



UNIVERSIDAD NACIONAL “PEDRO RUIZ GALLO”



FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN

PROGRAMA DE ESTUDIOS DE SEGUNDA ESPECIALIDAD

TRABAJO ACADÉMICO

Programa de educación física para el aprendizaje del saque en el voleibol, con estudiantes del 3° de secundaria I.E. “Inca Garcilazo de la Vega”, Centro Poblado Pacherez, Pucalá, Chiclayo.

PRESENTADO PARA OBTENER EL TÍTULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL CON MENCIÓN EN DIDÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

AUTOR:

Ronald Percy Valladolid Davila

ASESOR:

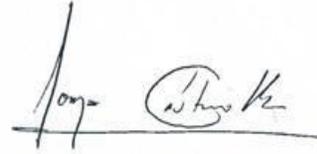
Dr. Jorge Isaac Castro Kikuchi

LAMBAYEQUE - PERÚ

2023



VALLADOLID DÁVILA RONALD PERCY
AUTOR



JORGE CASTRO KIKUCHI
ASESOR

APROBADO POR:



PRESIDENTE
Mag. Sc. Juan Carlos Granados Barreto



SECRETARIO
Mag. Sc. Nicolás Agustín Torres Castro



VOCAL
Dra. Rosa Elena Sánchez Ramírez



UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

N° 0914-VIRTUAL

Siendo las **08:00 horas**, del día **Miércoles 06 de diciembre de 2023**; se reunieron **via online mediante la plataforma virtual Google Meet**, <https://meet.google.com/xdt-yxpv-idi>, los miembros del jurado designados mediante **Resolución N° 2504-2023-V-D-FACHSE**, de fecha **04 de diciembre de 2023**, integrado por:

Presidente	:	MG. GRANADOS BARRETO JUAN CARLOS
Secretario	:	M. Sc. TORRES CASTRO NICOLAS AGUSTIN
Vocal	:	Dra. SÁNCHEZ RAMÍREZ ROSA ELENA
Asesor (a)	:	DR. CASTRO KIKUCHI JORGE ISAAC



La finalidad es evaluar la Tesis titulada: **" PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA EL APRENDIZAJE DEL SAQUE EN EL VOLEIBOL, CON ESTUDIANTES DEL 3° DE SECUNDARIA, I.E. INCA GARCILAZO DE LA VEGA, C.P. PACHERREZ, PUCALÁ, CHICLAYO 2021 "**, presentado por el (la) tesista **VALLADOLID DAVILA RONALD PERCY**, para obtener el **Título Profesional de Segunda Especialidad con mención en DIDÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA**.

Producido y concluido el acto de sustentación, de conformidad con el Reglamento General de Investigación (aprobado con Resolución N° 184-2023-CU de fecha 24 de abril de 2023) los miembros del jurado procedieron a la evaluación respectiva, haciendo las preguntas, observaciones y recomendaciones al(os) sustentante(s), quien(es) procedió(eron) a dar respuesta a las interrogantes planteadas.

Con la deliberación correspondiente por parte del jurado, se procedió a la calificación del Trabajo Académico, obteniendo un calificativo de **17** en la escala vigesimal, que equivale a la mención de **BUENO**. Siendo las **9:09 am.** horas del mismo día, se dio por concluido el acto académico online, con la lectura del acta y la firma de los miembros del jurado.

Mg. 
JUAN CARLOS GRANADOS BARRETO
PRESIDENTE

M.Sc. 
NICOLÁS AGUSTÍN TORRES CASTRO
SECRETARIO

Dra. 
ROSA ELENA SÁNCHEZ RAMÍREZ
VOCAL

OBSERVACIONES:

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo, Dr. Jorge Isaac Castro Kikuchi, Docente/Asesor de Tesis/Revisor del trabajo de investigación, del estudiante, Ronald Percy Valladolid Dávila, ex alumno de la Segunda Especialidad en Didáctica de la Educación Física.

Titulada:

PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA EL APRENDIZAJE DEL SAQUE EN EL VOLEIBOL, CON ESTUDIANTES DEL 3º DE SECUNDARIA I.E. "INCA GARCILAZO DE LA VEGA", CENTRO POBLADO PACHERREZ, PUCALÁ, CHICLAYO, luego de la revisión exhaustiva del documento constato que la misma tiene un índice de similitud de 20% verificable en el reporte de similitud del programa Turnitin

El suscrito analizo dicho reporte y conclusión que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo

Lambayeque, 10 de julio del 2023.



Dr. Jorge Isaac Castro Kikuchi

A SESOR

DNI N°16453781

Dedicatoria

Dedico este trabajo a mi adorada familia:

A mi esposa María Anita, por ser mi compañera y cómplice en todo proyecto que emprendí, por ese apoyo incondicional, que nunca dudó en brindarme.

A mis hijos Ronald Yeremi y Briana Valentina, ellos son el motor de mi vida, mi fuerza para seguir adelante a pesar de los obstáculos y las adversidades

A mis queridos padres, por sus enseñanzas y consejos constantes y porque gracias a ellos hoy soy lo que soy

Para ellos, que siempre creyeron en mí,

Ronald

Agradecimiento

Agradezco infinitamente a Dios, por permitirme experimentar diferentes vivencias positivas a lo largo de mi vida, por regalarme una familia incondicional en todo sentido, y por permitirme apoyarme en él cuando me sentía desvanecer.

Este trabajo no hubiera sin posible sin sus bendiciones y

A mi Universidad por brindarme la oportunidad de desarrollarme en lo que más me apasiona, a sus maestros siempre dedicados y preocupados por la mejora de todos nosotros

Ronald

Índice

Dedicatoria

Agradecimiento

Resumen

Presentación

I. Marco referencial

1.1. Referencia teórica	11
1.1.1 Bases teóricas del aprendizaje deportivo.....	12
1.1.2 Fundamentos teóricos del aprendizaje y desarrollo motor	16
1.1.3 Fases de la enseñanza aprendizaje del voleibol en la edad escolar, basado en Timón Benites y Hormigo Gamarro	18
1.1.4. El voleibol en la escuela	22
1.1.5. Fundamentos del voleibol	23
1.1.6. El servicio o saque en el voleibol	23
1.2. Propósito de intervención	28
1.2.1. Objetivo general:	28
1.2.2. Objetivos específicos:	28
1.3. Estrategias de intervención	29

II. Contenido

2.1. Resultados de Evaluación de Entrada	32
2.2. Propuesta.....	38
2.3. Resultados de evaluación de salida	73
2.4. Comparación de resultados de la evaluación de entrada y salida.....	78

CONCLUSIONES

RECOMENDACIONES

BIBLIOGRAFÍA

ANEXOS

Resumen

La investigación que se presenta se denomina: **Programa de educación física para el aprendizaje del saque en el voleibol, con estudiantes del 3° de secundaria I.E. “Inca Garcilazo de la Vega”, Centro Poblado Pacherez, Pucalá, Chiclayo**, permitió determinar el nivel de aprendizaje en saques del voleibol en los sujetos de estudio; permitiendo de esta manera, generar el desarrollo del presente trabajo académico, con la propensión de establecer resultados óptimos en el deporte.

El propósito de esta investigación se materializo en los siguientes términos: diseñar, planificar y aplicar una técnica basada en el movimiento corporal para aprender los saques del voleibol, y lograr aprendizajes en la disciplina deportiva; la intervención se presentan diseños de sesiones de aprendizaje; sustentando una metodología con énfasis en la educación del movimiento.

PALABRAS CLAVES: Programa de educación física -aprendizaje - saque voleibol

ABSTRACT

The research presented is called: Physical education program for learning the serve in volleyball, with students from the 3rd year of secondary school I.E. "Inca Garcilazo de la Vega", Centro Poblado Pacherez, Pucalá, Chiclayo, allowed us to determine the level of learning in volleyball serves in the study subjects; allowing in this way to generate the development of this academic work, with the propensity to establish optimal results in sport.

The purpose of this research materialized in the following terms: design, plan and apply a technique based on body movement to learn volleyball serves, and achieve learning in the sports discipline; The intervention designs of learning sessions are presented; supporting a methodology with emphasis on movement education.

KEYWORDS: Physical education program - learning - volleyball serve

Presentación

El presente trabajo académico, se desarrolló en la I.E. 11502 Inca Garcilaso de la Vega del C.P. de Pacherez, en el distrito de Pucalá, perteneciente a la provincia de Chiclayo, región Lambayeque.

A 2 Km, al noreste de Pucalá se encuentra ubicado el centro poblado de Pacherez, exactamente a 6 minutos en auto, este caserío está a 120 msnm, con una población de 716, habitantes según el último censo. Este hermoso caserío se caracteriza por ser una zona cálida con temperaturas de 28° y 35°, la principal actividad económica es la agricultura, siendo sus principales productos Mango, ciruela, guaba, caña de azúcar, entre otros. Las personas se caracterizan por ser muy amables, sobre todo con los forasteros.

A pesar de ser un caserío cercano al distrito de Pucalá, no se cuenta con vías asfaltadas, servicios de alcantarillado, posta médica, comisaria, por lo que los pobladores deben desplazarse hasta el distrito o la provincia para atenderse ante cualquier emergencia o urgencia. Aunque la población cuenta con servicio permanente de energía eléctrica, acceso a Internet y telefonía móvil, por lo que la mayoría de estudiantes han participado de las sesiones virtuales de manera satisfactoria. En el caserío se celebran tres festividades importantes durante el año: Feria Patronal de la Virgen del Carmen, Aniversario del Colegio y Aniversario de creación del Centro Poblado.

Nuestra I.E. 11502 “Inca Garcilaso de la Vega”, es el alma mater del caserío, donde nos preocupamos por brindar una educación de calidad, dirigido por el profesor Marco Bustamante Díaz, y acompañado por 7 profesores del nivel primario y 8 profesores del nivel secundaria, 1 auxiliar y 2 administrativos, atienden a 175 estudiantes, 105 en Primaria y 70 en Secundaria, entre niños, niñas y adolescentes.

Nuestros estudiantes se caracterizan por ser muy aplicados, ello se evidencia en los logros de aprendizaje obtenidos los últimos años, aunque poco expresivos, todos ellos, hablan el castellano como lengua materna, y no todos provienen de familias bien constituida en la mayoría. Son unos chicos muy activos y participativos, sobre todo en el área de educación física, donde les gusta practicar deportes, y estar siempre en movimiento, Como principal actividad recreativa practican deportes como: futbol y vóley; juegos tradicionales. Aunque en la práctica demuestran muchas debilidades, sobre todo en el aspecto de aprendizajes técnicos, a pesar de tener la maduración suficiente, para poder asumir este tipo de técnicas.

Mediante la prueba de entrada nos permitió identificar ciertas falencias respecto al al aprendizaje de los patrones psicomotrices del saque en el voleibol, debilidades como:

- Debilidades de coordinación al no lograr tomar contacto con el balón.
- Desarrollo inadecuado de la fuerza en relación con la edad, muchos de ellos no logran que el balón traspase al campo contrario.
- Poco conocimiento de las zonas de contacto de la mano con el balón.
- Precisión, la mayoría no podía dirigir el saque hacia una zona determinada, constituyéndose de esta manera una debilidad ara las acciones tácticas.
- Inadecuada coordinación respecto al saque flotante, saque en suspensión, pues no coordinaban carrera, impulso, elevación, toma de contacto con el balón.
- Ubicación espacial en zonas de ataque y defensa en partidos de práctica.
- Asociación de juego colectivo con integrantes de su equipo.

Conocido el diagnóstico, fue la real motivación para plantear el diseño de una propuesta innovadora denominada: programa de Educación Física para el aprendizaje del saque en el voleibol, para estudiantes del nivel secundaria, su basamento científico está determinado por la teoría del desarrollo motor de Gallahue, considera actividades de aprendizaje ligadas a los estudiantes del grupo de estudio.

Este trabajo está enmarcado en los lineamientos institucionales; en la parte I “marco referencial”, se plasman las bases epistemológicas que desde la teoría y los conceptos se analiza la construcción troncal de la propuesta que en líneas adelante se operativiza, también se enuncian propósitos y estrategias de intervención.

En un segundo momento, presentamos resultados de evaluación inicial, refiriéndonos al estado real del desarrollo de las habilidades psicomotrices en el voleibol, para un mejor entendimiento se desarrolla un análisis e interpretación de los mismos; el eje central de este capítulo lo comprende la propuesta didáctica que comprende en línea horizontal los elementos de la propuesta (fundamentos científicos, sistema de contenidos, metodología, y componente evaluativo) la evaluación final, resultados desde donde se aproxima el impacto de la propuesta en los aprendizajes, la evaluación comparativa desde donde se hace énfasis a los niveles de avance en aprendizajes psicomotores deportivos de la disciplina de voleibol. En líneas finales consideramos conclusiones, recomendaciones, referencias y anexos.

I MARCO REFERENCIAL

1.1. REFERENCIA TEÓRICA.

1.1.1. Bases teóricas del Aprendizaje deportivo.

El aprendizaje implica procesos cognitivos individuales que permiten a las personas construir conocimientos a partir de su estructura cognitiva, sus saberes previos y su emocionalidad; asimilar e interiorizar diversa información; construir a partir de la experiencia niveles significativos mentales y funcionales, que pueden desarrollarse en otros contextos.

El aprendizaje es desarrollado por el niño, mediante actividades autónomas, y requiere que el intelecto y la voluntad, organicen e integren experiencias y vivencias propias del niño. Además, ayuda al desarrollo de las facultades individuales y la realización gradual de sus potencialidades. (Kelly, 1982).

Piaget (1947) indica que el proceso de aprendizaje está dividido en diferentes fases, a las que llamó “períodos del desarrollo cognitivo” y que sólo tiene sentido ante situaciones de cambio. El ser humano para aprender debe adaptarse a estos cambios, y esta adaptación se produce a partir de la asimilación y acomodación. Es decir, la adquisición de un nuevo conocimiento en relación a esquemas mentales preexistente en el individuo. La acomodación, responde a la modificabilidad organizativa de respecto en el medio. Es decir, el niño adecua sus procesos a lo cognitivo, entendiendo de esta manera que en gran medida los aprendizajes se constituyen en un medio para enriquecer los campos cerebrales en el orden neuronal. Estos procesos son acumulativos e interactivos que actúan regulados, equilibrados para los procesos de asimilación. Saldarriaga & otros (2016).

Para Vygotsky, el aprendizaje significa apropiarse del legado histórico cultural, para el proceso de asimilación y la construcción de saberes, ideas que asientan con singularidad que estos procesos sensibles datan de la experiencia familiar y constituyen saberes idealizados desde la escuela activa, aquella que genera los espacios de desarrollo cognitivo. La interacción social es el origen y el motor de todos los aprendizajes, estos sean de carácter visual, kinestésicos y auditivos.

Ausbel (2002), refiere al aprendizaje significativo, los estudiantes no comienzan su aprendizaje de cero, no son una tabla rasa ni tienen su mente en blanco, al contrario, aportan a este proceso la dotación de significados, vivencias y conocimientos, condicionando todo lo nuevo que aprenden. Significa que, el aprendizaje del alumno depende de las experiencias anteriores que puede vivenciar el ser, y están en su estructura cognitiva, relacionándose con la nueva información, surgiendo el verdadero conocimiento, (aprendizajes previos), implicando de esta manera, nuevas ideas. Rodríguez (2011).

Actualmente se entiende a la educación como un proceso flexible y abierto, pues tienen características intencionales, contenidos, métodos, actividades, y evaluación. Amplían y mejoran el aprendizaje previo, el proceso de maduración general del sujeto de estudio.

El aprendizaje escolar son los momentos en los que los estudiantes realizan actividades para lograr los objetivos educativos y en el caso particular de una clase de educación física podemos decir que son los momentos en que los estudiantes realizan una actividad de movimiento para lograr ciertas metas. Cantero & Cobo (2017)

El aprendizaje deportivo, implica integrar aprendizajes de habilidades motrices básicas con habilidades deportivas específicas, lo que permite al estudiante alcanzar los objetivos propios de cada deporte, por ejemplo, aprender una

técnica deportiva puede simplificar la modificabilidad de estructuras internas para la práctica de alguna disciplina deportiva, estas relaciones se constituyen en los elementos base para la dinámica kinestésica que afirma aprendizajes y determina niveles de actuación deportiva de los sujetos.

En el deporte sitúa al estudiante en una gran variedad de vivencias, no repetitivas sistemáticamente una tarea, pero con un nivel alto de comprensión, para que pueda utilizar sus habilidades motrices adecuadamente con el fin de cumplir con la tarea.

Las diferentes ideas anteriormente expuestas indican que el aprendizaje, es un proceso complejo, y como tal es el maestro el que debe favorecer a la consolidación del aprendizaje significativo, a través de situaciones donde estudiantes son los protagonistas en la construcción de sus propios significados de la realidad a la que se enfrentan, y los prepara para poder actuar con éxito en cada una de las acciones que les toque desarrollar en la vida diaria, estos aspectos son tratados desde practicas elementales y sujetas a las necesidades educativas y por ende al desarrollo de los componentes cognitivos, motrices, socio afectivos.

En conclusión el tratamiento del deporte en la escuela, específicamente en el área de Educación Física, han interactuado diversos factores, desde el interés del profesor, hasta la justificación pedagógico educativa, pasando por aquellos que han planteado la negatividad de estos en las clases de Educación Física por sus características competitivas y en algunos casos agresividad, pero básicamente creo que por la mala forma de tratarlo pedagógicamente, puesto se desarrollaba y en algunos casos se desarrolla aun sin objetivos educativos bien definidos.

En ese sentido su enseñanza no puede abordarse desde la simplicidad ni desde los estereotipos habituales y es que debemos intentar entender diferentes esferas del proceso de enseñanza y aprendizaje deportivo para poder acometer con éxito la tarea de mejora. Para ello debemos tener en cuenta los diferentes criterios que intervienen en el aprendizaje deportivo.

Basado en los argumentos antes expuestos, asumimos que la enseñanza en el deporte debe darse respetando las leyes del proceso madurativo; e iniciarla entre los 8 y 9 años de edad, es decir en la etapa escolar primaria, y perfeccionar a partir de los 14 años es decir en la etapa secundaria. En consecuencia, la eficacia de un aprendizaje depende directamente del nivel de maduración, es decir del nivel de desarrollo motor del sujeto.

1.1.2. Fundamentos teóricos del aprendizaje y desarrollo motor.

El desarrollo motor del ser humano, está determinado por diversos factores uno de ellos lo constituye el factor hereditario, un segundo elemento está asociado al ambiente, a la modificabilidad de la capacidad del cuerpo, para este caso expreso; que el deporte se constituye como elemento que reúne lo siguiente: condición física, aptitudes intelectuales, habilidades y destrezas técnicas y tácticas, etc. Rush y Weineck, (2004).

Los argumentos permiten fundamentar la presente investigación académica, se establece coincidencias que en el aspecto motriz, los estudiantes poseen características unificadas y que van en relación al ciclo de desarrollo psíquico, motriz y emocional, que le permiten asumir nuevos retos y aprendizajes específicos en el plano de aprendizajes deportivos, además, reconocen que el ser posee experiencias propias de movimiento, en su estructura cognitiva, que articuladas con el componente metodológico se hace visible su integración a todos los proceso en general.

1.1.3. Fases de aprendizaje en voleibol, basado en Benítez & Gamarro (2010).

La enseñanza deportiva en la edad escolar ha experimentado ciertos cambios considerables en las últimas décadas. Si bien a veces persiste la duda sobre cuál debe ser la orientación que debe dársele a dicho deporte. Existen diferencias de criterios y expectativas entre los deportes en la edad escolar, específicamente el que se practica en las horas de Educación Física.

Hormigo & Gamarro (2010), en el tratado “El voleibol en la Escuela”, recogen diferentes argumentos de autores dedicados al estudio del aprendizaje de los deportes colectivos, para enfocarlos en el voleibol. Sostienen que el proceso de EA del voleibol en edad escolar pasa por diferentes fases, pues, es un proceso que evolucionará de lo general a lo específico. Este proceso se puede dividir en 4 fases: Iniciación al juego, iniciación a la técnica, formación, competición. Además, indican que en la educación secundaria se centra en la fase 1,2 y 3. Benitez, & Gamarro (2010)

- **Fase de Iniciación:** en esta fase se intenta que los estudiantes se diviertan jugando al voleibol formándose motrizmente y a su vez que se instaure una adherencia al voleibol. Para ello se propondrán juegos y competiciones donde lo más importante no sea los elementos técnicos, pues a medida que el chico va creciendo, a través de una metodología enfocada en el descubrimiento guiado, mejorará su desarrollo motriz, sin ser consciente de ello.

- **Fase de la iniciación a la técnica:** después de la primera fase en la que los niños se han divertido jugando y se han aficionado al voleibol, podemos pasar a la siguiente fase. En esta fase entendemos que los estudiantes están motivados para entender y se hará en base a ejercicios técnico - táctico sin olvidarnos de lo juegos y competiciones. El objetivo principal de

esta fase es la mejora de sus capacidades físico motrices y técnico – tácticas.

Las competencias básicas que deben adquirir en esta etapa son:

- ✓ Saber proteger el propio campo, para conservar o devolver la pelota, siendo varios jugadores de un mismo equipo
- ✓ Saber diferenciar las posiciones en el campo.

- **Fase de formación:** en esta tercera fase se experimentan situaciones reales de juego, con oponentes pasivos y activos, con desplazamientos, ejecuciones y cooperación como en el juego, basándose en ejercicios integrados. Todo debe ir encaminado a la aplicación de los gestos técnicos y tácticos del juego. En esta fase se utilizarán situaciones de juego reales. Un aspecto muy importante a tener en cuenta es el crecimiento puberal que hace necesario una readaptación motriz, la cual será menor en función del bagaje motriz y la constancia que el estudiante posea. Este periodo de la vida de nuestros estudiantes no es igual para todos, pudiéndose adelantar o retrasar en el tiempo, afectando a una u otra fase de formación.

Las competencias básicas que deben adquirir en esta etapa son:

- ✓ Posiciones de ataque y defensa en función de la situación de juego.
 - ✓ Se debe trabajar en equipo distribuyéndose colectivamente los papeles durante el juego.
- **Fase de especialización:** esta fase no se va a trabajar en la educación secundaria, pues en ella se busca la especialización de jugadores y jugadoras con el objetivo de competir, realizándose juegos con mascaradas características técnico tácticas, dejándose de lado los juegos.

Las competencias básicas que debe adquirir en esta etapa son:

- ✓ Poner al adversario en dificultades

- ✓ Saber oponerse a la incertidumbre creada
- ✓ Especializarse en una posición determinada.

1.1.4. El voleibol en la escuela.

Deporte de espectáculo y popular del mundo, su práctica se ha venido intensificando desde hace un tiempo atrás. Su práctica se ha extendido a barrios, clubes y escuelas. En las escuelas resulta un recurso importante, para los docentes de Educación Física, por su naturaleza, presenta diferentes acciones motrices, que le permiten al estudiante desarrollar su motricidad de manera consiente y adecuada. En ese sentido, el voleibol desarrolla destreza y habilidades motrices como correr, saltar, lanzar, además coordinación tanto general como específica, agilidad y reacción, velocidad y dominio específico. Por ello es importante motivar a los y las estudiantes para conservar la motivación por jugar.

Para realizar un trabajo adecuado y garantizar el éxito del mismo, podemos tener en cuenta ciertas recomendaciones para realizar las tareas de aprendizaje, como:

- ✓ Motivar constantemente a los estudiantes.
- ✓ Garantizar la participación masiva, es decir de todos los estudiantes.
- ✓ Se recomienda utilizar estrategias globales e individuales.
- ✓ Se deben consensuar reglas claras con la participación de todos.
- ✓ Tener en cuenta el espacio y los materiales de trabajo.
- ✓ Debemos incidir en los mecanismos de percepción y decisión, no solo, centrarnos en la ejecución
- ✓ Utilizar situaciones de juego en contextos reales.
- ✓ Buscar siempre la cooperación y el trabajo en equipo.

Como docentes, sabemos que nuestro CNEB, establece lineamientos didácticos y pedagógicos que rigen nuestra labor, lineamientos en cuanto enfoques, áreas, competencias, capacidades y desempeños, que debemos tener en cuenta al momento de planificar y desarrollar nuestro trabajo. En este CNEB, los aspectos deportivos se incluyen en los últimos grados de educación primaria, a manera de juegos pre deportivos, y se profundizan los aspectos técnicos, en el nivel secundario, es así que se planifica este trabajo con el propósito de mejorar y fortalecer los aprendizajes de nuestros estudiantes.

1.1.5. Fundamentos técnicos.

En este deporte se emplean técnicas de impulso del balón en distintas situaciones del juego. Estas técnicas son los fundamentos; saque o servicio, recepción con antebrazos, el voleo, el remate y el bloqueo. En el presente trabajo se desarrolla a profundidad el saque o servicio, por ser su aprendizaje correcto, el objetivo que se persigue.

1.1.6. El servicio o saque en el voleibol

Todo juego se inicia con un saque, este elemento es fundamental para el inicio del juego colectivo. Pues se utiliza no solo para empezar el juego sino además para reanudarlo cada vez que el juego se interrumpe. Este elemento técnico es básico para el inicio del juego en toda su dimensión. Guimaraes (2006).

Los tipos de saque, que pueden ser utilizados en el voleibol son:

a) Bajo mano.

Guimaraes (2006). Saque básico, utilizado por quienes recién inician en este deporte, recibe el nombre de saque de seguridad (por ser fácil de ejecutar). El jugador ubicado en línea final frente a la red.

Las piernas separadas a lo ancho de caderas, pierna del brazo que golpea el balón un poco retrasado, el otro brazo sujeta el balón por su parte inferior. En esta posición el jugador flexiona las piernas llevando el brazo que realiza el saque, extendiendo atrás y con la mano en forma de cuchara.

Moras (1996), lo considera como el más fácil para ejecutar y casi siempre la pelota pasa al campo contrario. Sin embargo, como no es muy violento también es de fácil recepción para el equipo contrario, disminuyendo la posibilidad de conseguir puntos a favor.

Según (Carbajal, 1990), estos deben ejecutarse considerando lo siguiente:

Sujeción del balón con palma de la mano contraria al brazo ejecutor, delante de este último y a la altura de las caderas. Hombros y pies perpendiculares. El pie correspondiente al brazo ejecutor más retrasado, piernas ligeramente flexionadas.

Balanceo postero-anterior del brazo ejecutor, brazo totalmente extendido, mano en forma de cuchara. En el momento del balanceo, el balón es lanzado hacia arriba unos centímetros (o simplemente soltado). Por reglamento en el momento del contacto, no puede ser sujetado en forma alguna. El peso del cuerpo acompaña el balanceo del brazo, pasando desde atrás hacia delante. El contacto en el balón puede realizarse con la palma de la mano en forma de cuchara o con el talón de la mano, muñeca flexionada en retroversión.

Después del contacto con el balón, y siguiendo el impulso del cuerpo y del brazo, la pierna más retrasada es adelantada, facilitando la incorporación al campo de juego.

b) Saque flotante

La posición hombros-pies es similar a la del saque por abajo. En este tipo de saque, el balón puede estar sujeto y ser lanzado con una o dos manos.

Con una mano: el balón reposa sobre la palma de la mano contraria al brazo ejecutor, por delante de este último y a la altura de la cara. En este caso, la mano que saca puede estar encima del balón o directamente preparada por encima de la cabeza, brazo extendido, codo próximo a la oreja.

Con dos manos: el balón está sujeto con las dos manos a la altura de las caderas. En el lanzamiento hacia arriba, la mano contraria acompaña en su recorrido al balón, buscando un impulso antero-posterior, que facilite la ejecución, imprimiendo velocidad al brazo ejecutor.

El lanzamiento del balón en altura está en función del tipo de saque que se quiera realizar.

En los dos casos, el peso del cuerpo pasa de un apoyo sobre la pierna posterior a un apoyo sobre la pierna adelantada. Este cambio de apoyo favorece la incorporación del jugador al campo de juego, adelantando la pierna más retrasada. Metodológicamente se recomienda enseñar el saque por arriba asociándolo con los movimientos del remate (abarcando el balón con la mano) y la coordinación óculo-manual (lanzamiento y punto de contacto).

1.2. PROPOSITOS DE LA INTERVENCIÓN

Objetivo General

Desarrollar el aprendizaje de saques en voleibol en estudiantes del 3° de Secundaria I.E. Inca Garcilaso de la Vega, C.P. Pacherez, Pucalá, Chiclayo.

Objetivos específicos

- Determinar el nivel de aprendizaje en saques del voleibol en estudiantes del tercero de Secundaria I.E. Inca Garcilaso de la Vega, C.P. Pacherez, Pucalá, Chiclayo.
- Diseñar un programa de Educación Física que incida en el aprendizaje de los saques en voleibol en estudiantes del tercero de Secundaria I.E. Inca Garcilaso de la Vega.
- Aplicar propuesta con los estudiantes del grupo de estudio.
- Establecer comparaciones en los resultados iniciales y luego de haber aplicado la técnica (programa) en el grupo de estudio.

2.3. ESTRATEGIAS DE LA INTERVENCIÓN

➤ *Primer momento.*

El primer paso en el desarrollo de este proyecto, consistió en la selección el aula del tercero, I.E. “Inca Garcilaso de la Vega” C.P. de Pacherez, Pucalá, Chiclayo, región Lambayeque

➤ *Segundo momento.*

Como segundo paso se procedió al diagnóstico, de las capacidades técnicas de los estudiantes a través de un instrumento.

➤ ***Tercer momento.***

En este momento aplico se desarrolló el programa de Educación Física, mismo que estuvo estructurado en 10 sesiones de enseñanza aprendizaje.

➤ ***Cuarto momento.***

Luego de aplicar el programa procedí a evaluar los resultados a través del test de salida, mismo que permitió verificar la mejora de los aprendizajes de los estudiantes.

➤ ***Quinto momento.***

Se analizo los resultados obtenidos al inicio y finalización de la experiencia investigativa.

II CUERPO CAPITULAR

2.1. RESULTADOS DE LA EVALUACIÓN DE ENTRADA

TABLA N° 01

N°	COMPONENTES	SAQUE BAJO MANO				SAQUE ALTO FLOTANTE				SAQUE EN SUSPENSIÓN			
	ITEMS ESTUDIANTES	Adopta la posición del cuerpo correctamente	Balancea el brazo al golpear el balón	Golpea el balón con la parte correcta de la mano	Realiza un saque dirigido hacia la zona que indica el profesor	Adopta la posición del cuerpo correctamente	Eleva el balón lo suficiente para poder golpearlo	Balancea el brazo y golpea el balón	Dirige el pase a la zona indicada por el profesor	Eleva el balón lo suficiente para golpearlo	Coordina el salto con el golpe	El balón pasa la net	Dirige el saque donde el profesor le indica
1	Andrés	R	D	R	D	D	D	D	D	D	D	D	D
2	Mirtha	R	R	R	D	D	D	D	D	D	D	D	D
3	Juanita	R	R	R	D	D	D	D	D	D	D	D	D
4	Andrea	R	R	R	D	D	D	D	D	D	D	D	D
5	Marco	R	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D
6	Felipe	B	B	B	B	B	B	B	B	D	D	D	D
7	Alondra	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D
8	Fernanda	R	R	R	D	D	D	D	D	D	D	D	D
9	Yancarlo	R	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D
10	Estefani	R	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D
11	Yoanda	R	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D
12	Iriana	R	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D
13	Yesenia	R	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D
14	Juan	B	B	R	R	B	D	D	D	D	D	D	D
15	María	R	R	R	D	D	D	D	D	D	D	D	D
16	Fiorela	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D
17	Francisco	R	R	R	D	D	D	D	D	D	D	D	D
18	Marianela	B	B	R	R	R	R	R	D	D	D	D	D
19	Yonny	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D
20	Alejandra	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D

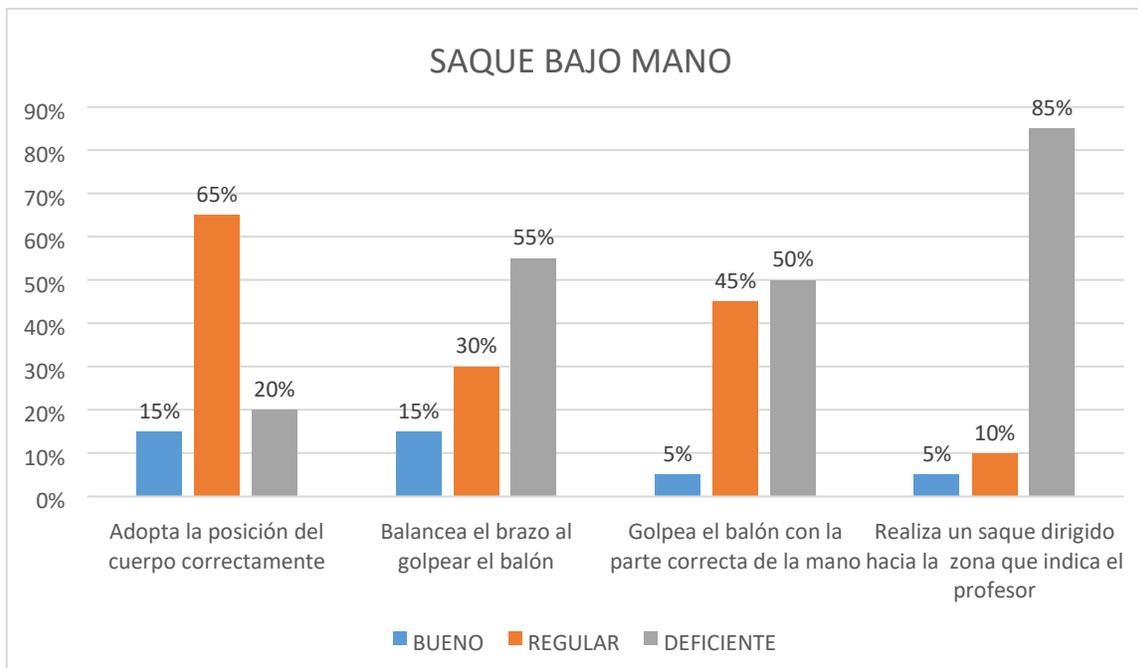
PUNTAJE	B	03	03	01	01	01	01	01	01	00	00	00	00
	R	13	06	09	02	02	01	02	01	00	00	00	00
	D	04	11	10	17	17	18	17	18	20	20	20	20
PORCENTAJE	B	15%	15%	5%	5%	5%	5%	5%	5%	0%	0%	0%	0%
	R	65%	30%	45%	10%	10%	5%	10%	5%	0%	0%	0%	0%
	D	20%	55%	50%	85%	85%	90%	85%	90%	100%	100%	100%	100%

Nota: PRUEBA DE ENTRADA

TABLA Nª 02

ITEM	SAQUE BAJO MANO	BUENO (B)		REGULAR (R)		DEFICIENTE (D)	
		F	%	F	%	F	%
01	Adopta la posición adecuada del cuerpo	03	15%	13	65%	04	20%
02	Balancea el brazo al golpear el balón	03	15%	06	30%	11	55%
03	Golpea el balón adecuadamente con la mano	01	5%	09	45%	10	50%
04	Realiza un saque dirigido hacia la zona que indica el profesor	01	5%	02	10%	17	85%
	PROMEDIO	02	10%	08	40%	10	50%

GRAFICO Nº 1

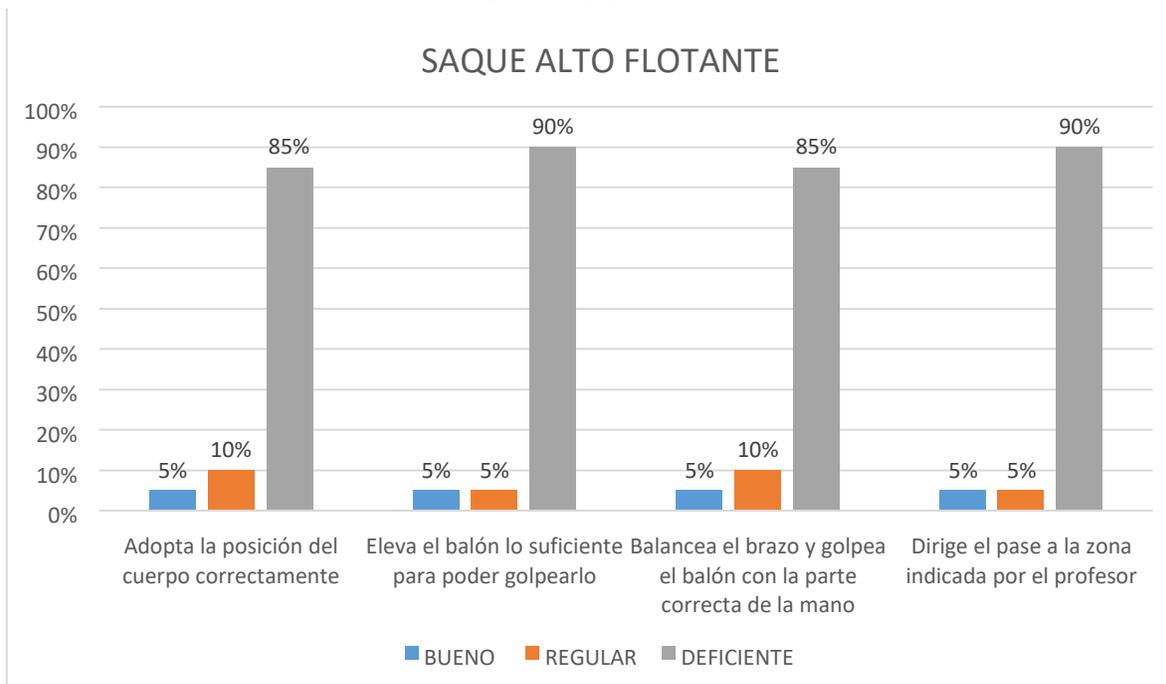


Según el gráfico, en cuanto al ítem 1, *Adopta la posición del cuerpo correctamente*, el 15% de estudiantes están con Bueno, el 65% está en Regular, mientras un 20% es Deficiente. En cuanto al ítem 2, *Balancea el brazo al golpear el balón*, el 15% de estudiantes están en Bueno, 30% está en Regular y el 55% está en Deficiente. En el ítem 3, *Golpea el balón con la mano correcta del cuerpo*, el 5% está en Bueno, el 45% en Regular y el 50% en Deficiente. En el 4 ítem, *Realiza un saque dirigido hacia la zona que indica el profesor*, solo el 5% se ubica en la categoría de Bueno, el 10% en Regular, mientras que un 85% es Deficiente. En resumen, en cuanto al aprendizaje del saque bajo mano, el 10% se ubica en la categoría de Bueno, el 40% en la categoría Regular, mientras que el 50% se ubica en la categoría Deficiente, lo que evidencia dificultades en el aprendizaje del saque bajo mano.

TABLA N° 03

ITEM	SAQUE ALTO FLOTANTE	BUENO (B)		REGULAR (R)		DEFICIENTE (D)	
		F	%	F	%	F	%
01	Adopta posición adecuada del cuerpo	01	5%	02	10%	17	85%
02	Eleva el balón lo suficiente para poder golpearlo	01	5%	01	5%	18	95%
03	Balancea el brazo y golpea el balón con la parte correcta de la mano	01	5%	02	10%	17	90%
04	Dirige el pase a la zona indicada por el profesor	01	5%	01	5%	18	95%
	PROMEDIO	1	5%	2	25%	17	70%

GRÁFICO N.º 2



Según el gráfico, en cuanto al ítem 1, *Adopta la posición correcta del cuerpo*, el 5% de estudiantes están en Bueno, el 10% está en Regular, mientras que el 85% es Deficiente.

En cuanto al ítem 2, *eleva el balón lo suficiente para golpearlo*, el 5% de estudiantes están Bueno, 5% está en Regular y el 90% está en la categoría Deficiente.

En el ítem 3, *balancea el brazo y golpea el balón con la parte correcta de la mano*, el 5% está en Bueno, el 10% en Regular y 85% en Deficiente.

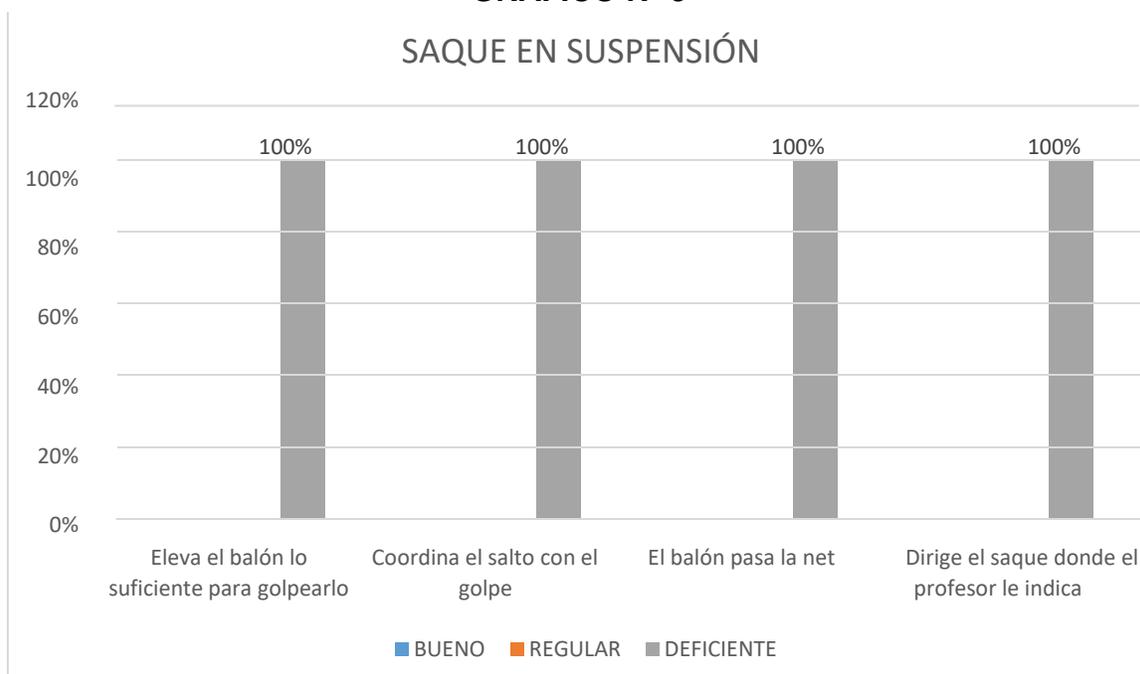
El 4 ítem, *dirige el pase a la zona indicada por el profesor*, el 5% se ubica en la categoría de Bueno, otro 5% en la categoría Regular, mientras que un 90% es Deficiente.

En resumen, respecto al aprendizaje del saque alto flotante, el 5% está en Bueno, el 25% en Regular, mientras que el 70% es Deficiente, lo que evidencia dificultades en el aprendizaje del saque alto flotante.

TABLA N° 04

ITEM	SAQUE EN SUSPENSIÓN	BUENO (B)		REGULAR (R)		DEFICIENTE (D)	
		F	%	F	%	F	%
01	Eleva el balón lo suficiente para golpearlo	00	0%	0	0%	20	100%
02	Coordina el salto con el golpe	00	0%	0	0%	20	100%
03	El balón pasa la net	00	0%	0	0%	20	100%
04	Dirige el saque donde el profesor le indica	00	0%	0	0%	20	100%
	PROMEDIO	00	0%	0	0%	20	100%

GRAFICO N° 3



Según el gráfico, en todos los ítems evaluados, el 100% de los estudiantes se ubican en la categoría Deficiente, lo que evidencia dificultades en el aprendizaje del saque en suspensión.

2.2. PROPUESTA.

Denominación: PROGRAMA DE EDUCACION FISICA PARA MEJORAR EL APRENDIZAJE DEL SAQUE EN EL VOLEIBOL.

2.2.1. Elemento informativo:

1. I. E.	: Inca Garcilaso de la Vega
2. Área	: Educación Física.
3. Nivel / Modalidad	: Educación Secundaria
4. Grado	: 3º
5. Turno	: Mañana
6. Docente	: RONALD PERCY VALLADOLID DAVILA

2.2.2. Presentación

El voleibol es un deporte que lo convierten en un instrumento muy poderoso en la educación motriz de estudiantes, que, desarrollado adecuadamente en las SEA, ayudan al estudiante en su formación.

En ese sentido la presente propuesta, se enfoca en el desarrollo de un conjunto de elementos de orden didáctico, asumiendo que el deporte genera condiciones en el desarrollo de sus competencias humanas y que las mismas las pueda llevar a condiciones deportivas.

2.2.3. Objetivos

- Desarrollar los componentes a nivel de contenidos en el voleibol en el área de educación física.
- Desarrollar y mejorar las capacidades físicas básicas para la práctica del voleibol.
- Generar las condiciones para el desarrollo de valores.

2.2.4. Cronograma de actividades.

Nº	Nombre de la actividad	Capacidad	Indicadores	Estrategias	Recursos	Tiempo	Fecha
01	Juegos de iniciación al saque	Utiliza sus habilidades motrices al realizar ejercicios propios del saque bajo mano	Participa de manera activa en las actividades propuestas mostrando buena coordinación viso manual al interactuar con el balón	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Descubrimiento guiado ✓ Estrategias lúdicas 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Balones ✓ Silbato ✓ Net 	90 min	27/09/21
02	El saque bajo mano	Utiliza sus habilidades motrices al realizar ejercicios propios del saque bajo mano	Identifica y practica los elementos básicos del saque flotante en el voleibol.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Descubrimiento guiado ✓ Explicación demostración corrección 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Reproductor DVD ✓ Balones ✓ Conos net 	90 min	04/10/21
03	Mejoro mi saque bajo mano	Ejecuta correctamente saque bajo mano	Adopta la postura correcta para realizar el saque, coloca el balón a nivel de cintura y ejecuta el golpe.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Explicación demostración corrección ✓ Asignación de tareas 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Balones ✓ Conos ✓ Net 	90 min	11/10/21
04	Saques de precisión	Utiliza adecuadamente la técnica del saque.	Ejecuta el saque bajo mano correctamente y lo dirige a las zonas donde le indica el profesor.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Descubrimiento guiado ✓ Explicación demostración corrección 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Balones ✓ Conos ✓ Aros ✓ Net 	90 min	18/10/21

05	Saque y punto	Utiliza adecuadamente el saque flotante	Se posiciona, ubica el balón y lo golpea de forma correcta dirigiéndolo a zonas difíciles de recepcionar	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Descubrimiento guiado ✓ Explicación demostración corrección 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Balones ✓ Conos ✓ Aros ✓ Net 	90 min	25/10/21
06	El saque flotante	Utiliza sus habilidades motrices al realizar ejercicios propios del saque flotante	Identifica y practica los elementos básicos del saque flotante en el voleibol.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Explicación demostración corrección 		90 min	08/11/21
07	Mejorando el saque flotante	Ejecuta correctamente el saque flotante	Adopta la postura correcta para realizar el saque, eleva el balón, ejecuta la acción y lo pasa por encima de la red.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Descubrimiento guiado ✓ Explicación demostración corrección 		90 min	15/11/21
08	Saques de precisión	Utiliza adecuadamente el saque flotante	Ejecuta el saque flotante correctamente y lo dirige a las zonas donde le indica el profesor	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Descubrimiento guiado ✓ Explicación demostración corrección 		90 min	22/11/21
09	Saque y punto	Utiliza adecuadamente el saque flotante	Se posiciona, eleva el balón y lo golpea de forma correcta dirigiéndolo a zonas difíciles de recepcionar	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Descubrimiento guiado ✓ Explicación demostración corrección 		90 min	29/11/21
10	Juguemos voleibol	Ejecuta diferentes tipos de saque	Utiliza el saque bajo mano o el saque flotante conveniente y correctamente.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Descubrimiento guiado ✓ Trabajo en pequeños grupos 	90 min	03/12/21	

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 01

Tema **Juegos de iniciación al saque**

1.1. Objetivos

Los estudiantes del 3° estarán capacitados para ejecutar el saque bajo mano en el voleibol, y participa de manera permanente en las actividades.

1.2. Contenidos

Contenidos	Capacidades	Actitudes
Voleibol: saque.	Utiliza sus habilidades motrices al realizar ejercicios propios del saque bajo mano.	Participa en las actividades propuestas.

2.3. MOMENTOS DE LA SESIÓN

MOMENTOS	ESTRATEGIAS / ACTIVIDADES	MEDIOS	TIEMPO	INDICADORES DE EVALUACIÓN
<p>INICIO</p>	<p>Las estudiantes responden a las preguntas:</p> <p>¿Cómo se juega el voleibol? ¿Conocen algunos de sus fundamentos técnicos? ¿Cómo se inicia el juego?</p> <p>Después del dialogo y debate se indica el tema a desarrollar: Juegos para aprender el saque</p> <p>Ahora los alumnos dispersos libremente por el campo realizan diversos ejercicios corren en distintas direcciones adelante, atrás, derecha e izquierda; y se agrupan por equipos según el número indicado.</p>		20 min.	
<p>PROCESO</p>	<p>➤ Juego: la pared y yo Cada estudiante con un balón, se ubica frente a una pared y lanza el balón contra la pared usando una mano e intenta lanzarla de nuevo cuando esta regresa. Variantes: Golpear el balón con el talón de la mano, Golpear el balón después de un bote, No dejar caer el balón al suelo, Golpear el balón a diferentes distancias.</p> <p>Analizan la actividad, corrigen posibles errores o dificultades presentadas en las actividades.</p> <p>➤ Juguemos a limpiar la casa. Las estudiantes organizadas en dos grupos, cada grupo en un campo, se colocan varias pelotitas de plástico en cada campo, a la señal del profesor los estudiantes empezaran a lanzar las pelotitas de plástico hacia el campo</p>	<p>Conos.</p> <p>Balones</p>	50 min.	<p>Participa de manera activa en las actividades propuestas mostrando buena coordinación viso manual al interactuar con el balón</p>

	<p>contrario, tratando de dejar limpio su campo. Al término del juego gana el que tiene menos pelotitas en su campo. Variantes:</p> <p>Se realiza el juego lanzando con la mano baja, Se coloca la net a una altura adecuada, Utilizan balones de voleibol, Lanzar los balones primero de la zona de ataque, luego de la zona de defensa. Ahora para lanzar el balón debe realizar un golpe con el puño de la mano</p> <p>Se les consulta a las estudiantes: ¿Qué dificultades tuvieron al jugar? ¿Qué reglas proponen para mejorar este juego?</p> <p>Se juega ahora con las reglas propuestas por ellos</p>	<p>Cronometro</p> <p>Net</p>		<p>Muestra buena coordinación viso manual al realizar los juegos</p>
<p>SALIDA</p>	<p>Dialogan respecto a las actividades desarrolladas.</p>		<p>20 min.</p>	

SESIÓN DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE N° 02

Tema ***El saque bajo mano***

1.1. Objetivos

Practicar el saque bajo mano y ejecuta acciones para su correcta ejecución.

1.2. Contenidos

Contenidos	Capacidades	Actitudes
El voleibol: El saque bajo mano	Utiliza sus habilidades motrices al realizar ejercicios propios del saque bajo mano	Muestra compañerismo en acciones de clase.

2.3. MOMENTOS DE LA SESIÓN

MOMENTOS	ESTRATEGIAS / ACTIVIDADES	MEDIOS	TIEMPO	INDICADORES DE EVALUACIÓN
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Saludo a los estudiantes, Les doy la bienvenida, les invito a observar un video del saque en el voleibol, luego dialogamos ¿Qué visualizaron en el video? Después el dialogo, explico el propósito de la sesión, hoy desarrollaremos ejercicios para el saque bajo mano, en un espacio adecuado donde intercambiamos ideas, conversando sobre el trabajo del día con armonía; indicándoles que nos divertiremos participando en los diversos juegos. ➤ Corren libremente por el campo hacia delante, lateral con salto, atrás, etc.; corren con flexión de piernas y manos que pasan por el suelo como si recogieran un objeto, elevando las piernas de forma alternada y continuada, saltando en dos pies juntos, en un pie, corriendo a velocidad, después lento. Luego realizan ejercicios de estiramientos, luego se hidratan 	Balones	20 min.	
PROCESO	<p>Las estudiantes reunidas en tríos, dispersos por el campo, cada trio con un balón, ponen en práctica lo observado en el video, después de 10 minutos de trabajo las reúno en el centro del campo y les pregunto: ¿Quién me puede describir el movimiento para el saque bajo mano? En base a sus ideas explico el movimiento:</p> <div style="border: 1px solid black; background-color: #fff9c4; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p style="text-align: center;">El lanzamiento del balón para ejecutar el saque es decisivo en el resultado final de la acción. El lanzamiento del balón a poca altura. El golpe del balón deberá ejecutarse con mano abierta, en forma de cuchara, pulgar adentro, puño, etc., concentrando la fuerza en el talón de la mano.</p> </div>	Conos.		Adopta la postura correcta para realizar el saque, coloca el balón a la altura de la cintura golpea el balón con el talón de la mano y saca por

	<p>Ahora realizan las siguientes acciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Lanzamiento del balón contra la pared con las dos manos, después con una y con la otra. ➤ En parejas, lanzamiento del balón por arriba con una mano y después con la otra. ➤ El mismo ejercicio, pero por encima del net. ➤ Realización del movimiento técnico sin balón ➤ Realizan el movimiento técnico golpeando el balón a diferentes alturas contra una pared. ➤ Dos filas frente a frente ubicadas a ambos lados de la Net, una fila realiza el saque bajo mano desde la zona de ataque, luego se van alejando poco a poco y luego desde la zona de saque; la otra fila devuelve el balón por debajo de la Net. Alternan. 	<p>Balones</p> <p>Cronometro</p> <p>Net</p>	<p>50 min.</p>	<p>encima de la red.</p>
<p>SALIDA</p>	<p>Dialogan respecto a las actividades desarrolladas.</p>		<p>20 min.</p>	

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 03

Tema ***Mejoro mi saque bajo mano***

1.1. Objetivo.

Los estudiantes del 3° estarán capacitados para ejecutar el saque bajo mano en el voleibol, y participa de manera permanente en las actividades.

1.2. Contenidos

Contenidos	Capacidades	Actitudes
Juegos de iniciación al saque.	Ejecuta el saque bajo mano en el voleibol de forma correcta	Apoya a sus compañeros en acciones diversas.

4. MOMENTOS DE LA SESIÓN

MOMENTOS	ESTRATEGIAS / ACTIVIDADES	MEDIOS	TIEMPO	INDICADORES DE EVALUACIÓN
<p>INICIO</p>	<p>Las estudiantes sentadas en media luna al centro de la plataforma deportiva, se les presenta imágenes del saque (ver anexo 3)</p> <p>Responden a las interrogantes planteadas por el docente.</p> <p>¿Cómo se llama este fundamento? ¿Alguno de Uds. pueden describir la posición del cuerpo al ejecutar el saque?</p> <p>Después del dialogo y debate se indica el tema a desarrollar: Mejoro mi saque bajo mano. Desarrollo de movimientos libres, al sonido del silbato se quedan como estatuas.</p>		<p>20 min.</p>	
<p>PROCESO</p> <p>SALIDA</p>	<p>➤ Juego: Encajando balones</p> <p>Los alumnos reunidos en grupos de 5 integrantes, cada grupo con un balón, a 3m de cada grupo se colocan tres cajas de diferente tamaño, grandes chicas y medianas, cada una de ellas con una puntuación diferente, cuanto más grande menos puntaje, el juego empieza con los estudiantes intentar botar las cajas con el balón lanzando el balón tratando de encajar el balón para lograr el mayor puntaje. Solo vale el punto si el balón es lanzado con el movimiento correcto del saque. Variante: ahora tratar de encajar los balones. Analizan la actividad, corrigen la posición y la forma de golpear el balón. Vuelven a jugar</p> <p>Dialogan respecto a las actividades desarrolladas.</p>	<p>Conos.</p>		<p>Ejecuta el saque bajo mano de manera correcta y precisa</p>

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 04

Tema **Saques de precisión**

1.1. Objetivos

Los estudiantes del 3° estarán capacitados para ejecutar el saque bajo mano en el voleibol, y participa de manera permanente en las actividades.

1.2. Contenidos

Contenidos	Capacidades	Actitudes
Voleibol: saque bajo mano.	Utiliza adecuadamente el saque bajo mano correctamente	Apoya a sus compañeros en distintas situaciones de aprendizaje.

2.3. Momentos de la sesión

MOMENTOS	ESTRATEGIAS / ACTIVIDADES	MEDIOS	TIEMPO	INDICADORES DE EVALUACIÓN
INICIO	<p>Las estudiantes se preparan para el calentamiento físico en el campo deportivo.</p> <p>Las estudiantes dispersas libremente por el campo, realizan movimientos articulares, estiramientos musculares, luego se desplazan corriendo lentamente en diferentes direcciones, adelante, atrás, derecha e izquierda, desplazamientos laterales, pequeños saltos, etc.</p>		20 min.	
PROCESO	<p>Todos los alumnos con un balón de voleibol. Tras una breve explicación sobre la forma de realizar el saque bajo, cada estudiante debe realizar saques contra un punto marcado en la pared, a diferentes distancias.</p> <p>Por parejas frente a frente, separados a una distancia de 6 m, en medio de ellos colocamos un aro ula ula, realizan saques por turnos, intentando que el balón caiga dentro del aro ula ula. Variante aumentar poco a poco la distancia entre los dos miembros de la pareja. Correcciones y repeticiones. En la misma disposición anterior, frente a la red, al otro lado de la red se coloca el aro ula ula en la zona de ataque, por turnos realizan</p>	<p>Conos.</p> <p>Balones</p> <p>Cronometro</p>	50 min.	<p>Ejecuta el saque bajo mano correctamente y lo dirige a las zonas donde le indica el profesor</p>

	<p>saques desde la zona de ataque, intentando que el balón caiga dentro del ula ula. Variantes: variar la distancia de saque y la zona del aro ula ula. Correcciones y repeticiones</p> <p>Organizo a las estudiantes por grupos de 4, los cuales, por turnos, entran a trabajar con el profesor a la red, mientras los demás grupos practican el saque entre ellos. Tres de los estudiantes se colocan en posición 1, 6 y 5, el otro se coloca con un balón en las manos, en el campo contrario en la zona de saque, a la señal realiza saques dirigidos, según la posición que le mencione el profesor. Después de variar las posiciones, cambia papeles con otra estudiante de su grupo. Correcciones y repeticiones.</p>	<p>Net</p> <p>Conos</p> <p>Cajas</p>		
SALIDA	Las estudiantes se ejercitan para entrar a la vuelta a la calma.		20 min.	

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 05

Tema **Saques y punto**

1.1. Objetivos

Los estudiantes del 3° estarán capacitados para ejecutar el saque bajo mano en el voleibol, y participa de manera permanente en las actividades.

1.2. Contenidos

Contenidos	Capacidades	Actitudes
Voleibol: saque bajo mano.	Utiliza adecuadamente el saque bajo mano correctamente	Muestra disposición para el trabajo en equipo.

2.4. Momentos de la sesión

MOMENTOS	ESTRATEGIAS / ACTIVIDADES	MEDIOS	TIEMPO	INDICADORES DE EVALUACIÓN
INICIO	<p>Dialogo con los estudiantes, se les recuerda algunos posibles errores y sus aciertos luego se preparan para el calentamiento:</p> <p>Dispersas en el campo, realizan movimientos articulares, estiramientos musculares, luego se desplazan corriendo lentamente en diferentes direcciones, adelante, atrás, derecha e izquierda, desplazamientos laterales, pequeños saltos, etc.</p>		20 min.	
PROCESO	<p>Las estudiantes reunidas en grupos de 4, ubicados cada grupo en un cuadrante del campo. En cada cuadrante se colocan 4 aros de diferente color, cada uno tendrá un valor (rojo: 5 pts., amarillo 4 pts., verde 3 pts. y anaranjado 2 pts.) por turnos las estudiantes realizan saques bajo mano a una distancia de 5 m. intentando que el balón caiga dentro de los aros, si lo logra se anotara el puntaje del color indicado. Variantes: aumentar la distancia a 10 m, luego de 20m en cada. Correcciones y repeticiones.</p> <p>Por grupos repetir el mismo juego, pero en la net. Cada saque debe efectuarse primero desde la zona de ataque y debe pasar por encima de la net. Después se van alejando hasta llegar a la zona de saque. Correcciones y repeticiones.</p>	<p>Conos.</p> <p>Balones</p> <p>Cronometro</p>	50 min.	<p>Ejecuta el saque bajo mano correctamente y lo dirige a las zonas donde le indica el profesor</p>

	<p>Un grupo de estudiantes se coloca en un campo, al frente en el otro campo se ubica el otro grupo, cada integrante de este grupo con un balón en las manos, a la señal del profesor realizan acción de saque, intentado que el balón caiga en una zona que no está cubierta por las integrantes del otro grupo. Que trataran de atrapar el balón para que este no caiga al suelo.</p> <p>Correcciones y repeticiones. Al termino intercambian papeles.</p> <p>Después se hidratan.</p>	<p>Net</p> <p>Conos</p> <p>Aros</p>		
SALIDA	Las estudiantes se ejercitan para entrar a la vuelta a la calma.		20 min.	

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 06

Tema **Saque flotante**

1.1. Objetivos

Los estudiantes del 3° estarán capacitados para ejecutar el saque bajo mano en el voleibol, y participa de manera permanente en las actividades.

1.2. Contenidos

Contenidos	Capacidades	Actitudes
Voleibol: Saque flotante.	Utiliza sus habilidades motrices al realizar ejercicios propios del saque flotante	Es participativo en acciones de equipo.

2.5. Momentos de la sesión

MOMENTOS	ESTRATEGIAS / ACTIVIDADES	MEDIOS	TIEMPO	INDICADORES DE EVALUACIÓN
<p>INICIO</p>	<p>Las estudiantes sentadas en media luna al centro de la plataforma deportiva, explico brevemente el tema a tratar: el saque flotante:</p> <div data-bbox="390 464 1155 773" style="background-color: #e6f2ff; padding: 5px;"> <p>El saque flotante es considerado el primer ataque que realiza el equipo y es un requisito casi indispensable a la hora de trabajar en nuestro sistema defensivo. Para conseguir un buen golpeo va a ser fundamental la ejecución de un lanzamiento a la altura y posición correcta que permita una buena coordinación del movimiento posterior de brazo y un contacto en el punto más alto y por delante del sacador.</p> </div>  <p>Luego se preparan para el calentamiento:</p> <p>Las estudiantes dispersas libremente por el campo, realizan movimientos articulares, estiramientos musculares, luego se desplazan corriendo lentamente en diferentes direcciones, adelante, atrás, derecha e izquierda, desplazamientos laterales, pequeños saltos, etc. después se hidratan.</p>		<p>20 min.</p>	<p>Identifica y practica los elementos básicos del saque flotante en el voleibol.</p>
	<p>En gran grupo explico la técnica del saque flotante en base a las siguientes imágenes:</p> <div data-bbox="390 1143 1331 1365">  <ol style="list-style-type: none"> 1. Coloca tus pies en la posición correcta. Pon tu pie izquierdo por delante manteniendo una apertura igual al ancho de tus hombros. Posición tu cuerpo y tus pies en la dirección en la que vas a servir la pelota. Esto aliviana tu cuerpo dándole más fuerza al servicio. El peso de tu cuerpo debe estar sobre tu pie izquierdo. 2. Extiende tu brazo no dominante en dirección perpendicular a tu cuerpo y sostén la pelota. 3. Preséntate para lanzar la pelota. Utilízate tu brazo no dominante para lanzar la pelota por encima de tu cabeza. Suelta la pelota cuando tu brazo esté totalmente extendido. Acuéstate de lanzar la pelota hacia arriba y en frente a ti. Tira de lanzar la pelota en el aire con un movimiento de empuje. Cuando te levantas a evitar lanzar la pelota demasiado alta. Preocúpate para pegarle a la pelota. Usa el codo hacia atrás hasta la altura de tus hombros. Imagínate estar tirando de la cuerda de una arco de flecha mientras tiras el brazo hacia atrás para pegarle a la pelota. Cuando la pelota alcanza su punto más alto, balanceate hacia adelante para golpear la pelota. Aprovecha la rotación de tu brazo y tu codo para darle más fuerza al golpeo. 4. Llévate tu brazo hacia atrás para pegarle a la pelota. Ponte en la misma posición como si fueras a realizar un saque flotante, con tu codo por encima de la oreja y detrás de la cabeza. 5. Pégale a la pelota. Mantén tu mano abierta y golpée la pelota con la parte inferior de la palma de tu mano, o cúbrala con un medio puño. Golpée la pelota, determinando el movimiento justo después de hacer contacto con la pelota. A diferencia del saque de alto, continúa el movimiento de tu brazo muy poco una vez que hayas golpeado la pelota. Empuja hacia adelante con tu mano para pegarlo a la pelota, dándole poco o ningún efecto de rotación a la pelota, tal como se busca en un saque flotante. </div>	<p>Conos.</p>		

<p>PROCESO</p>	<p>Al termino se reúnen en parejas de trabajo y realizan los siguientes ejercicios:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Las parejas se ubican uno frente al otro en las líneas laterales del campo, y realizan lanzamientos del balón con derecha e izquierda. Correcciones y repeticiones ✓ Luego se ubican frente a la pared, a una distancia de tres metros, realizan por turnos lanzamientos hacia un punto en la pared. Después van variando las distancias. Correcciones y repeticiones ✓ Realizan lanzamientos de un campo a otro por encima de la net. ✓ Luego las parejas se acercan y realizan acción de saque, comenzando con un lanzamiento y terminando con el golpeo, pero con el balón sujeto en todo momento por el compañero. ✓ Después se van alejando y realizan el golpeo del balón hacia su compañera. Varían las distancias. correcciones y repeticiones. ✓ Las parejas se colocan frente a la pared, realizan el golpeo del balón contra la pared. Varían las distancias. Correcciones y repeticiones. 	<p>Balones</p> <p>Cronometro</p> <p>Net</p> <p>Conos</p>	<p>50 min.</p>	
-----------------------	--	--	----------------	--

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 07

Tema **Mejorando el saque flotante**

1.1. Objetivos

Los estudiantes del 3° estarán capacitados para ejecutar el saque flotante en el voleibol, y participa de manera permanente en las actividades.

1.2. Contenidos

Contenidos	Capacidades	Actitudes
Voleibol: saque flotante.	Ejecuta correctamente el saque flotante	Es respetuoso al participar en clases.

2.6. Momentos de la sesión

MOMENTOS	ESTRATEGIAS / ACTIVIDADES	MEDIOS	TIEMPO	INDICADORES DE EVALUACIÓN
INICIO	<p>Las estudiantes reunidas en el centro del campo, les comento brevemente sobre las actividades y los aprendizajes que han logrado hasta ahora. Después realizan el calentamiento:</p> <p>Dispersas libremente por el campo, realizan movimientos articulares, estiramientos musculares, luego se desplazan a carrera lenta, elevación de rodillas, taloneo, desplazamientos lateralmente, dan pequeños saltos, al final realizan pequeñas carreras de velocidad. Después se hidratan.</p>		20 min.	
PROCESO	<p>Las estudiantes dispersas libremente por el campo con un balón cada una, realizan pequeños rebotes, golpeando el balón con la palma de la mano.</p> <p>Las estudiantes se ubican frente a la pared, golpean el balón con la palma de la mano contra la pared, la recibe y le entrega a su compañero, para que haga lo mismo.</p> <p>Las estudiantes se forman en 4 columnas, ubicadas una detrás de otra desde la línea de ataque, las estudiantes que están adelante con un balón. Realizan saques flotantes y se ubican al final de su columna. Correcciones y repeticiones. Después de tres rondas se alejan de la net, hasta llegar a la línea de saque.</p> <p>Coloco una cinta elástica, a una altura de 6 cm. sobre la net, las estudiantes realizan saques por turnos, empezando desde la línea de ataque y se van alejando cada 3 rondas de saques, hasta llegar a la</p>	<p>Conos.</p> <p>Balones</p> <p>Cronometro</p> <p>Net</p>	50 min.	<p>Adopta la postura correcta para realizar el saque, eleva el balón, lo golpea en el aire con la palma de la mano y lo pasa por encima de la red..</p>

	<p>línea de saque. Todos los saques deben pasar entre la net y la cinta. Correcciones y repeticiones. Después se hidratan.</p> <p>Las estudiantes formadas en filas ubicadas en la zona de saque, realizan saques por encima de net, cortos que lleguen a la zona de ataque del campo contrario y saques largos que lleguen a la zona de defensa contraria. Correcciones y repeticiones.</p> <p>Después se hidratan.</p>	Conos		
SALIDA	Las estudiantes se ejercitan para entrar a la vuelta a la calma.		20 min.	

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 08

Tema **Saque y punto**

1.1. Objetivos

Los estudiantes del 3° estarán capacitados para ejecutar el saque flotante en el voleibol, y participa de manera permanente en las actividades.

1.2. Contenidos

Contenidos	Capacidades	Actitudes
El voleibol Fundamentos técnicos El saque flotante	Utiliza adecuada y correctamente el saque flotante	Participa activamente en las actividades propuestas.

2.3. Momentos de la sesión

MOMENTOS	ESTRATEGIAS / ACTIVIDADES	MEDIOS	TIEMPO	INDICADORES DE EVALUACIÓN
INICIO	<p>Las estudiantes sentadas en media luna al centro de la plataforma deportiva, les comento de manera breve las actividades realizadas hasta hoy, les recuerdo algunos posibles errores y sus aciertos luego se preparan para el calentamiento:</p> <p>Las estudiantes dispersas libremente por el campo, realizan movimientos articulares, estiramientos musculares, luego se desplazan corriendo lentamente en diferentes direcciones, adelante, atrás, derecha e izquierda, desplazamientos laterales, pequeños saltos, etc.</p>		20 min.	
PROCESO	<p>Las estudiantes reunidas en grupos de 4, ubicados cada grupo en un cuadrante del campo. En cada cuadrante se colocan 4 aros de diferente color, cada uno tendrá un valor (rojo: 5 pts., amarillo 4 pts., verde 3 pts. y anaranjado 2 pts.) por turnos las estudiantes realizan saques flotantes a una distancia de 5 m. intentando que el balón caiga dentro de los aros, si lo logra se anotara el puntaje del color indicado. Variantes: aumentar la distancia a 10 m, luego de 20m en cada. Correcciones y repeticiones.</p> <p>Por grupos repetir el mismo juego, pero en la net. Cada saque debe efectuarse primero desde la zona de ataque y debe pasar por encima de la net. Después se van alejando hasta llegar a la zona de saque. Correcciones y repeticiones.</p>	<p>Conos.</p> <p>Balones</p> <p>Cronometro</p>	50 min.	Se posiciona, eleva el balón y lo golpea de forma correcta dirigiéndolo a zonas difíciles de recepcionar

	<p>Un grupo de estudiantes se coloca en un campo, al frente en el otro campo se ubica el otro grupo, cada integrante del primer grupo con un balón en las manos, a la señal del profesor realizan saques flotantes, intentado que el balón caiga en una zona que no está cubierta por las integrantes del otro grupo. Que tratan de atrapar el balón para que este no caiga al suelo. Si el balón toca el piso se anotarán un punto. Correcciones y repeticiones. Al término intercambian papeles.</p> <p>Después se hidratan.</p>	<p>Net</p> <p>Conos</p> <p>aros</p>		
SALIDA	Las estudiantes se ejercitan para entrar a la vuelta a la calma.		20 min.	

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 09

Tema **Saque y punto**

1.1. Objetivos

Al término de la sesión los estudiantes del tercer grado de secundaria estarán capacitados para la utilización correcta y adecuada del saque bajo mano y el saque flotante en el voleibol, participando activamente todas las actividades propuestas.

2.2. Contenidos

Contenidos	Capacidades	Actitudes
Voleibol: Saque flotante	Ejecuta diferentes tipos de saque.	Es participativo al trabajar en equipo.

2.3. Momentos de la sesión

MOMENTOS	ESTRATEGIAS / ACTIVIDADES	MEDIOS	TIEMPO	INDICADORES DE EVALUACIÓN
INICIO	<p>Las estudiantes sentadas en media luna al centro de la plataforma deportiva, les comento de manera breve las actividades realizadas hasta hoy, les recuerdo algunos posibles errores y sus aciertos luego se preparan para el calentamiento:</p> <p>Las estudiantes dispersas libremente por el campo, realizan movimientos articulares, estiramientos musculares, luego se desplazan corriendo lentamente en diferentes direcciones, adelante, atrás, derecha e izquierda, desplazamientos laterales, pequeños saltos, etc.</p>		20 min.	
PROCESO	<p>Las estudiantes se organizan en parejas y realizan los siguientes ejercicios:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Las parejas se ubican uno frente al otro en las líneas laterales del campo, y realizan lanzamientos del balón con derecha e izquierda. Correcciones y repeticiones ✓ Luego se ubican frente a la pared, a una distancia de tres metros, realizan por turnos lanzamientos hacia un punto en la pared. Después van variando las distancias. Correcciones y repeticiones ✓ Realizan lanzamientos de un campo a otro por encima de la net. ✓ Luego las parejas se acercan y realizan acción de saque, comenzando con un lanzamiento y terminando con el golpeo, pero con el balón sujeto en todo momento por el compañero. 	<p>Conos.</p> <p>Balones</p> <p>Cronometro</p>	50 min.	Utiliza el saque bajo mano o el saque flotante conveniente y correctamente

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Después se van alejando y realizan el golpeo del balón hacia su compañera. Varían las distancias. correcciones y repeticiones. ✓ Las integrantes de cada pareja se ubican en la zona de ataque de cada campo, realizan saques flotantes y saques bajo mano sobre la net. Luego se van alejando hasta llegar a la zona de saque. Correcciones y repeticiones. Después se hidratan <p>Luego organizo a las estudiantes en equipos de 6 integrantes y juegan voleibol, respetando las reglas básicas y enfatizando el saque bajo mano y el saque flotante. Correcciones y repeticiones.</p> <p>Al final se hidratan.</p>	<p>Net</p> <p>Conos</p> <p>aros</p>		
SALIDA	Las estudiantes se ejercitan para entrar a la vuelta a la calma.		20 min.	

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 10

Tema ***Juguemos voleibol***

1.1. Objetivos

Al término de la sesión los estudiantes del tercer grado de secundaria estarán capacitados para la utilización correcta y adecuada del saque bajo mano y el saque flotante en el voleibol, participando activamente todas las actividades propuestas.

1.2. Contenidos

Contenidos	Capacidades	Actitudes
Voleibol: Saque flotante.	Ejecuta diferentes tipos de saque.	Participa en actividades cooperativas.

2.3. Momentos de la sesión

MOMENTOS	ESTRATEGIAS / ACTIVIDADES	MEDIOS	TIEMPO	INDICADORES DE EVALUACIÓN
INICIO	<p>Reúno a los y las estudiantes, en el círculo central del campo, dialogamos sobre lo aprendido hasta hoy. les comento de manera breve las actividades a realizar en la sesión e iniciamos el calentamiento:</p> <p>Todos caminan libremente por el campo y realizan libremente movimientos articulares, estiramientos musculares, luego se desplazan corriendo lentamente en diferentes direcciones, adelante, atrás, derecha e izquierda, desplazamientos laterales, pequeños saltos, etc.</p>		20 min.	
PROCESO	<p>Las estudiantes se organizan en parejas y realizan de voleibol</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 2 x 2 ✓ 4 x 4 ✓ 6 x 6 	<p>Conos.</p> <p>Balones</p> <p>Net</p>	50 min.	<p>Utiliza el saque bajo mano o el saque flotante conveniente y correctamente</p>
SALIDA	<p>Las estudiantes se ejercitan para entrar a la vuelta a la calma.</p>		20 min.	

2.3. RESULTADOS DE LA EVALUACIÓN DE SALIDA

TABLA N^o 05: RESUMEN DE RESULTADOS

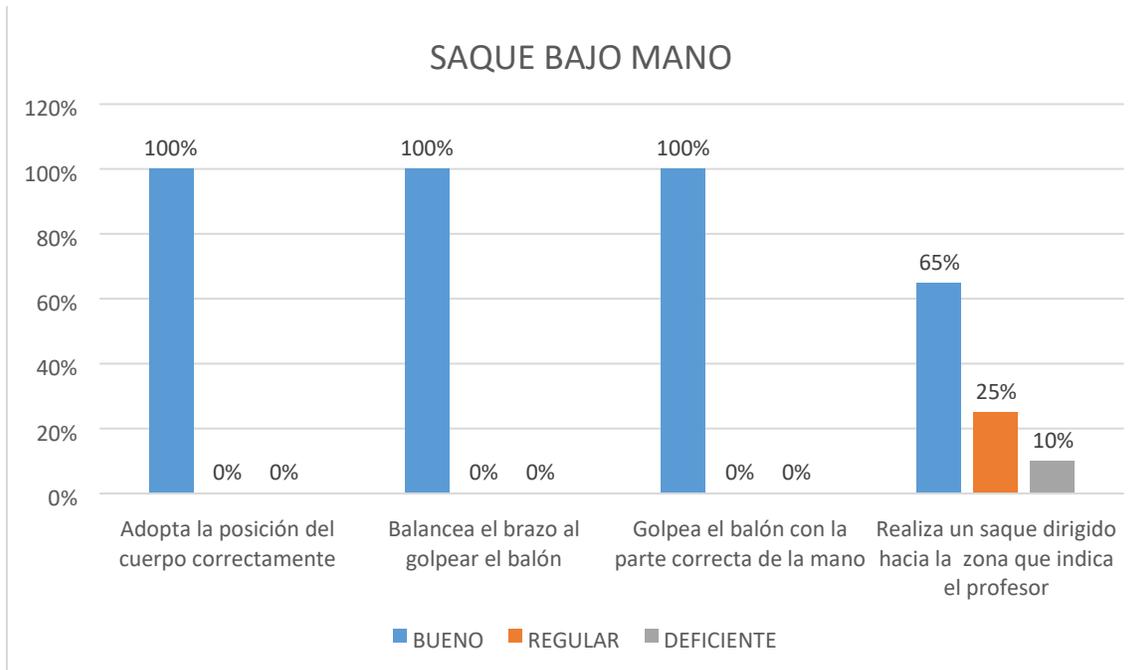
N ^o	COMPONENTES	SAQUE BAJO MANO				SAQUE ALTO FLOTANTE				SAQUE EN SUSPENSIÓN			
	ITEMS ESTUDIANTES	Adopta la posición del cuerpo correctamente	Balancea el brazo al golpear el balón	Golpea el balón con la parte correcta de la mano	Realiza un saque dirigido hacia la zona que indica el profesor	Adopta la posición del cuerpo correctamente	Eleva el balón lo suficiente para poder golpearlo	Balancea el brazo y golpea el balón con la parte correcta de la mano	Dirige el pase a la zona indicada por el profesor	Eleva el balón lo suficiente para golpearlo	Coordina el salto con el golpe	El balón pasa la net	Dirige el saque donde el profesor le indica
1	Andrés	B	B	B	R	B	B	B	B	B	B	B	B
2	Mirtha	B	B	B	B	B	B	B	B	B	R	R	R
3	Juanita	B	B	B	R	B	B	B	B	B	R	R	R
4	Andrea	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	R	R
5	Marco	B	B	B	R	B	R	R	D	R	R	R	R
6	Felipe	B	B	B	B	B	B	B	B	R	B	D	D
7	Alondra	B	B	B	B	B	B	B	B	R	R	R	R
8	Fernanda	B	B	B	B	B	B	B	B	B	D	D	D
9	Yancarlo	B	B	B	B	B	B	B	B	D	D	D	D
10	Estefani	B	B	B	B	B	B	B	B	R	R	R	R
11	Yoanda	B	B	B	D	B	D	D	D	B	D	D	D
12	Iriana	B	B	B	B	B	B	B	B	B	D	D	D
13	Yesenia	B	B	B	D	B	D	B	R	R	R	R	R
14	Juan	B	B	B	B	B	R	R	R	D	D	D	D
15	María	B	B	B	B	B	B	B	R	R	B	B	R
16	Fiorela	B	B	B	B	B	B	B	R	R	R	R	B

17	Francisco	B	B	B	B	B	B	B	R	R	B	B	R	
18	Marianela	B	B	B	B	B	R	R	D	D	R	R	D	
19	Yonny	B	B	B	R	B	R	R	R	R	R	R	R	
20	Alejandra	B	B	B	R	B	R	R	D	D	D	D	D	
PUNTAJE		B	20	20	20	13	20	13	14	09	08	05	03	02
		R	00	00	00	05	00	05	03	08	08	09	10	10
		D	00	00	00	02	00	02	03	03	04	06	07	08
PORCENTAJE		B	100%	100%	100%	65%	100%	65%	70%	45%	40%	25%	15%	10%
		R	00	00	00	25%	00%	25%	15%	40%	40%	45%	50%	50%
		D	00	00	00	10%	00%	10%	15%	15%	20%	30%	35%	40%

TABLA N° 06 RESUMEN DE RESULTADOS POR COMPONENTE

ITEM	SAQUE BAJO MANO	BUENO (B)		REGULAR (R)		DEFICIENTE (D)	
		F	%	F	%	F	%
01	Adopta la posición del cuerpo correctamente	20	100%	00	00%	00	00%
02	Balancea el brazo al golpear el balón	20	100%	00	00%	00	00%
03	Golpea el balón con la parte correcta de la mano	20	100%	00	00%	00	00%
04	Realiza un saque dirigido hacia la zona que indica el profesor	13	65%	05	25%	02	10%
	PROMEDIO	18	90%	1	5%	1	5%

GRÁFICO N.º 04



ANÁLISIS

Según el gráfico, en cuanto al ítem 1, *Adopta la posición del cuerpo correctamente*, el ítem 2, *Balancea el brazo al golpear el balón*, y el ítem 3, *Golpea el balón con la mano correcta del cuerpo*, el 100% se encuentra en la categoría

Buena. En cuanto al 4 ítem, *Realiza un saque dirigido hacia la zona que indica el profesor*, el 65% se ubica en la categoría de Buena, el 25% en la categoría

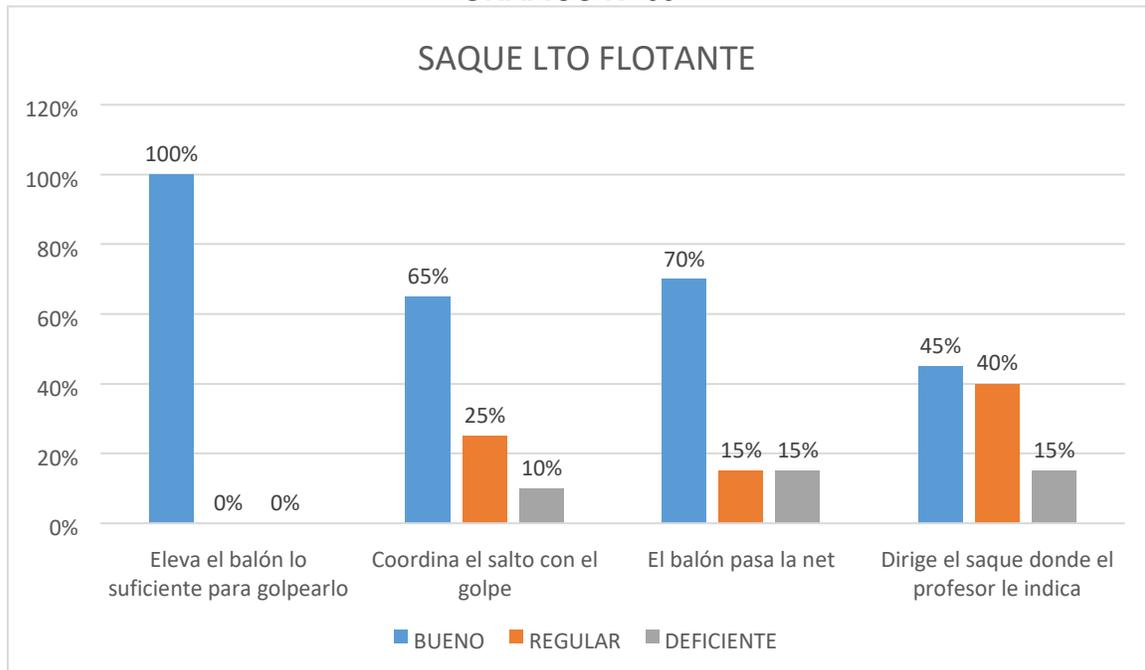
Regular, mientras que un 10% se ubica en la categoría Deficiente. En resumen, en cuanto al aprendizaje del saque bajo mano, el 90% se ubica en la categoría de

Buena, el 5% en la categoría Regular, mientras que el 5% se ubica en la categoría **Deficiente**, lo que evidencia que los estudiantes aprendieron el saque bajo mano.

TABLA Nª 07 RESULTADOS POR COMPONENTE

ITEM	SAQUE ALTO FLOTANTE	BUENO (B)		REGULAR (R)		DEFICIENTE (D)	
		F	%	F	%	F	%
01	Eleva el balón lo suficiente para golpearlo	20	100%	00	00%	00	00%
02	Coordina el salto con el golpe	13	65%	05	25%	02	10%
03	El balón pasa la net	14	70%	03	15%	03	15%
04	Dirige el saque donde el profesor le indica	09	45%	08	40%	03	15%
	PROMEDIO	14	70%	4	20%	2	10%

GRÁFICO Nª 05



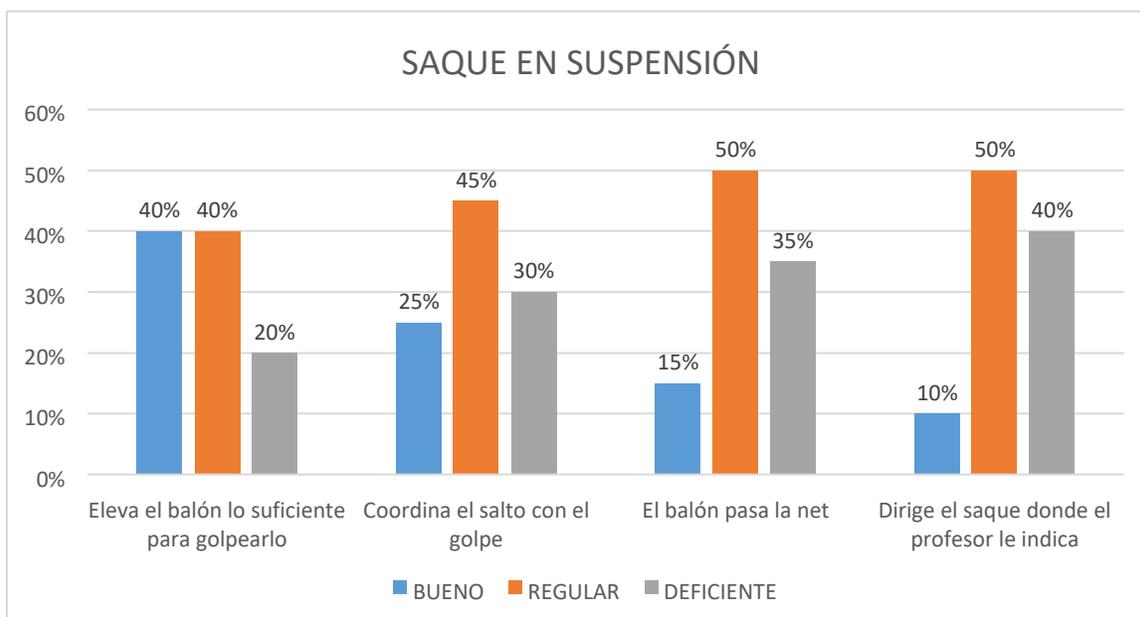
ANALISIS

Según el gráfico, en cuanto al ítem 1, *Adopta la posición del cuerpo correctamente*, el 100% de estudiantes se encuentra en la categoría de Bueno. En cuanto al ítem 2, *eleva el balón lo suficiente para golpearlo*, el 65% de estudiantes se encuentra en la categoría de Bueno, el 25% está en la categoría de Regular y el 10% está en la categoría Deficiente. En cuanto al ítem 3, *balancea el brazo y golpea el balón con la parte correcta de la mano*, el 70% se encuentra en la categoría Bueno, el 15% está en la categoría Regular y el 15% en la categoría Deficiente. En cuanto al 4 ítem, *dirige el pase a la zona indicada por el profesor*, el 45% se ubica en la categoría de Bueno, El 40% en la categoría Regular, mientras que un 15% se ubica en la categoría Deficiente. En resumen, en cuanto al aprendizaje del saque alto flotante, el 70% se ubica en la categoría de Bueno, el 20% en la categoría Regular, mientras que el 10% se ubica en la categoría Deficiente, lo que evidencia que la mayoría de estudiantes han logrado el aprendizaje del saque alto flotante.

TABLA Nª 08 RESUMEN DE RESULTADOS POR COMPONENTE

ITEM	SAQUE EN SUSPENSIÓN	BUENO (B)		REGULAR (R)		DEFICIENTE (D)	
		F	%	F	%	F	%
01	Eleva el balón lo suficiente para golpearlo	08	40%	08	40%	04	20%
02	Coordina el salto con el golpe	05	25%	09	45%	06	30%
03	El balón pasa la net	03	15%	10	50%	07	35%
04	Dirige el saque donde el profesor le indica	02	10%	10	50%	08	40%
	PROMEDIO	05	25%	09	45%	06	30%

GRÁFICO N° 06



ANÁLISIS

Según el gráfico, en cuanto al ítem 1, *eleva el balón lo suficiente para golpearlo*, el 40% de estudiantes se encuentra en la categoría de Bueno, otro 40% se ubica en la categoría de Regular, mientras que solo un 20% se ubica en la categoría deficiente. En cuanto al ítem 2, *coordina el salto con el golpe*, el 25% de estudiantes se encuentra en la categoría de Bueno, el 45% está en la categoría de Regular y el 30% está en la categoría Deficiente. En cuanto al ítem 3, *el balón pasa la net*, el 15% se encuentra en la categoría Bueno, el 50% está en la categoría Regular y el 35% en la categoría Deficiente. En cuanto al 4 ítem, *dirige el saque donde el profesor indica*, el 10% se ubica en la categoría de Bueno, El 50% en la categoría Regular, mientras que un 40% se ubica en la categoría Deficiente. En resumen, en cuanto al aprendizaje del saque en suspensión, el 25% se ubica en la categoría de Bueno, el 45% en la categoría Regular, mientras que el 30% aún, se ubica en la categoría Deficiente, estos resultados evidencian que aún, que la mayoría de estudiantes han logrado el aprendizaje del saque en suspensión

2.4. COMPARACIÓN DE RESULTADOS DE ENTRADA Y SALIDA

TABLA N^o 09

COMPONENTES	PRUEBA DE ENTRADA						PRUBA DE SALIDA						% DE MEJORA
	BUENO		REGULAR		DEFICIENTE		BUENO		REGULAR		DEFICIENTE		
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	
SAQUE BAJO MANO	02	10%	08	40%	10	50%	18	90%	1	5%	1	5%	80%
SAQUE ALTO FLOTANTE	1	5%	2	25%	17	70%	14	70%	4	20%	2	10%	65%
SAQUE EN SUSPENSIÓN	00	0%	0	0%	20	100%	05	25%	09	45%	06	30%	25%

ANALISIS

Según la tabla N.^o 09, en cuanto al aprendizaje del saque, tenemos que en el componente *saque bajo mano*, en la prueba de entrada el 10% de estudiantes se ubicaba en la categoría bueno, y en la prueba de salida es el 90 % de estudiantes, en cuanto al saque alto flotante, en la prueba de entrada el 5% de estudiantes se ubicaba en la categoría bueno, y en la prueba de salida tenemos el 70%, en cuanto a el saque en suspensión, en la prueba de entrada el 0% de estudiantes se ubicaba en la categoría **Bueno**, mientras que en la prueba de salida tenemos un 25%, esto comprueba de después de haber aplicado el estímulo se evidencia una significativa mejora en cuanto al aprendizaje del saque en el voleibol de los estudiantes del 3^o C, de secundaria de la I.E. Inca Garcilaso de la Vega.

CONCLUSIONES

Con la aplicación del programa de Educación física, permitió mejorar la técnica del saque en voleibol, en alumnos de tercero de secundaria I.E “Inca Garcilaso de la Vega” C.P. Pacherez, Pucalá, Chiclayo en la región Lambayeque, así lo demuestran los resultados expresados en las diferentes tablas y gráficos.

La prueba de entrada permitió identificar que el aprendizaje del saque en el voleibol de los estudiantes del tercero “C” de Secundaria I.E “Inca Garcilaso de la Vega” CP. Pacherez, distrito de Pucalá, era deficiente, así lo demuestra la tabla N° 3, 4 y 5 y los gráficos 1, 2 y 3.

El diseño del Programa permitió analizar diferentes teorías y utilizar estrategias pertinentes desde donde se facilitó los intereses de los estudiantes.

También se concluye que después de la aplicación de la prueba de salida los resultados nos muestran que el nivel de aprendizaje del saque en el voleibol, de los estudiantes de 3° C de educación secundaria de la I.E. Inca Garcilaso de la Vega, es bueno, así lo demuestran las tablas N° 6, 7 y 8, y el gráfico N° 4, 5 y 6.

Los resultados evidencian una mejoría significativa en cuanto al aprendizaje del saque en el voleibol, así lo demuestra la tabla N° 09

RECOMENDACIONES

A las autoridades educativas, fomenten el desarrollo deportivo dentro de su Institución Educativa, basado en fundamentos válidos y con una metodología adecuada, que les permita a los estudiantes sentir experiencias de movimiento gratificantes y no frustrantes por el exceso de campeonísimo.

A los docentes de educación física, que se adentren en el mundo de la investigación, y propongan metodologías novedosas y adecuadas para trabajar contenidos deportivos en la escuela.

Referencias

- Acosta, J. (2009). *Calentamiento general y específico de Educación Física: ejercicios prácticos*. . España: Paidotribo.
- Arce Villalobos, M. y Cordero Álvarez, M. (1996). *Desarrollo Motor Gruesa del Niño en Edad Pre escolar*. Costa Rica: Editorial de la Universidad de Costa Rica.
- Blázquez Sánchez, D. (1999). *La Iniciación Deportiva y el Deporte en la Edad Escolar*. España:
Editorial INDE. Recuperado el 17 de diciembre de 2020
- Cantero Mesones, P. y Cobo Corrales, C. (2017). *Fundamentos Teórico - Prácticos para la Enseñanza Aprendizaje de las habilidades Deportivas*. Universidad de Cantabria. España.: Universidad de Cantabria. Recuperado el 24 de diciembre de 2020, de <https://www.studocu.com/es/document/universidad-de-cantabria/educacion-fisicaescolar/fundamentos-teorico-practcos-para-la-ensenanza-aprendizaje-de-las-habilidadesdeportivas/1283799>
- Carbajal, A. y. (1990). *Educación Física 7º Grado*. Caracas: Editorial Romor.
- Chacón Ramírez, M. (2005). *Educación Física para niños con Necesidades Educativas Especiales*. Costa Rica, Costa Rica: EUNED. Recuperado el 10 de Diciembre de 2021
- De Castro Mangas, A. (2008). *Juegos para Educación Física: Desarrollo de destrezas básicas*. SA. Ediciones: Madrid.
- Díaz, P. (2011). *Voleibol, Aternativas y Curiosidades de su Personalidad*. España: Wanceulen.
- Fauste Masuet, X. (2004). *Juegos de iniciación a los deportes colectivos. 5ta. Edición, . .* Barcelona – España: Editorial Paidotribo.
- Fotia, J. (27 de Junio de 2018). *El Primer Momento de la Enseñanza del Voleibol*. Obtenido de <https://nanopdf.com/>: https://nanopdf.com/download/1-el-primer-momento-en-elaprendizaje-del-voleibol_pdf
- Guimaraes, T. (2006). *Voleibol Iniciación y Alto Rendimiento*. Bogotá: Cooperativa Editorial Magisterio.
- Kelly, W. A. (1982). *Psicología de la Educación. Psicología Fundamental y Didáctica. Aplicaciones y Enseñanza Programada*. Ediciones Morata.
- Moras, G. (1996). *Guia de Voleibol de la Asociación de Entrenadores Americanos de Voleibol*. Barcelona: Paidotribo.

- Pavlovich Pimenov, M. (2001). *Voleibol, Aprender y progresar. Más de 500 ejercicios del servicio, pase, remate y bloqueo*. . . (2 edición ed.). Barcelona, Cataluña, España: Editorial Paidotribo.
- Pavlovich Pimenov, M. (2011). *Voleibol, Aprender y Progresar* (3ra ed.). España: Paidotribo. Recuperado el 16 de noviembre de 2021, de https://books.google.com.pe/books?id=2S8ACwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Riveroll Amezcua, R. (2014). *Impacto de la meditación trascendental aplicada al proceso de aprendizaje*. Mexico: UNID.
- Rodriguez Palermo, L. (2011). La Teoría del Aprendizaje Significativo. Una Revisión Aplicable a la Escuela Actual. *Revista Electronica Investigación e Innovación Educativa y Socioeducativa*.
- Rush, H. y Weineck, J. (2004). *Entrenamiento y Practica Deportiva Escolar*. España, Barcelona, España: PAIDOTRIBO. Recuperado el 14 de diciembre de 2020
- Saldarriaga Zambrano, P., Bravo Ceñedo, G. y Rivadenira Loo. (2016). La teoría Constructivista de Jean Piaget y su Significación para la Pedagogía Contemporánea. *Revista Científica Dominio de las Ciencias*, 127-137.
- Schmidt, R. (1991). *Aprendizaje motor y rendimiento: de los principios a la práctica* (9na ed.). (L. d. humana, Ed.) Virginia: Libros de cinética humana.
- Tamorri, S. (2000). *Neurociencias y Deportes*. España: Paidotribo.
- Timón Benitez, M. y Hormigo Gamarro, F. (2010). *El Voleibol en la Escuela. Nuevos Enfoques Metodológicos y Actividades para la Enseñanza su la Escuela*. Sevilla - España, España: Wanceulen. Recuperado el 30 de noviembre de 2021
- Torres Luque, G. y Hernández García, R. (2019). *Etapas Infantil y Motricidad. Estrategias Para su Desarrollo en Educación Física*. España: WANCEULEN.
- Toscano Carrascal, M. (24 de Noviembre de 2014). Estudio de la Enseñanza Aprendizaje del Voleibol en los Estudiantes de Educación Básica Superior de la Unidad Educativa Antares, Sector Mirasierra, Distrito Metropolitano Quito. Año Lectivo 2013 - 2014. *Tesis: Estudio de la Enseñanza Aprendizaje del Voleibol en los Estudiantes de Educación Básica Superior de la Unidad Educativa Antares, Sector Mirasierra, Distrito Metropolitano Quito. Año Lectivo 2013 - 2014*. Quito, Quito, Ecuador: Universidad Central de Ecuador. Recuperado el Diciembre de 2021, de <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/4357>

Zamora, J. (octubre de 2010). *Manual de la Enseñanza Técnico Metodológica del Voleibol*.
Obtenido de www.digef.edu.gt: <http://drjorgezamoraprado-ceap.com/wpcontent/uploads/2018/10/Manual-de-Ense%C3%B1anza-T%C3%A9cnico-Metodologicade-Voleibol-Primaria.pdf>

Zamora, J. (2010 de octubre). *www.digef.edu.gt*. Obtenido de www.digef.edu.gt:
<http://drjorgezamoraprado-ceap.com/wp-content/uploads/2018/10/Manual-deEnse%C3%B1anza-T%C3%A9cnico-Metodologica-de-Voleibol-Primaria.pdf>

ANEXOS

ANEXO Nº 1

Test para medir el aprendizaje de los fundamentos del voleibol

Ítem	COMPONENTES	Escala de Valoración		
		B	R	D
SAQUE BAJO MANO				
01	Adopta la posición del cuerpo correctamente			
02	Balancea el brazo al golpear el balón			
03	Golpea el balón con la parte correcta de la mano			
04	Realiza un saque dirigido hacia la zona que indica el profesor			
Saque alto flotante				
05	Adopta la posición del cuerpo correctamente			
06	Eleva el balón lo suficiente para poder golpearlo			
07	Balancea el brazo y golpea el balón con la parte correcta de la mano			
08	Dirige el pase a la zona indicada por el profesor			
Saque en suspensión				
09	Eleva el balón lo suficiente para golpearlo			
10	Coordina el salto con el golpe			
11	El balón pasa la net			
12	Dirige el saque donde el profesor le indica			

TABLA DE VALORACIÓN

ESCALA DESCRIPTIVA	ESCALA LITERAL	ESCALA VALORATIVA
BUENO	B	15 - 20
REGULAR	R	10 - 15
DEFICIENTE	D	0 - 10

ANEXO Nº 2 GALERIA FOTOGRÁFICA



Explicando las actividades a realizar en la sesión Nº 1



Desarrollando el juego: la pared y yo



Explicando las actividades a realizar: saque bajo mano sobre la net



Realizando juegos de precisión, intentando rebotar el balón dentro del ulaula



Realizando las correcciones respectivas



Desarrollando el saque alto flotante



● ○ REDMI NOTE 9
∞ AI QUAD CAMERA

Practicando saques precisos



Enseñanza aprendizaje del saque alto flotante



Enseñanza aprendizaje del saque en suspensión



En la práctica del voleibol

ANEXO N°04

INSTRUMENTO DE OPINIÓN DE PROFESIONAL ESPECIALISTA

I. DATOS DEL PROFESIONAL

Apellidos y Nombres	David Bustamante Cerna	Nacionalidad	Peruana
Grado académico(s)	Lic. En Educación Física	Años de experiencia en educación superior	5 años
Universidad (es) donde labora	Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo		
Breve referencia (Describir, cargos o roles que desempeña o ha desempeñado en experiencias de educación a distancia)	Docente de la especialidad de Educación Física. FACHSE UNPRG		

II. CRITERIOS Y APRECIACIÓN CUALITATIVA DEL INSTRUMENTO

Después de haber analizado la propuesta para opinar respecto al trabajo de investigación titulado: PROGRAMA DE EDUCACION FISICA PARA EL APRENDIZAJE DEL SAQUE EN EL VOLEIBOL, CON ESTUDIANTES DEL 3° DE SECUNDARIA I.E. "INCA GARCILAZO DE LA VEGA", C. P. PACHERREZ, PUCALA, CHICLAYO 2021, lea detenidamente las siguientes preguntas y marque con un aspa su respuesta según considere:

CRITERIOS	APRECIACIÓN CUALITATIVA			
	Muy bueno	Bueno	Regular	Deficiente
<i>Presentación de la propuesta</i>	X			
<i>Claridad en la estructuración y redacción de la propuesta</i>		X		
<i>Coherencia de la propuesta con los objetivos de la investigación</i>	X			
<i>Utilidad de la propuesta para otras investigaciones relacionadas con el objeto de estudio.</i>	X			

II. CRITERIOS Y APRECIACIÓN CUALITATIVA DE LA PROPUESTA

Después de haber analizado la propuesta de la investigación: **PROGRAMA DE EDUCACION FISICA PARA EL APRENDIZAJE DEL SAQUE EN EL VOLEIBOL, CON ESTUDIANTES DEL 3° DE SECUNDARIA I.E. "INCA GARCILAZO DE LA VEGA", C. P. PACHERREZ, PUCALA, CHICLAYO 2021**, lea detenidamente las siguientes preguntas y marque con un aspa su respuesta según considere:

INDICADOR	PREGUNTA	Muy apropiada	Apropiada	Medianamente apropiada	Poco apropiada	Inapropiada
Caracterización y marcos conceptuales del modelo de educación virtual	Las características de la propuesta son apropiadas para el desarrollo de la naturaleza del estudio.		X			
	Los elementos teóricos y conceptuales son coherentes con la propuesta.		X			
	La concepción pedagógica de la propuesta es apropiada.		X			
	Los fundamentos de la propuesta son estratégicos en la investigación.		X			
Novedad y aportes a la educación	La propuesta es innovadora y responde a las tendencias actuales sobre procesos de intervención docente en el área de educación física.	X				
	La propuesta constituye un aporte a los procesos de gestión didáctica.	X				
Utilidad y aprovechamiento del modelo	La propuesta, puede ser aplicada, como experiencia, en otras instituciones educativas?	X				
Comentarios o recomendaciones generales:						

CONSTANCIA DE OPINIÓN PROFESIONAL

Yo, DAVID BUSTAMANTE CERNA, doy fe que realicé opinión como profesional vinculado a la investigación científica, en la investigación: **PROGRAMA DE EDUCACION FISICA PARA EL APRENDIZAJE DEL SAQUE EN EL VOLEIBOL, CON ESTUDIANTES DEL 3° DE SECUNDARIA I.E. "INCA GARCILAZO DE LA VEGA", C. P. PACHERREZ, PUCALA, CHICLAYO 2022**, que presenta una propuesta para tal fin, diseñada RONALD PERCY VALLADOLID DAVILA, como parte de su trabajo académico de Segunda Especialidad, para obtener el Título de Especialista en Didáctica de la Educación Física, de la Facultad de Ciencias Histórico Sociales y Educación, en la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo de Lambayeque – Perú.

Lambayeque, octubre del 2022



Lic. David Bustamante Cerna
Docente

PROGRAMA DE EDUCACION FISICA PARA EL APRENDIZAJE DEL SAQUE EN EL VOLEIBOL, CON ESTUDIANTES DEL 3° DE SECUNDARIA I.E. "INCA GARCILAZO DE LA VEGA", C. P. PACHERREZ, PUCALA, CHICLAYO 2021

INFORME DE ORIGINALIDAD

20%	19%	0%	2%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.unprg.edu.pe Fuente de Internet	9%
2	repositorio.unap.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	1library.co Fuente de Internet	2%
4	repositorio.unprg.edu.pe:8080 Fuente de Internet	2%
5	repositorio.uta.edu.ec Fuente de Internet	1%
6	blogsaverroes.juntadeandalucia.es Fuente de Internet	1%
7	repositorio.uncp.edu.pe Fuente de Internet	<1%
8	Submitted to Universidad Catolica de Trujillo Trabajo del estudiante	<1%


JORGE CASTRO KIKUCHI

9	sanjuanpabloiimolino.blogspot.com Fuente de Internet	<1 %
10	hdl.handle.net Fuente de Internet	<1 %
11	fdocuments.ec Fuente de Internet	<1 %
12	www.mef.gob.pe Fuente de Internet	<1 %
13	repositorio.usanpedro.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
14	repositorio.unsa.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
15	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	<1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 15 words

Excluir bibliografía

Activo



JORGE CASTRO KIKUCHI



Recibo digital

Este recibo confirma que su trabajo ha sido recibido por Turnitin. A continuación podrá ver la información del recibo con respecto a su entrega.

La primera página de tus entregas se muestra abajo.

Autor de la entrega: **Ronald Percy Valladolid Davila**
Título del ejercicio: **INFORMES**
Título de la entrega: **PROGRAMA DE EDUCACION FISICA PARA EL APRENDIZAJE DE...**
Nombre del archivo: **PROYECTO_SEGUNDA_ESPECIALIDAD_FISICA.docx**
Tamaño del archivo: **4.27M**
Total páginas: **88**
Total de palabras: **11,836**
Total de caracteres: **62,185**
Fecha de entrega: **25-sept.-2023 07:18a. m. (UTC-0500)**
Identificador de la entrega: **2176341068**




JORGE CASTRO KIKUCHI