



**PLAN DE APRENDIZAJE
TALLER DE EDUCACIÓN FÍSICA**

VÓLEY 2 JUGAMOS Y APRENDEMOS

Secundaria
— *aprende*

El siguiente documento es un material de trabajo no prescriptivo

**Equipos de Secundaria
Equipo de Educación Física
Escuela de Maestros**

TIPO DE ESPACIO AL QUE CORRESPONDE EL PLAN TALLER

NOMBRE DEL ESPACIO

ED FISICA- VÓLEY

NOMBRE DEL PLAN: VÓLEY 2 JUGAMOS Y APRENDEMOS

DURACIÓN 1 BIMESTRE MAYO – JUNIO 2DO BIMESTRE

SINOPSIS:

A lo largo de esta etapa experimentarán, a través de distintas actividades y juegos, el aprendizaje del vóley, desarrollarán habilidades motoras específicas, como así también la resolución de situaciones (táctica) que les permitirán realizar un juego fluido.

CONTENIDOS: *A lo largo de este plan aprenderás:*

Eje El propio cuerpo

- Principios para el entrenamiento de las capacidades motoras.
- Habilidades motoras básicas y combinadas: ajuste técnico/calidad de movimiento.
- Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos (vóley) Golpe de manos altas. Golpe de manos bajas. Saque flotado. Recepción y Remate.

Eje El cuerpo y el medio físico

- Variables físicas de movimiento.
- Uso del espacio del juego con sentido táctico.

Eje El cuerpo y el medio social

- Cuidado del cuerpo propio y de los otros.
- Juego limpio.
- Sistemas de juego
- El deporte reducido como elemento introductorio al deporte formal.
- Juego 3 vs. 3 y 4 vs 4.



Buenos Aires Ciudad



OBJETIVOS: *Se espera que logres: ... (objetivos, en infinitivo).*

- Resolver situaciones que se presenten en el juego, empleando las habilidades motoras específicas del vóley.
- Participar activamente del juego y generar acuerdos con sus pares sobre roles, reglas y resolución de conflictos.
- Conocer las reglas básicas del deporte que le permitan desenvolverse en él.

PUNTO DE PARTIDA

- En este taller, ya comenzaste un recorrido en el primer bimestre que te permite situarte de manera inteligente en el campo de juego e interactuar con tus compañeros resolviendo los problemas que el juego plantea.

En esta etapa, tendrás oportunidad de:

- Reconocer trayectorias, velocidades, angulaciones y desplazamientos específicos.
- Emplear habilidades motoras específicas adecuadas en tiempo y espacio para resolver los problemas del juego.
- Utilizar racionalmente los espacios de juego del voleibol de 4 jugadores: zonas de acción, zonas de conflicto, zonas de inicio de jugada.
- Evaluar el desempeño propio y de tus compañeros.

DURACIÓN ESTIMADA DE LA ETAPA 1 semana

RECURSOS

Red

Pelotas de vóley

Pelotas pequeñas de hándbol, tenis o de pelotero

Aros

Conos

Sogas

Tizas

Celular o computadora

Conexión wifi



ACTIVIDADES

1. Se colocarán en tríos, dos compañeros estarán de espalda a la red, con una separación aproximada, uno del otro, de 2 mts. Uno de ustedes con la pelota en la mano se la enviará al tercero que estará ubicado enfrente de él; con golpe de manos bajas el del fondo enviará la pelota al otro compañero y se desplazará lateralmente para ubicarse frente al que tiene la pelota y volverá a enviar la pelota al primer compañero.
2. Ahora les proponemos que se agrupen de a 6. Jueguen 3 vs 3, y ubíquense en el campo de juego como un triángulo, con un delantero derecho, un delantero central que será el encargado de armar y un delantero izquierdo. Ustedes decidan qué ubicación ocupará cada uno. La primera pelota tiene que ser tomada y deben golpear la segunda y tercera pelota. El juego se inicia con saque y no se rota hasta que el docente lo indique.
3. Luego de jugar un tiempo considerable se detendrá el juego, reúnanse para evaluar: ¿cómo está saliendo lo que acordaron al inicio? Revisen esas decisiones tomadas, ajusten lo que crean necesario y vuelvan a jugar cambiando de compañeros.
4. Ahora bien, en la semana, te proponemos que indagues este video referidos al Juego 6 vs 6. La próxima clase, compartiremos lo observado.

<https://www.youtube.com/watch?v=-9kDdztP2KQ&t=32s>

Material de trabajo NO PRESCRIPTIVO

INDAGACIÓN

En esta etapa te propondremos:

- Indagar con tus compañeros el uso estratégico y táctico de los espacios para poder jugar y poner en práctica lo aprendido.



Buenos Aires Ciudad



- Reconocer qué habilidades motoras específicas fueron las necesarias para aplicar en cada situación de juego.
- Identificar en qué momento y cómo intervenir para resolver problemas en cada situación de juego en particular (táctica).

DURACIÓN ESTIMADA DE LA ETAPA 1 semana

RECURSOS

Red

Pelotas de vóley

Pelotas pequeñas de hándbol, tenis o de pelotero

Aros

Conos

Sogas

Tizas

Celular o computadora

Conexión wifi

Material de trabajo NO PRESCRIPTIVO



ACTIVIDADES

1. En la etapa anterior vieron un video sobre vóley. ¿Algo les llamó la atención?, ¿nosotros jugamos parecido a lo que vieron?, ¿qué tendríamos que mejorar?
2. Agrúpense de a 6 y jueguen partidos 3 vs 3 con saque (flotado) por tiempo.
3. Luego van a rotar para jugar con otros compañeros como rivales.
4. Después de jugar un tiempo considerable se detendrá el juego y evaluarán entre todos: ¿cómo salió lo que acordaron al inicio?, ¿cómo han sido los resultados en relación a los acuerdos alcanzados por el equipo?, ¿pudieron respetar la posición en la cancha?, ¿aplicaron las habilidades específicas del vóley? Volvamos a jugar intentando modificar lo acordado.

Material de trabajo NO PRESCRIPTIVO

PRODUCCIÓN

En esta etapa avanzarán su práctica, podrán elegir autónomamente las formas de juego; comprender las reglas y arbitrar partidos; así como también crear juegos y ejercicios para la mejora individual y colectiva.

DURACIÓN ESTIMADA DE LA ETAPA 5 semanas

RECURSOS

Red
Pelotas de vóley



Buenos Aires Ciudad



Pelotas pequeñas de hánbol, tenis o de pelotero

Aros

Conos

Sogas

Tizas

Celular o computadora

Conexión wifi

ACTIVIDADES

Primera semana

1. Para empezar se ubicarán en parejas, enfrentados e intentarán hacer ataque y defensa.
2. Ahora les proponemos agruparse de a 6. Jueguen 3 vs 3 y ubíquense en el campo de juego como un triángulo, con un delantero derecho, un delantero central que será el encargado de armar y bloquear y un delantero izquierdo. Decidan qué ubicación ocupará cada uno. El juego comenzará con el ataque de un compañero del otro equipo que se lanzará la pelota y atacará. La primera pelota tiene que ser tomada y deben golpear la segunda y tercera pelota. El juego se inicia con ataque, no hay saque, y no se rota hasta que el docente lo indique.
3. Luego de jugar un tiempo considerable se detendrá el juego y se reunirán para evaluar: *¿cómo está saliendo lo que acordaron al inicio para poder defender y bloquear? Revisen esas decisiones tomadas, ajusten lo que crean necesario y vuelvan a jugar cambiando de compañeros.*
4. Seguirán jugando 3 vs 3. Ahora no se puede tomar la pelota.

Segunda semana

1. Ubícate con tus compañeros, dos de un lado de la red y uno del otro lado. El jugador A pasa la pelota al jugador B, que está del mismo lado de la red, con golpe de manos altas, el jugador B se la devuelve al jugador A en forma de levantada. El jugador A envía la pelota al otro campo a la posición del jugador C. Mientras tanto el jugador B, luego de levantar al jugador A, pasa por debajo de la red y se ubica en posición para recibir la pelota pasada por el jugador C. El jugador B se la devuelve al jugador C en forma de levantada y el jugador C enviará nuevamente la pelota alta y cómoda al jugador A del otro campo. El juego se repetirá hasta que la pelota se caiga.
2. Ahora agrúpense de a 6. Jueguen 3 vs 3, y ubíquense en el campo de juego como un triángulo, con un delantero derecho, un delantero central que será el encargado de armar y un delantero izquierdo. Decidan qué ubicación ocupará cada uno. La primera pelota se golpea y la segunda tiene que ser tomada, enfrentar al atacante y armarle con golpe de manos altas al tercer jugador para que este pueda atacar. El juego se inicia con saque y no se rota hasta que el docente lo indique.
3. Luego de jugar un tiempo considerable se detendrá el juego y se reunirán para evaluar: *¿cómo está saliendo lo que acordaron al inicio? Revisen esas decisiones tomadas, ajusten lo que crean necesario y vuelvan a jugar cambiando de compañeros.*
4. Le proponemos al grupo que sigan jugando 3 vs 3 y que no se puede tomar la pelota.

Tercera semana

1. Jugarán 3 vs 3, el juego se inicia con saque y el ataque solo se puede realizar por posición 4.
2. Ahora siguen jugando 3 vs 3. El juego se inicia con saque y el ataque solo se puede realizar por posición 2.
3. Luego de jugar un tiempo considerable se detendrá el juego y evaluarán: *¿cómo está saliendo lo que acordaron al inicio? Revisen esas decisiones tomadas, ajusten lo que crean necesario*



4. Juego 3 vs 3 libre

Cuarta semana

1. Les pedimos que se ubiquen de a 4, formen una hilera de dos jugadores a cada lado de la red y se pasen la pelota con golpe de manos bajas
2. A continuación agrúpense de a 8, jugarán 4 vs 4. En el campo de juego se ubicarán como un rombo (tres delanteros y un zaguero). El juego se inicia con lanzamiento en lugar de saque, tienen que realizar dos toques como mínimo antes de enviar la pelota al otro campo y no se rota hasta que el docente lo indique.
3. Luego de jugar un tiempo considerable se detendrá el juego y se reunirán para evaluar: ¿cómo está saliendo lo que acordaron al inicio? Revisen esas decisiones tomadas, ajusten lo que crean necesario y vuelvan a jugar cambiando de compañeros.
4. Juego 4 vs 4

Quinta semana

1. En esta oportunidad se juntarán de a 4. Cada grupo con una pelota pequeña (de papel, de tenis, etc.) realizará lanzamiento con salto hacia una referencia en el suelo.
2. Ahora se agruparán de a 8. Jueguen 4 vs 4 y ubíquense en el campo de juego como un rombo, con un delantero derecho, un delantero central que será el encargado de armar y bloquear, un delantero izquierdo y un zaguero. Decidan qué ubicación ocupará cada uno. El juego comenzará con el ataque de un compañero del otro equipo por posición 4 que lanzará la pelota y atacará primero de pie y luego saltando. El delantero central del equipo defensor tiene que bloquear, en el caso que puedan defender tienen que realizar dos toques como mínimo. El juego se inicia con ataque, no hay saque, y no se rota hasta que el docente lo indique.
3. Luego de jugar un tiempo considerable se detendrá el juego y se reunirán para evaluar: ¿cómo está saliendo lo que acordaron al inicio? Revisen esas decisiones tomadas, ajusten lo que crean necesario y vuelvan a jugar cambiando de compañeros.
4. Juego 4 vs 4 libre

EVALUACIÓN

DURACIÓN ESTIMADA DE LA ETAPA 1 semana

RECURSOS

Red



Buenos Aires Ciudad



Pelotas de vóley
Pelotas pequeñas de hándbol, tenis o de pelotero
Aros
Conos
Sogas
Tizas
Celular o computadora
Conexión wifi

ACTIVIDADES

- Les pedimos que se agrupen de a 10 y jueguen 4 vs 4 por tiempo. Los dos compañeros restantes serán árbitros. Al finalizar cada partido, según el orden que ustedes establezcan, los que no juegan reemplazarán a los árbitros.
- Vuelvan a agruparse cambiando los compañeros y jueguen otra vez repitiendo lo solicitado anteriormente.
- Luego de jugar un tiempo considerable se detendrá el juego y evaluarán: ¿Cómo está saliendo el juego? ¿Qué consideran que mejoraron? ¿Qué parte nos faltaría mejorar para poder jugar mejor?
- Cierre del taller: Actividad final en círculo: comparten una palabra que resuma su experiencia en el taller y celebremos el aprendizaje colectivo.

Material de trabajo NO PRESUPUESTADO





Material de trabajo NO DESCRIPTIVO