



-
-
-

PLAN DE APRENDIZAJE

TALLER DE EDUCACIÓN FÍSICA

VOLEY 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 JUGAMOS Y APRENDEMOS

DURACIÓN 1 MARZO-ABRIL 1ER BIMESTRE

SINOPSIS:

A lo largo de esta etapa experimentarán, a través de distintas actividades y juegos, el aprendizaje del vóleibol, 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 manos altas. Golpe manos bajas. Saque de abajo y flotado. Recepción

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: 2 vs. 2; 3 vs. 3.



OBJETIVOS: Se espera que logres:

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

PUNTO DE PARTIDA

En este plan recuperaremos los conocimientos de vóley que seguramente adquiriste en la escuela primaria, y que te permiten situarte en el campo de juego e interactuar con tus pares a partir de gestos técnicos. Podrás continuar con el aprendizaje del deporte.

- Realizaremos juegos que te permitirán reconocer cuándo es conveniente que te desplaces y llegues más rápido a ocupar un lugar en el campo de juego.
- Practicaremos habilidades motoras específicas del voleibol: saque a pie firme; golpe de manos bajas y de manos altas de recepción del saque; golpe de manos bajas de defensa y de armado; remate; bloqueo.
- Durante los juegos de campo reducido podrás reconocer tus zonas de acción, zonas de conflicto y zonas de inicio de jugada.
 - Reconocerás las zonas del campo de juego y la rotación de los jugadores, y también el aspecto reglamentario.
 - Adquirirás conocimientos para reconocer y evaluar tú desempeño.
 - Jugarás 2 vs 2 o 3 vs 3 con objetivos tácticos y estratégicos
 - Podrás elegir la forma de juego según tus propias posibilidades

DURACIÓN ESTIMADA DE LA ETAPA 1 semana

RECURSOS

Red

Pelotas de vóley

Pelotas pequeñas de hándbol, tenis o de pelotero

Aros

Conos

Sogas

Tizas



Buenos Aires Ciudad



Celular o computadora
Conexión wifi

ACTIVIDADES

- Vamos a empezar a aprender jugando.. ¿Qué te parece? Para ello te vas a agrupar de a 4 y jugarán partidos 2 vs 2 con saque libre (flotado o de abajo) por tiempo.
- Ahora agrúpense de a 6 y jueguen partidos 3 vs 3 con saque libre (flotado o de abajo) por tiempo
- Ahora bien, en la semana, te proponemos que indagues estas páginas y mires dos videos referidos al Juego Monster Block Teen's. La próxima clase, compartiremos lo observado.

[Federacion Metropolitana de Voley \(metrovoley.org.ar\)](http://Federacion Metropolitana de Voley (metrovoley.org.ar))

- <https://www.youtube.com/@monsterblockteensteens8185>

Material de trabajo NO PRESCRIPTIVO

INDAGACIÓN

Seguirán trabajando sobre lo visto en la clase anterior y podrán compartir lo observado en los videos.



Buenos Aires Ciudad



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



Buenos Aires Ciudad



ACTIVIDADES

1. En la etapa anterior se propuso ver los videos de Monster Block Teen's (MBT). ¿Algo les llamó la atención?, ¿nosotros jugamos parecido a lo que vieron? ¿qué tendríamos que mejorar?
2. Comencemos jugando MBT primera propuesta. Agrúpense de a 4 y jueguen 2 vs 2 tomando la pelota. El alumno que toma la pelota se acercará a la red, saltará y lanzará la pelota al otro campo por sobre la red intentando hacer el punto. Luego de lanzar tiene que caer detrás de la línea de seguridad que está colocada en el suelo a unos 50 cm de la red.
3. Ahora les proponemos que se agrupen de a 4, elijan una cancha y decidan las reglas con las que desean jugar 2 vs 2.
4. Pregúntense: ¿qué equipo logró hacer más de cinco puntos?, ¿y cuál más de diez? ¿Cómo lograron hacer esa cantidad de puntos? Vuelvan a jugar y traten de probar las distintas estrategias que fueron compartiendo

Material de trabajo NO PRESCRIPTIVO

PRODUCCIÓN

En esta etapa, avanzarás con la práctica de vóley. Tendrás oportunidad de elegir autónomamente las formas de juego; comprender las reglas y arbitrar partidos, crear juegos y ejercicios para la mejora individual y colectiva y también dibujar los sistemas de recepción y defensa posibles.

DURACIÓN ESTIMADA DE LA ETAPA 5 semanas

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

Primera semana

1. Te juntarás con un compañero/a y en parejas, uno a cada lado de la red, intentarán pasarse la pelota con golpe de manos altas.
2. Juego Monster Block Teen's segunda propuesta. Jugamos 2 vs 2. El alumno que toma la pelota se acercará a la red y con golpe de manos altas le pasará la pelota a su compañero para que este pueda saltar y atacar al otro campo intentando hacer el punto, respetando caer detrás de la línea de seguridad.
3. Dialoguen entre ustedes y comparten los siguientes interrogantes ¿Dónde conviene pasarle la pelota a su compañero para que pueda atacar más cómodo? ¿Cómo hacer puntos? ¿Cómo evitar que me hagan puntos? Vuelvan a jugar y traten de probar las distintas estrategias que fueron compartiendo
4. Es momento de agruparse de a 4, elijan una cancha y decidan las reglas con las que desean jugar 2 vs 2.

Segunda semana

1. Elegí un compañero y ubíquense uno a cada lado de la red, intenten pasarse la pelota con golpe de manos altas, él que la recibe se hace un autopase, la pasa nuevamente a su compañero y luego correrá a tocar la línea de fondo y regresará.
2. Juego Monster Block Teen's segunda propuesta. Jugamos 2 vs 2. Con tú compañero se ubicarán uno cerca de la red para bloquear y el otro en el sector de fondo para defender. El alumno que defendió (tomando la pelota) se acercará a la red y con golpe de manos altas le pasará la pelota a su compañero para que este pueda saltar y atacar al otro campo intentando hacer el punto.
Solamente podemos atacar por posición 4. Una vez que armó deberá bloquear
3. Te propongo que se agrupen de a 4, elijan una cancha y jueguen 2 vs 2, uno se ubicará cerca de la red para poder bloquear y armar y su compañero en el fondo de la cancha para defender y atacar.
4. Ahora, dejen de jugar por un momento y reúnanse para evaluar cómo está saliendo lo que acordaron al inicio. Revisen esas decisiones tomadas y ajusten lo que crean necesario.

Tercera semana

1. Elegí un compañero y ubíquense uno a cada lado de la red, intenten pasarse la pelota con golpe de manos bajas.
2. Juego Monster Block Teen's segunda propuesta. Jugamos 2 vs 2. Te colocarás con tus compañeros uno cerca de la red para bloquear y el otro en el sector de fondo para defender. El alumno que defendió (tomando la pelota) se acercará a la red y con golpe de manos altas le pasará



la pelota a su compañero para que este pueda saltar y atacar al otro campo intentando hacer el punto. Solamente podemos atacar por posición 2. Una vez que armó deberá bloquear

3. Ahora agrúpense de a 4, elijan una cancha y jueguen 2 vs 2 ubicándose uno cerca de la red para poder bloquear y armar y su compañero en el fondo de la cancha para recibir o defender y atacar.
4. Luego de jugar un tiempo considerable detengan el juego y 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.

Cuarta semana

1. Elegí un compañero, ubíquense enfrentados y traten de pasarse la pelota con golpe de manos bajas
2. Te proponemos que se agrupen de a 6. Jueguen 3 vs 3 y ubíquense en el campo de juego con un zaguero a la derecha, un delantero a la derecha, que será el encargado de armar y un delantero izquierdo. Decidan qué ubicación ocupará cada uno. La primera pelota pueden tomarla o golpearla. 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. Sigan jugando 3 vs 3. Ahora no se puede tomar la primera pelota.

Quinta semana

1. En tríos, se pasarán la pelota con golpe de manos bajas.
2. Te proponemos que se agrupen de a 6. Jueguen 3 vs 3 y ubíquense en el campo de juego con un zaguero a la derecha, un delantero a la derecha, que será el encargado de armar y un delantero izquierdo. Decidan qué ubicación ocupará cada uno. La primera pelota tiene que ser golpeada y deben tomar la segunda pelota, enfrentar al atacante y pasársela con golpe de manos altas. 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. ¿Cómo está saliendo lo que acordaron al inicio? Revisen esas decisiones tomadas, ajusten lo que crean necesario y vuelvan a jugar cambiando de compañeros. Les proponemos que sigan jugando 3 vs 3 pero ahora no se puede tomar la pelota.

EVALUACIÓN

Pensarán y evaluarán qué aprendieron en el taller, qué les gusto hacer, qué les costó más. Identifiquen lo que no les gustó o los hizo sentir incómodos, pero creen que los hace pensar y crecer. ¿Qué pudieron modificar? ¿Cuánto les falta todavía? ¿Pudieron ponerse de acuerdo para jugar? ¿Cómo se vincularon entre ustedes? ¿Pudieron resolver las consignas en forma grupal?

DURACIÓN ESTIMADA DE LA ETAPA 1 semana

RECURSOS

Red

Pelotas de vóley

Pelotas pequeñas de hándbol, tenis o de pelotero



Buenos Aires Ciudad



Aros
Conos
Sogas
Tizas

ACTIVIDADES

- 1 – En esta instancia deben agruparse de a 8 y jugar 3 vs 3 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.
- 2 – Vuelvan a agruparse cambiando los compañeros y jueguen nuevamente repitiendo lo solicitado anteriormente.
- 3 - 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 PRESCRIPTIVO





Material de trabajo NO DESCRIPTIVO