa basado en retos motrices del voleibol en estudiantes de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Darío Guevara, de la Parroquia de Cunchibamba**

Para dar cumplimiento con este objetivo en el periodo Post intervención, se utilizó una ficha de observación en donde se evaluaron los fundamentos básicos del voleibol (saque, recepción, remate) y cada una de ella están compuestos por 5 ítems que se evaluarán. (tabla 10)

**Tabla 10**

*Resultados por ítems de la ficha de observación de los fundamentos básicos del voleibol periodo POST intervención*

Pruebas por ítems de la ficha de observación post test		Cumple		No cumple	
		f	%	f	%
Saque	Postura inicial correcta (pies alineados y paralelos)	14	70	6	30
	Movimientos fluidos del brazo al golpear el balón	12	60	8	40
	Contacto con la parte frontal de la mano	12	60	8	40
	Cegamiento visual del balón tras el saque	12	60	8	40
	Aterrizaje equilibrado (en caso de saque en suspensión)	13	65	7	35
Recepción	Posición básica adecuada (piernas flexionadas)	14	70	6	30
	Manos juntas formando superficie plana con antebrazos	15	75	5	25
	Golpea con la parte interna de los antebrazos	15	75	5	25
	Movimiento de piernas hacia el balón	13	65	7	35
	Cuerpo inclinado hacia adelante y bajo centro de gravedad	14	70	6	30
Remate	Aproximación correcta hacia el balón	16	80	4	20
	Posicionamiento del brazo en "L" durante el salto	9	45	11	55
	Contacto con la parte superior de la mano	12	60	8	40
	Movimiento descendente y rápido del brazo a golpear	10	50	10	50
	Aterrizaje equilibrado y en posición controlada	11	55	9	45

**Nota:** Elaborado por Fabian Bautista

Se evidencio que en el la prueba del saque el mayor porcentaje de la muestra de estudio si cumplen con las diferentes pruebas siendo mayor en un 40%,30%.20% con los que no cumplen con las pruebas, en el fundamento básico de recepción de igual manera el mayor porcentaje se encuentra con los que si cumplen con un porcentaje del 50%.40% y 30 % de los estudiantes que no cumplen, en la prueba de remate el mayor porcentaje

de la muestra de estudio se encuentran en un nivel que si cumplen con las pruebas con un 60%,20% y 10%.

En relación a las respuestas por ítems de la ficha de observación se calcularon los componentes del análisis de los fundamentos básicos del voleibol realizando un análisis de estadística descriptiva periodo Post intervención. (tabla 11)

**Tabla 11**

*Análisis descriptivo POST intervención de los fundamentos básicos del voleibol*

<b>Pruebas por ítems de la ficha de observación</b>		<b>n</b>	<b>Min</b>	<b>Max</b>	<b>M</b>	<b>DS±</b>
<b>Saque</b>	Postura inicial correcta (pies alineados y paralelos)		0	1	0,70	0,47±
	Movimientos fluidos del brazo al golpear el balón		0	1	0,60	0,50±
	Contacto con la parte frontal de la mano		0	1	0,60	0,50±
	Cegamiento visual del balón tras el saque		0	1	0,60	0,50±
	Aterrizaje equilibrado (en caso de saque en suspensión)		0	1	0,65	0,49±
<b>Total, prueba de saque post</b>			<b>0</b>	<b>5</b>	<b>3,15</b>	<b>1,67±</b>
<b>Recepción</b>	Posición básica adecuada (piernas flexionadas)		0	1	0,70	0,47±
	Manos juntas formando superficie plana con antebrazos	20	0	1	0,75	0,44±
	Golpea con la parte interna de los antebrazos		0	1	0,75	0,44±
	Movimiento de piernas hacia el balón		0	1	0,65	0,49±
	Cuerpo inclinado hacia adelante y bajo centro de gravedad		0	1	0,70	0,47±
<b>Total, de la prueba de recepción post</b>			<b>1</b>	<b>5</b>	<b>3,55</b>	<b>1,05±</b>
<b>Remate</b>	Aproximación correcta hacia el balón		0	1	0,80	0,41±
	Posicionamiento del brazo en “L” durante el salto		0	1	0,45	0,51±
	Contacto con la parte superior de la mano		0	1	0,60	0,50±
	Movimiento descendente y rápido del brazo a golpear		0	1	0,50	0,51±
	Aterrizaje equilibrado y en posición controlada		0	1	0,55	0,51±
<b>Total, de la prueba de remate post</b>			<b>1</b>	<b>3</b>	<b>2,90</b>	<b>1,33±</b>
<b>Puntaje total de las pruebas post</b>		<b>20</b>	<b>5</b>	<b>14</b>	<b>9,60</b>	<b>2,76±</b>



Mediante el análisis descriptivo de los fundamentos básicos del voleibol en la investigación, se elaboró la categorización a la muestra de estudio permitiendo ver el nivel que se encuentran los estudiantes durante este periodo Post intervención. (tabla 12)

**Tabla 12**

*Nivel de fundamentos básicos del voleibol periodo POST intervención*

Pruebas		f	%	Total	
				f	%
<b>Saque</b>	Bajo	10	50	20	100
	Alto	10	50		
<b>Recepción</b>	Bajo	10	50		
	Alto	10	50		
<b>Remate</b>	Bajo	12	60		
	Alto	8	40		
<b>Resultados generales</b>	Bajo	8	40		
	Alto	12	60		

**Nota:** Elaborado por Fabian Bautista

Se evidencio que en el periodo Post intervención en la prueba del saque la mitad de la muestra de estudio se encontraba en un nivel bajo y la otra mitad en un nivel alto, de la misma manera en la prueba dos, en la tercera prueba 8 estudiantes subieron a un nivel alto y 12 se quedaron en un nivel bajo, además se realizó un análisis general de las pruebas en donde solo 8 estudiantes se encontraron en un nivel bajo y 12 se ubicaron en un nivel alto.

**Resultados del análisis de la diferencia entre el nivel inicial de los fundamentos básicos del voleibol y posterior a la aplicación de un programa basados en los retos motrices en estudiantes de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Darío Guevara, de la Parroquia de Cunchibamba**

Para realizar el análisis entre la diferencia entre los niveles por periodo, se calculó la diferencia aritmética entre los resultados del periodo Post y Pre intervención de la ficha de observación. (tabla 13)

**Tabla 13**

*Diferencia entre periodos POST Y PRE intervención en la muestra de estudio*

<b>Diferencia entre periodos POST Y PRE intervención</b>		<b>n</b>	<b>Mín.</b>	<b>Máx.</b>	<b>M</b>	<b>DS±</b>
<b>Saque</b>	Postura inicial correcta (pies alineados y paralelos)		0	1	0,25	0,44±
	Movimientos fluidos del brazo al golpear el balón		0	1	0,50	0,51±
	Contacto con la parte frontal de la mano		0	1	0,50	0,51±
	Cegamiento visual del balón tras el saque		0	1	0,30	0,47±
	Aterrizaje equilibrado (en caso de saque en suspensión)		0	1	0,55	0,51±
<b>Total, prueba de saque POST</b>			<b>0</b>	<b>5</b>	<b>2,10</b>	<b>1,52±</b>
<b>Recepción</b>	Posición básica adecuada (piernas flexionadas)		0	1	0,15	0,36±
	Manos juntas formando superficie plana con antebrazos	20	0	1	0,35	0,49±
	Golpea con la parte interna de los antebrazos		0	1	0,15	0,37±
	Movimiento de piernas hacia el balón		0	1	0,20	0,41±
	Cuerpo inclinado hacia adelante y bajo centro de gravedad		0	1	0,20	0,41±
<b>Total, de la prueba de recepción POST</b>			<b>0</b>	<b>3</b>	<b>1,05</b>	<b>0,89±</b>
<b>Remate</b>	Aproximación correcta hacia el balón		0	1	0,25	0,44±
	Posicionamiento del brazo en “L” durante el salto		0	1	0,15	0,36±
	Contacto con la parte superior de la mano		0	1	0,45	0,51±
	Movimiento descendente y rápido del brazo a golpear		0	1	0,25	0,44±
	Aterrizaje equilibrado y en posición controlada		0	1	0,25	0,44±
<b>Total, de la prueba de remate POST</b>			<b>0</b>	<b>3</b>	<b>1,35</b>	<b>1,04±</b>
<b>Puntaje total de las pruebas POST</b>		<b>20</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	<b>4,50</b>	<b>2,28±</b>

**Nota:** Elaborado por Fabian Bautista

El análisis determino que existe una diferencia aritmética a favor del periodo POST intervención, además se analizó a través de una tabla cruzada la diferencia entre los periodos. (tabla 14)

**Tabla 14**

*Análisis cruzado entre periodos PRE Y POST intervención de los fundamentos básicos del Voleibol*

Nivel de fundamentos básicos del voleibol PRE intervención		Nivel de fundamentos básicos del voleibol POST intervención		Total
		Bajo	Alto	
Saque	Bajo	10	8	18
	Alto	0	2	2
	Total	10	10	20
Recepción	Bajo	10	8	17
	Alto	0	2	3
	Total	10	10	20
Remate	Bajo	12	8	20
	Total	12	8	20
Resultados generales	Bajo	8	11	19
	Alto	0	1	1
	Total	8	12	20

**Nota:** Elaborado por Fabian Bautista

Mediante el análisis cruzado, se encontró que en la prueba de fundamento básico del saque la mayor parte de la muestra de estudio se encontraban en un nivel bajo ,mientras que mediante la intervención solo 10 se quedaron en un nivel bajo , en la segunda prueba 17 se encontraban en un nivel bajo, luego de la Post intervención solo 10 se quedaron en un nivel bajo, en la tercera prueba en el periodo Pre intervención toda la muestra de estudio se encontraba en un nivel bajo y luego del trabajo Post intervención solo 12 se mantuvieron en un nivel malo y 8 subieron a un nivel alto , además se realizó un análisis general de todas las pruebas en donde 19 estudiantes se encontraban en un nivel bajo y solo uno nivel alto para que luego de la intervención solo 8 se quedaron en un nivel bajo y los 12 en un nivel alto de fundamentos básicos de voleibol ,destacando una diferencia entre periodos.

### 3.2 VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS

Para el proceso de las hipótesis de estudio se aplicó la prueba de Wilcoxon para muestras relacionadas donde se determinó los siguientes resultados. (tabla 15)

**Tabla 15**

*Análisis estadístico de la verificación de la hipótesis*

Fundamentos básicos del voleibol	n	Pre intervención		Post intervención		Diferencia Pre - Post		P
		M	DS±	M	DS±	M	DS±	
Saque	20	1,05	1,36±	3,15	1,67±	2,10	1,52±	<b>0.000*</b>
Recepción		2,50	0,95±	3,55	1,05±	1,05	0,89±	<b>0.001*</b>
Remate		1,55	0,60±	2,90	1,33±	1,35	1,04±	<b>0.001*</b>
<b>Total, de pruebas</b>		5,10	1,97±	9,60	2,76±	4,50	2,28±	<b>0.001*</b>

**Nota:** diferencias significativas de  $P \leq 0.05(*)$

La prueba estadística aplicada determino que el valor de significación se encuentra en un nivel de  $P \leq 0.05(*)$  permitiéndonos tomar la hipótesis alternativa de la investigación en donde:

**Hi:** Los retos motrices de coordinación inciden en los fundamentos básicos del voleibol en los escolares de bachillerato general unificado.

## CAPÍTULO IV

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 4.1 CONCLUSIONES

Se diagnosticó el nivel inicial de los fundamentos básicos del Voleibol en estudiantes de bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Darío Guevara, de la Parroquia de Cunchibamba, evidenciando el nivel de fundamentos básicos del voleibol en los estudiantes dando como resultado que la mayoría de los escolares, se encuentran en un nivel “bajo” (saque y recepción y remate), además se realizó un análisis general de las pruebas verificando que 19 escolares están en un nivel “bajo” y solo 1 en un nivel “alto”.

Se valoró el nivel de desarrollo de los fundamentos básicos del voleibol posterior a la aplicación de un programa basado en retos motrices del voleibol en estudiantes de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Darío Guevara, de la Parroquia de Cunchibamba, evidenciando que en el periodo Post intervención en la prueba del saque la mitad de la muestra de estudio se encontraba en un nivel “bajo” y la otra mitad en un nivel “alto”, de la misma manera en la prueba dos, en la tercera prueba 8 estudiantes subieron a un nivel “alto” y 12 se quedaron en un nivel “bajo”, además se realizó un análisis general de las pruebas en donde solo 8 estudiantes se encontraron en un nivel “bajo” y 12 se ubicaron en un nivel “alto”.

Se analizó la diferencia entre el nivel inicial de los fundamentos básicos del voleibol y posterior a la aplicación de un programa basados en los retos motrices en estudiantes de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Darío Guevara, de la Parroquia de Cunchibamba, evidenciando que todos los integrantes de la muestra de estudio modificaron sus niveles en su mayoría de “bajo” en el periodo PRE intervención a un nivel “alto” en el periodo POST intervención, presentado diferencias significativas a nivel estadístico de  $P \leq 0.05(*)$ , que permitió aceptar la hipótesis alternativa de estudio donde los retos motrices de coordinación inciden en los fundamentos básicos del voleibol en los escolares de bachillerato general unificado.

## **4.2 RECOMENDACIONES**

Es importante diagnosticar el nivel inicial de los fundamentos básicos del Voleibol en estudiantes de bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Darío Guevara, de la Parroquia de Cunchibamba, ya que esto permite determinar el nivel inicial de fundamentos básicos de voleibol y plantear las intervenciones para su mejoría o desarrollo.

Es importante valorar el nivel de desarrollo de los fundamentos básicos del voleibol posterior a la aplicación de un programa basado en retos motrices del voleibol en estudiantes de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Darío Guevara, de la Parroquia de Cunchibamba, ya que esto permite evidencia los resultados a través de los planes de clases aplicados mediante la intervención que produce en los estudiantes dentro las clases Educación Física.

Es importante analizar la diferencia entre el nivel inicial de los fundamentos básicos del voleibol y posterior a la aplicación de un programa basados en los retos motrices en estudiantes de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa Darío Guevara, de la Parroquia de Cunchibamba, ya que solo de esta manera podremos ver la mejoría entre los periodos PRE Y POST acompañado de un análisis estadístico ,además para ser consientes en qué nivel se encuentran los estudiantes y así poder planificar actividades acorde a sus necesidades para promover su mejora.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Betancourt, F., Quilca, A., & Gibert, A. (2020). Juegos predeportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Efdeportes.com*, 12. <https://doi.org/https://doi.org/10.46642/efd.v25i266.2321>
- Bonilla, J. A. M., Ortiz, P. G. O., Zapata, E. G., & Zúñiga, A. V. C. (2018). Efectos de un programa de intervención en la motricidad gruesa: estudio con niños de 5 a 7 años. *Ciencia Digital*, 2(2), 64-78.
- Blanco, A., & Garcia, A. (2021). Propuesta para el diseño de una escuela deportiva de futbol y voleibol para niños y jóvenes en edades de 6 a 14 años con enfoque en el constructivismo. *Universidad autonoma de Bucaramanga*, 123.
- Cando, J. (2009). Desafios Fisicos Cooperativos en E.F : Una unidad didactia basada en las emociones, el disfrute y las relaciones interpersonales. *Revista Digital de Educacion Fisica*.
- Carranco, J. (2020). Las competencias profesionales del entrenador de deportes individuales. *Efdeporte.com*, 3. <https://doi.org/https://doi.org/10.46642/efd.v25i271.2692>
- Chacon, R., Zurita, F., Garcia, E., & Castro, M. (2020). Autoconcepto multidimensional según práctica deportiva en estudiantes universitarios de Educación Física de Andalucía. *Dialnet*, 2.
- Coca, E. (2023). Los juegos cooperativos en la enseñanza de los fundamentos técnicos del voleibol en escolares de Educación General Básica Media *Repositorio UTA*, 13.
- Delgado:, V. (2015). BREVE HISTORIA DEL VOLEIBOL Y SU LLEGADA A MANTA, ECUADOR. *Revista Deporvida*.
- FIVB. (2021). *Reglas Oficiales del Voleibol 2021-2024*. FIVB 2021.

- Garcia, H. (2019). El inicio de la enseñanza del vóleybol en la escuela. *repositorio.untumbes.edu.pe*, 46.
- Giakoni, F., & Duelos, P. B. (2021). Educación Física en Chile: tiempo de dedicación y su influencia en la condición física, composición corporal y nivel de actividad física en escolares. *Dialnet*, 24.
- Gomez, A. L., Jaramillo, R., & Chela, O. (2022). Desarrollo de habilidades motrices básicas de locomoción en clases de educación física para educación primaria. *Ciencia Latina Revista Multidisciplinar*, 6, 3372.
- Gomez, A. O. (2021). Autoconcepto, competencia motriz y autoeficacia motriz: relaciones e influencia sobre la práctica de actividad física del alumnado de Educación Primaria de la Comunidad de Madrid. *Repositorio de la Universidad Autónoma de Madrid*, 22.
- Gonzalez, A., & Correa, C. (2010). EDUCACIÓN FÍSICA DESDE LA CORPOREIDAD Y LA MOTRICIDAD. *Scielo.org.com*, 175.
- Gonzalez, J., & Acosta, R. (2022). Gamificación instancia de la enseñanza-aprendizaje del voleibol en Educación Física escolar. *Revista Académica Internacional de Educación Física*, 12.
- Hours, G. (2018). EL DEPORTE ESCOLAR PERSIGUE LA INSTITUCIONALIZACIÓN. *Repositorio Institucional de la UNLP*, 2.
- Jimenez, J., & Diaz, A. (2022). Desarrollo de capacidades físicas y técnicas-tácticas del voleibol. Escuela de formación de la Calera, Cundinamarca. Propuesta Modelo de Trabajo. *EFEI (Educación Física Experiencias e Investigaciones)*, 11.
- Mantilla, A. (2019). Neurociencia y entrenamiento en el deporte de alto rendimiento. *Revista Iberoamericana de Ciencias de la Actividad Física Y Deporte*, 2. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24310/riccafd.2019.v8i2.6238>
- Matos, O. (2003). Clasificación y características de las capacidades motrices. *Efdeportes*.



- Mejia, N. (2020). Fundamentacion teorica del aprendizaje de la coordinacion motriz. *EFDEPORTES*. <https://doi.org/https://doi.org/10.46642/efd.v25i271.2123>
- Mejia, N., & Perez, B. (2021). Estructura interna de la coordinación motriz de los movimientos de pies en ataque del baloncesto. *Diatnet*.
- Merino, W., Sanchez, M., Bayardo, A., & Balseca, L. (2019). Deportes colectivos universitarios y su incidencia en el rendimiento académico en la Escuela Superior Naval. *Ciencia Digital*, 2. <https://doi.org/https://doi.org/10.33262/cienciadigital.v3i2.449>
- Moreno, N., Rodriguez, C., & Paredes, J. (2022). El trabajo metodológico en la preparación del entrenador de Voleibol. *DeporVida*, 92.
- Perez, F. M. (2021). Estructura interna de la coordinación motriz de los movimientos de pies en Estructura interna de la coordinación motriz de los movimientos de pies en. *Dialnet*.
- Pombo, R. (2021). Enseñanza de los deportes colectivos de invasión: de las generalizaciones a las especificidades. *Rev.peru.cienc.act.fis.deporte*, 1190.
- Puig, N. (1991). El deporte en la perspectiva del año 2000. *Scielo*, 2. <https://doi.org/https://doi.org/10.5565/rev/papers/v38n0.1613>
- Ramos, I., Rivera, F., & Moreno, C. (2016). EVOLUCIÓN DE LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS ADOLESCENTES ESPAÑOLES. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 2.
- Ronquillo, K. (2022). EL FUTSAL EN LAS HABILIDADES MOTRICES ESPECIFICAS EN ESCOLARES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA SUPERIOR. *Repositorio UTA*, 5.
- Serrano, P., & Luque, C. (2019). *Motricidad fina en niños y niñas: Desarrollo, problemas, estrategias*.

UNESCO. (2015). *EDUCACION FISICA DE CALIDAD*.

Valles, G., & Romero, C. (2019). Fortalecimiento de la motricidad gruesa en espacios cerrados. *Revista Tecnologica Ciencia y Educacion Edwards Deming*, 5.

Vazquez, A., & Gayo, A. (2000). Dimensiones de la figura del entrenador profesional en los deportes de equipo. *Revistes Catalanes amb Accés Obert*, 58.

Vega, D., & Risoto, M. (2020). LA INFLUENCIA DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN EL AUTOCONCEPTO Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ALUMNOS DE SECUNDARIA. *REVISTA ESPAÑOLA DE EDUCACION FISICA Y DEPORTES -REEFD-*, 6.

Veloz, B. (2022). Retos motrices en la comprensión de los juegos cooperativos en escolares de Educación General Básica Superior. *Repositorio UTA*.

## ANEXOS

### Anexo 1

#### Gráfico 1

*Ficha de observación fundamentos básicos del voleibol*

#### Ficha de observación

Nombre de estudiante: .....

Edad: ..... Unidad Educativa: ..... Fecha: .....

Sexo: ..... Curso: .....

	Aspectos a evaluar	Cumple	No cumple	Observaciones
<b>Saque</b>	Postura inicial correcta (pies alineados y paralelos)			
	Movimientos fluidos del brazo al golpear el balón			
	Contacto con la parte frontal de la mano			
	Cegamiento visual del balón tras el saque			
	Aterrizaje equilibrado (en caso de saque en suspensión)			
<b>Recepción</b>	Posición básica adecuada (piernas flexionadas)			
	Manos juntas formando superficie plana con antebrazos			
	Golpea con la parte interna de los antebrazos			
	Movimiento de piernas hacia el balón			
	Cuerpo inclinado hacia adelante y bajo centro de gravedad			
<b>Remate</b>	Aproximación correcta hacia el balón			
	Posicionamiento del brazo en "L" durante el salto			
	Contacto con la parte superior de la mano			
	Movimiento descendente y rápido del brazo a golpear			
	Aterrizaje equilibrado y en posición controlada			

## Anexo 2

### Gráfico 2

#### *Escala de Likert*

Escala de Likert	Mínimo	Máximo
	0	1

Nro de ítems	5
--------------	---

Nro de niveles	2
----------------	---

Escala de valoración para dos niveles	
---------------------------------------	--

	Mínimo	Máximo
Bajo	0	3
Alto	4	5



## Construcción de escala de valoración

Construye tu escala de valoración para dos niveles. Cambia los datos en las celdas de color lila y obtienes tu escala de baremación (percentil 50)

Bajo  
Alto

Escala de Likert	Mínimo	Máximo
	0	1

Nro de ítems	15
--------------	----

Nro de niveles	2
----------------	---

Escala de valoración para dos niveles	
---------------------------------------	--

	Mínimo	Máximo
Bajo	0	8
Alto	9	15



## Construcción de escala de valoración

Construye tu escala de valoración para dos niveles. Cambia los datos en las celdas de color lila y obtienes tu escala de baremación (percentil 50)

Bajo  
Alto

## Anexo 3

### Propuesta de intervención

#### Datos informativos

**Modalidad:** presencial

**Autor:** Bautista Quispe Fabian Alexander

**Carrera:** Pedagogía de la Actividad Física y Deporte

**Área:** Deportes

**Línea de investigación:** Comportamiento social y educativo

**Periodo:** 2023-2024

#### Antecedentes

El voleibol actualmente ha ido en aumento como un deporte colectivo y de alto impacto en la sociedad, desarrolla las habilidades tanto básicas como complementarias y está estrechamente relacionado con la coordinación motriz al ser un deporte de rapidez y reacción tanto técnico como táctico, así como lo afirma **Mesa & Gonzales (2020)**:

El voleibol desarrolla estrategias didácticas, que hagan pensar a los jugadores, que desarrollen su pensamiento estratégico, dándoles la oportunidad de que sean los verdaderos protagonistas de la situación socio motriz de la que forman parte, constituyen un denominador común en las alternativas que intentan perfeccionar este proceso, desde cualquier arista. En este sentido, y si se toma en cuenta que jugar al voleibol es actuar, sobre todo pensar, interpretar, codificar, decodificar, reflexionar y decidir, actuando inteligentemente, solucionando problemas que continuamente emite el juego (**pág. 137**).

Los restos motrices son indispensables en el voleibol y en todos los deporte , mediante el mismo se desarrollan a los jugadores de manera progresiva hasta alcanzar su madurez y pueda realizar tareas complejas en dicho deporte como los **afirma (Gonzales & Sanchez (2022))**, es importante continuar indagando acerca de los factores incidentes en el desarrollo de las capacidades coordinativas con relación a la práctica multideportiva, ya que en la revisión de artículos científicos y en la correlación de los deportes con predominancias similares que se evidencia una base de desarrollo multideportivo o de factores muy específicos para mantener el nivel de las capacidades coordinativas, contribuyendo a un mejor desempeño y aprendizaje de los gestos técnicos de los diferentes deportes **(pág.34)** .

### **Justificación**

La práctica del voleibol es de suma **importancia** ya que al momento de realizar este deporte estamos realizando actividad física y cuidando nuestro cuerpo manteniéndolo saludable, ahora esta propuesta plantea implementar retos motrices de coordinación para mejorar los fundamentos básicos del voleibol.

El programa de retos motrices de coordinación para mejorar los fundamentos básicos del voleibol es de alto nivel de **interés** ya que los estudiantes quien practique este deporte mejoraran sus habilidades motrices básicas y a la vez se divertirán de una manera sana y saludable es muy importante destacar que es te deporte es de velocidad y reacción.

Los **beneficiarios** son los estudiantes de bachillerato general unificado de la Unidad Educativa Darío Guevara de la Parroquia de Cunchibamba y esto es **factible** gracias al apoyo de la unidad educativa y de las autoridades pertinentes, así mismo el apoyo de los docentes del área de Educación física

### **Objetivo general**

- Elaborar un programa de retos motrices de coordinación para mejorar los fundamentos básicos del voleibol en estudiantes de bachillerato general unificado de la Unidad Educativa Darío Guevara de la Parroquia de Cunchibamba.

## **Objetivos específicos**

- Presentar una guía de retos motrices de coordinación para la mejora de los fundamentos básicos del voleibol.
- Estimular el desarrollo de los fundamentos básicos del voleibol mediante un programa de retos motrices de coordinación.
- Desarrollar los fundamentos básicos del voleibol a través de un programa de retos motrices de coordinación.

## **Fundamentación**

El programa de retos motrices de coordinación para mejorar los fundamentos básicos del voleibol tiene por objetivo mejorar el estilo de vida de los estudiantes, debido que se encuentran en pleno desarrollo de sus habilidades y capacidades básicas, esto conlleva a la perfección en este deporte, por lo cual las planificaciones del programa están enmarcados a actividades tanto individuales como colectivas enfocados en el ámbito educativo, recreativo y formativo.

En las diferentes sesiones de trabajo se mejorará los fundamentos básicos del voleibol (saque, recepción y remate) a través de retos motrices de coordinación, las sesiones de trabajo constan de las siguientes partes:

**Calentamiento:** Se planifico diversos juegos de activación referente al deporte del voleibol de igual manera en esta parte se realizaron movimientos ligeros para activar las articulaciones y músculos del cuerpo el mismo que tendrá la duración de (20minutos).

**Parte principal:** Se aplicará el reto motriz de coordinación estipulado en la planificación comenzando con el fundamento básico del voleibol del saque seguido de la recepción y finalmente del remate y en las ultimas sesiones de trabajo se combinarán los fundamentos. (40 minutos)

**Parte final:** Los estudiantes volverán a la calma con ejercicios de menor intensidad de estiramientos y de respiración, en esta parte se realizará una retroalimentación de los aprendido. (10 minutos)

## Metodología


Luego de haber realizado la búsqueda en él, internet y en libros se puede determinar que el programa de retos motrices de coordinación es efectivo y fue realizado con el fin de mejorar los fundamentos básicos del voleibol, el tiempo empleado en el programa fueron 8 sesiones en la cual se trabajo 2 sesiones para cada fundamento y al final se combino cada unos de los fundamentos básicos del voleibol.

**Tabla 16**

*Planes de clases retos motrices fundamentos básicos del voleibol*

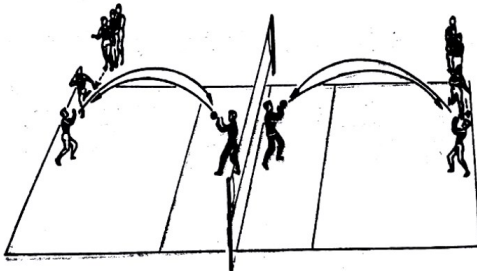
<b>Universidad Técnica de Ambato</b> <b>Facultad de Ciencias Humanas de la Educación</b> <b>Pedagogía de la Actividad Física y Deporte</b>					
<b>Plan semanal</b> <b>Guía de ejercicios de Voleibol</b>					
<b>Asignatura:</b> Educación Física	<b>Dirigido por:</b> Fabian Bautista	<b>Unidad educativa:</b> Darío Guevara	<b>Clase: 1</b>		
		<b>Grado:</b>	<b>Hora:</b>	<b>Fecha:</b>	
<b>Objetivo:</b> Conocer las diferentes zonas de la cancha de voleibol y desarrollar los desplazamientos.	<b>Metodología:</b> Se desarrollará siguiendo el proceso pedagógico enmarcado en el ciclo de enseñanza- aprendizaje -Observación -Ejecución -Práctica -Aplicación		<b>Materiales:</b> Balones, cancha, red de voleibol	Tiempo: 70 minutos	
<b>Partes de la clase</b>	<b>Actividades</b>	<b>Descripción</b>		<b>Tiempo:</b>	
<b>Parte inicial</b>	<b>Calentamiento</b>	“Manipulación” En un espacio delimitado, los jugadores, individualmente, se desplacen libremente por el espacio, golpeando el balón con los dedos hacia arriba evitando perder el control		20	



		<p>de los mismos y chocar con el resto de jugadores. Variantes: Golpeamos el balón más alto. Con el antebrazo. Ídem, intentado golpear los balones del resto de compañeros al tiempo que cada jugador protege los suyos. Balones Cancha</p>	
<p><b>Parte principal</b></p>	<p><b>Desplazamientos</b></p>	<p>-Los participantes se sitúan en fila de a uno en el punto de intersección de la línea lateral y final. A una señal, corren a lo largo de la línea frontal a la zona de ataque, se detienen y se vuelven con la cara hacia la red (se corre desde la zona libre hasta la línea de ataque).</p>  <p>1. Zona libre 2. Línea central 3. Línea de fondo 4. Línea lateral 5. Línea de ataque 6. Zona de saque 7. Zona defensiva 8. Zona de ataque 9. Primer árbitro 10. Segundo árbitro 11. Anotador 12. Banquillo</p> <p>-Los participantes se sitúan en fila en la zona zaguera de frente hacia la red. Carrera hacia esta, parada e imitación de una defensa del balón por debajo con las dos manos (debe tratarse que los muchachos corran lo más rápido posible y que al detenerse no pierdan el equilibrio ni pasen la línea central).</p> <p>-El entrenador se sitúa en la zona libre con una pelota en las manos y de frente a la red. Los participantes, salen uno a uno por debajo de la red a la línea lateral y, de correspondencia con el lugar hacia el cual el entrenador lanza el balón, adoptan un procedimiento de desplazamiento: sucesión de pasos, doble paso, salto o carrera. Después de esta tarea se realiza por partes</p>	<p>40</p>

<b>Parte Final</b>	<b>Ejercicios de estiramiento</b>	Estiramiento de hombros y rotación de brazos Extensión de muñecas y de brazos Estiramiento de cadera	10
<b>Universidad Técnica de Ambato</b> <b>Facultad de Ciencias Humanas de la Educación</b> <b>Pedagogía de la Actividad Física y Deporte</b>			
<b>Plan semanal</b> <b>Guía de ejercicios de Voleibol</b>			
<b>Asignatura:</b> Educación Física	<b>Dirigido por:</b> Fabian Bautista	<b>Unidad educativa:</b> Darío Guevara	<b>Clase: 2</b>
		<b>Grado:</b>	<b>Hora:</b>
<b>Objetivo:</b> Conocer y desarrollar la defensa del saque y pase del balón de voleibol	<b>Metodología:</b> Se desarrollará siguiendo el proceso pedagógico enmarcado en el ciclo de enseñanza- aprendizaje -Observación -Ejecución -Práctica -Aplicación		<b>Materiales:</b> Balones, cancha, red de voleibol globos
			<b>Tiempo:</b> 70 minutos
<b>Partes de la clase</b>	<b>Actividades</b>	<b>Descripción</b>	<b>Tiempo:</b>
<b>Parte inicial</b>	<b>Calentamiento</b>	“Globos locos” En parejas o tríos los niños golpean el globo con sus manos, utilizando principalmente las yemas de los dedos, mientras se sigue un ritmo determinado, con estímulos visuales o cambios de dirección.	20
<b>Parte principal</b>	<b>Defensa del saque y pase del balón</b>	-Captura de una pelota en posiciones media y baja. Es muy importante que los niños capturen el balón junto a la cara (por encima de la cabeza), debe ser posible con los dedos y haciendo una ligera cuclillas en el momento de la captura (no bajar el balón). Desde esta posición, extendiendo simultáneamente los brazos y las piernas, hay que lanzar la pelota al frente-arriba a un compañero. En este movimiento lo fundamental es el movimiento con las muñecas y los dedos, y la simultaneidad en los movimientos de brazos y piernas	40

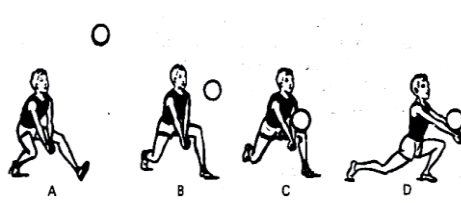
		<p>-Lanzamiento de la pelota sobre la cabeza y captura. Capturar la pelota con los dedos, sin bajarla ni ponerse en cuclillas. Sosteniendo la pelota junto a la cara y extendiendo las piernas sobre la cabeza.</p> <p>-Lanzamiento de la pelota hacia atrás desde la posición baja, la pelota frente a la cara. Debe cuidarse que los atletas lancen la pelota mediante una extensión de los brazos en los codos, un movimiento final de las muñecas y los dedos y la extensión de las piernas.</p> <p>-Captura de la pelota en el lugar y después de diferentes desplazamientos en combinación con lanzamientos de la misma al frente-arriba, sobre la cabeza y hacia atrás.</p>		
<b>Parte Final</b>	<b>Ejercicios de estiramiento</b>	Estiramiento de hombros y rotación de brazos Extensión de muñecas y de brazos Estiramiento de cadera	10	
Universidad Técnica de Ambato Facultad de Ciencias Humanas de la Educación Pedagogía de la Actividad Física y Deporte				
Plan semanal Guía de ejercicios de Voleibol				
Asignatura: Educación Física	Dirigido por: Fabian Bautista	Unidad educativa: Darío Guevara	Clase: 3	
		Grado:		
Objetivo: Conocer y desarrollar ejercicios para la técnica del voleibol	Metodología: Se desarrollará siguiendo el proceso pedagógico enmarcado en el ciclo de enseñanza- aprendizaje -Observación -Ejecución -Práctica		Materiales: Balones, cancha, red de voleibol globos	Tiempo: 70 minutos

	-Aplicación			
Partes de la clase	Actividades	Descripción	Tempo:	
Parte inicial	Calentamiento	<p style="text-align: center;">“La pelota Capitana”</p> <p>Formados en semicírculo y sentados en el suelo, de frente al compañero. A la señal el capitán vuela el balón hacia el primero quien se levanta de la posición de sentado y vuela y se sienta, continuando así hasta llegar al último quien, después de devolverla correrá a cambiar su posición con la del capitán.</p> <p>Reglas: Un punto para el equipo que finalice de primero cada ciclo resultando campeón el que más puntos consiga en un determinado número de ciclos</p>	20	
Parte principal	Ejercicios para la técnica	<p>-Los participantes se sitúan en fila de a uno, de frente hacia el entrenador, quien pasa el balón a cada uno de ellos. Estos, al recibir el balón por arriba, tratan de devolverlo con exactitud al entrenador. En los comienzos los atletas ejecutan el recibo y el pase situados en su lugar; después, mediante paso, un salto al frente y sucesión de pasos laterales. Los participantes se sitúan según la forma indicada en la figura 12. El entrenador pasa el balón al frente, mientras que el primero de la fila corre en esa dirección, se detiene con paso o salto, se vuelve hacia el entrenador y, mediante un pase por arriba, le devuelve el balón.</p> <p style="text-align: center;">Figura 12</p> 	40	
Parte Final	Ejercicios de estiramiento	<p>Estiramiento de hombros y rotación de brazos</p> <p>Extensión de muñecas y de brazos</p> <p>Estiramiento de cadera</p>	10	

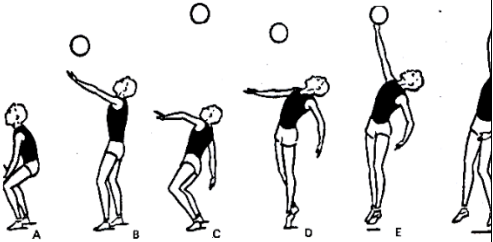
**Universidad Técnica de Ambato**  
**Facultad de Ciencias Humanas de la Educación**  
**Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**

**Plan semanal**  
**Guía de ejercicios de Voleibol**

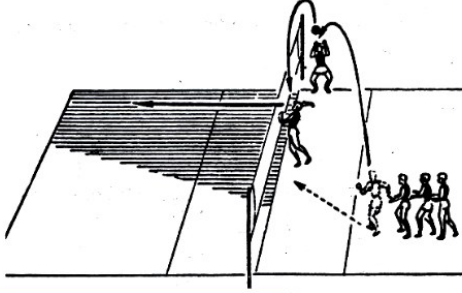
<b>Asignatura:</b> Educación Física	<b>Dirigido por:</b> Fabian Bautista	<b>Unidad educativa:</b> Darío Guevara	<b>Clase: 4</b>		
		<b>Grado:</b>			<b>Hora:</b>
Objetivo: Conocer y desarrollarla defensa del saque y pase del balón por abajo del voleibol.	Metodología: Se desarrollará siguiendo el proceso pedagógico enmarcado en el ciclo de enseñanza- aprendizaje -Observación -Ejecución -Práctica -Aplicación		Materiales: Balones, cancha, red de voleibol globos	Tiempo: 70 minutos	
<b>Partes de la clase</b>	<b>Actividades</b>	<b>Descripción</b>			<b>Tiempo:</b>
<b>Parte inicial</b>	<b>Calentamiento</b>	<p style="text-align: center;">“Balón tigre ”</p> <p>Los estudiantes forman un círculo de un diámetro de 4 a 8 metros. Uno o dos son los tigres y se colocan en el centro del círculo, los que forman el círculo se pasan la bola utilizando el voleo y el tigre intenta interceptar el balón o atraparlo.</p> <p>Reglas: La tarea principal de este juego es pasar el balón de forma exacta en el momento preciso entre cada jugador. Los jugadores exteriores no deben abandonar su lugar. Los tigres se pueden mover libremente. Puntuaciones: a. Cuando un tigre toque un balón será sustituido por aquel jugador que haya jugado el balón en último lugar. Quien haya tenido que ir menos veces al centro ganara.</p>			20
<b>Parte principal</b>	<b>Defensa del saque y pase del balón por abajo</b>	<p>-En la figura aparece la forma en que se realiza la defensa del balón por debajo. El jugador corre hacia el lugar donde caerá el balón. La pierna izquierda se sitúa en el talón para frenar el movimiento del cuerpo hacia delante y los brazos se separan para el recibo. El peso del cuerpo se traslada a la pierna de enfrente, los brazos extendidos y las</p>			40

		<p>manos cerradas. El recibo del balón se realiza en los antebrazos junto con las articulaciones radiocarpianas. Es muy importante que los brazos no se flexionen en los codos en el momento de recibir el balón. Mientras mayor sea la velocidad del balón menor deberá ser el movimiento de los brazos al recibirlo. Se realizaran ejercicios de diferentes posiciones del terreno de juego</p> 	
<b>Parte Final</b>	<b>Ejercicios de estiramiento</b>	<p>Estiramiento de hombros y rotación de brazos Extensión de muñecas y de brazos Estiramiento de cadera</p>	10
<p><b>Universidad Técnica de Ambato</b> <b>Facultad de Ciencias Humanas de la Educación</b> <b>Pedagogía de la Actividad Física y Deporte</b> <b>Plan semanal</b> <b>Guía de ejercicios de Voleibol</b></p>			
<b>Asignatura:</b> Educación Física	<b>Dirigido por:</b> Fabian Bautista	<b>Unidad educativa:</b> Darío Guevara	<b>Clase: 5</b>
		<b>Grado:</b>	<b>Hora:</b>
			<b>Fecha:</b>
<b>Objetivo:</b> Conocer y desarrollar el saque del voleibol	<b>Metodología:</b> Se desarrollará siguiendo el proceso pedagógico enmarcado en el ciclo de enseñanza- aprendizaje -Observación -Ejecución -Práctica -Aplicación		<b>Materiales:</b> Balones, cancha, red de voleibol globos
			<b>Tiempo:</b> 70 minutos
<b>Partes de la clase</b>	<b>Actividades</b>	<b>Descripción</b>	<b>Tiempo:</b>

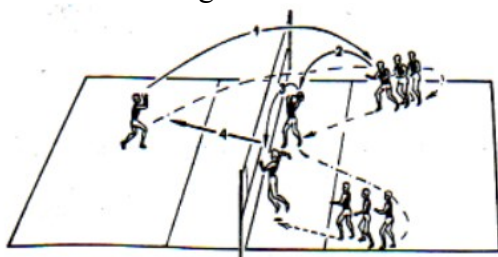
<p><b>Parte inicial</b></p>	<p><b>Calentamiento</b></p>	<p>“Esquivar el balón”</p> <p>Un equipo en el interior del terreno; el otro equipo en el contorno y en posesión del balón. El equipo que está dentro esquivo el balón o intenta bloquearlo al vuelo para eliminar al lanzador. La duración del juego se determina antes de comenzar (5 o 10 minutos). El lanzamiento se debe hacer con las manos y utilizando el voleo. Los jugadores pueden pasarse el balón, pero sin desplazarse con el mismo.</p> <p>Reglas: En el interior del campo de juego cualquier jugador tocado por el balón antes de que haya tocado el suelo queda eliminado y sale del juego; si bloquea el balón al vuelo elimina al lanzador y este se retira del juego; si después de bloquear el balón se le cae queda eliminado; pero si su bloqueo está bien entonces pone el balón en el centro del terreno, un lanzador viene a buscarlo y lo pasa a uno de sus compañeros que permanece en el entorno. El equipo ganador es el que consiga dejar el mayor número de jugadores en juego. Se juega otra ronda pero cambiándose los papeles</p>	<p>20</p>
<p><b>Parte principal</b></p>	<p><b>Saque</b></p>	<p>-Los jugadores se dividen en dos grupos y ejecutan continuamente saques dentro de los límites del terreno; después del saque pasan a defender el balón sacado por los jugadores contrarios. La atención se debe fijar en la técnica del saque. Los participantes deben tratar de enviar el balón por encima de la red sin violar las reglas del juego (sin errores).</p> <p>-Cada atleta ejecuta sucesivamente 5, 10, 20 intentos de saque. Dos jugadores sacan simultáneamente desde cada lado del terreno, mientras los restantes les suministran los balones.</p> <p>-Los participantes, antes de realizar el saque, realizan cuclillas, saltos, caídas, etc.</p> <p>-Saques de presión: a) a las mitades izquierda y derecha del terreno; b) a las mitades del terreno cerca y lejana a la red. El ejercicio se puede ejecutar en parejas; quien saca trata de enviar el balón al compañero el cual lo recibirá por arriba.</p>	<p>40</p>

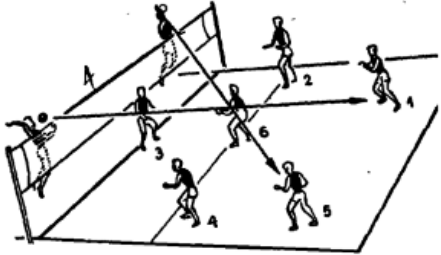
		<p>-“¿Quién saca más?” competencia que gana quien realice la mayor cantidad de saque correctos entre los intentos realizados (5, 10, 20).</p> <p>-Competencia que gana quien realice el mayor número de saques seguidos sin cometer un error.</p> 	
<b>Parte Final</b>	<b>Ejercicios de estiramiento</b>	<p>Estiramiento de hombros y rotación de brazos</p> <p>Extensión de muñecas y de brazos</p> <p>Estiramiento de cadera</p>	10
<p><b>Universidad Técnica de Ambato</b>  <b>Facultad de Ciencias Humanas de la Educación</b>  <b>Pedagogía de la Actividad Física y Deporte</b></p>			
<p><b>Plan semanal</b>  <b>Guía de ejercicios de Voleibol</b></p>			
<b>Asignatura:</b> Educación Física	<b>Dirigido por:</b> Fabian Bautista	<b>Unidad educativa:</b> Darío Guevara	<b>Clase:</b> 6
		<b>Grado:</b>	<b>Hora:</b>
			<b>Fecha:</b>
<b>Objetivo:</b> Desarrollar el fundamento del remate mediante ejercicios de voleibol	<b>Metodología:</b> Se desarrollará siguiendo el proceso pedagógico enmarcado en el ciclo de enseñanza- aprendizaje -Observación -Ejecución -Práctica -Aplicación	<b>Materiales:</b> Balones, cancha, red de voleibol globos	<b>Tiempo:</b> 70 minutos
<b>Partes de la clase</b>	<b>Actividades</b>	<b>Descripción</b>	<b>Tiempo:</b>
<b>Parte inicial</b>	<b>Calentamiento</b>	“Pases por encima de la red”	20




		<p>Por equipos con un balón, tres a cada lado de la red. Realizan un máximo de tres toques de balón y pasan el este al campo contrario y el equipo contrario repite la acción.</p> <p>Reglas: Se cuenta el número de pases realizado en un tiempo previamente determinado, triunfando el equipo que más pases haya realizado.</p>	
<b>Parte principal</b>	<b>Remates</b>	<p>-Los jugadores se sitúan en columna de la línea lateral. Desde las líneas laterales el balón se pasa a por un compañero donde ayudara con la elevación del balón para que el otro grupo pueda hacer los remates</p> <p>-Lo mismo, pero se remata desde la zona 2 a la mitad izquierda del terreno; el pase a la zona 3 se ejecuta desde la zona 2.</p> <p>-Los participantes deberán hacer los remates a los diferentes zonas de la cancha de voleibol</p> 	40
<b>Parte Final</b>	<b>Ejercicios de estiramiento</b>	<p>Estiramiento de hombros y rotación de brazos</p> <p>Extensión de muñecas y de brazos</p> <p>Estiramiento de cadera</p>	10
<p><b>Universidad Técnica de Ambato</b>  <b>Facultad de Ciencias Humanas de la Educación</b>  <b>Pedagogía de la Actividad Física y Deporte</b></p>			
<p><b>Plan semanal</b>  <b>Guía de ejercicios de Voleibol</b></p>			
<b>Asignatura:</b> Educación Física	<b>Dirigido por:</b> Fabian Bautista	<b>Unidad educativa:</b> Darío Guevara	<b>Clase: 7</b>
		<b>Grado:</b>	
			<b>Fecha:</b>

<p><b>Objetivo:</b> Desarrollar las acciones de juego del voleibol (ofensivo - defensivo)</p>	<p><b>Metodología:</b> Se desarrollará siguiendo el proceso pedagógico enmarcado en el ciclo de enseñanza- aprendizaje -Observación -Ejecución -Práctica -Aplicación</p>	<p><b>Materiales:</b> Balones, cancha, red de voleibol globos</p>	<p><b>Tiempo:</b> 70 minutos</p>	
Partes de la clase	Actividades	Descripción		Tiempo:
<p><b>Parte inicial</b></p>	<p><b>Calentamiento</b></p>	<p>“Los cinco pases ” Se forman dos equipos, el equipo en posición de la bola realizan pases de voleo, mientras todos sus miembros cuentan la cantidad de voleos ejecutados, el equipo contrario trata de interceptar el balón y si lo consigue comienzan a realizar pases de voleo.  Reglas: No se puede interceptar la bola, cogiendo la bola ni agarrando empujando o golpeando al contrario, se acredita un punto cada cinco pases realizados por equipo, gana el equipo con más puntos a final del tiempo determinado</p>		<p>10</p>
<p><b>Parte principal</b></p>	<p><b>Acción de juego ofensivo y defensivo</b></p>	<p>Acción a la ofensiva:  -Los jugadores se distribuyen en la forma indicada en la figura. Desde la zona de ataque el balón se pasa por encima de la red. En este caso el primer pase se orienta a la línea de fondo ; el segundo, desde la línea de fondo a la línea lateral y, desde ésta, se remata (o se realiza un pase de engaño). El jugador que envía el balón por encima de la red recibe el balón después del remate o el envío de engaño. Una vez que han realizado todos los pases, los jugadores se cambian de la forma indicada en la figura .</p>		<p>25</p>



		<p>Acciones defensivas:</p> <p>En esa posición el jugador de la zona de ataque se protege del rematador contrario, lo que obstaculiza a los jugadores 5 y 1, quienes no pueden seguir las acciones del rematador y encuentra dificultades entonces para preparar el recibo del balón. Además, como regla, el jugador de la zona de ataque trata de tocar los balones que le pasan cerca, lo que pocas veces se logra y con ello no hace otra cosa que obstaculice a sus compañeros en la defensa</p> 	
<b>Parte Final</b>	<b>Ejercicios de estiramiento</b>	<p>Estiramiento de hombros y rotación de brazos</p> <p>Extensión de muñecas y de brazos</p> <p>Estiramiento de cadera</p>	5
<p><b>Universidad Técnica de Ambato</b>  <b>Facultad de Ciencias Humanas de la Educación</b>  <b>Pedagogía de la Actividad Física y Deporte</b></p>			
<p><b>Plan semanal</b>  <b>Guía de ejercicios de Voleibol</b></p>			
<b>Asignatura:</b> Educación Física	<b>Dirigido por:</b> Fabian Bautista	<b>Unidad educativa:</b> Darío Guevara	<b>Clase:</b> 8
		<b>Grado:</b>	<b>Hora:</b>
<b>Objetivo:</b> Evaluar a los estudiantes los fundamentos del voleibol mediante un juego oficial	<b>Metodología:</b> Se desarrollará siguiendo el proceso pedagógico enmarcado en el ciclo de enseñanza- aprendizaje -Observación -Ejecución -Práctica -Aplicación	<b>Materiales:</b> Balones, cancha, red de voleibol globos	<b>Tiempo:</b> 70 minutos

<b>Partes de la clase</b>	<b>Actividades</b>	<b>Descripción</b>	<b>Tiempo:</b>
<b>Parte inicial</b>	<b>Calentamiento</b>	<p>“Diez toques”</p> <p>Se forma un círculo, un niño toma el balón y a lo pasa a cualquiera de sus compañeros de mano baja tratando de que la pelota no vaya al suelo.</p> <p>Reglas: Se obtiene un punto por cada 10 toques. Cada vez que el balón cae al suelo se inicia de nuevo el conteo de diez. Triunfa el equipo que consiga antes, los puntos establecidos.</p>	20
<b>Parte principal</b>	<b>Juego de equipos</b>	<p>Juego de equipos</p> <p>-Se armaran equipos de 6 jugadores por equipos en donde se pondrá en práctica todos los fundamentos aprendidos del voleibol el saque, el remate , la recepción y el bloqueo de la misma manera los sistemas de juego tanto ofensivo como defensivo</p> 	40
<b>Parte Final</b>	<b>Ejercicios de estiramiento</b>	<p>Estiramiento de hombros y rotación de brazos</p> <p>Extensión de muñecas y de brazos</p> <p>Estiramiento de cadera</p>	10

## Anexo 4

### Fotos de la intervención





