



UNIVERSIDAD NACIONAL “PEDRO RUIZ GALLO”



FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN

PROGRAMA DE COMPLEMENTACIÓN ACADÉMICA DOCENTE

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE BACHILLER EN EDUCACIÓN

**Nivel de los fundamentos técnicos de voleibol en los estudiantes de
segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 – Colaya, Salas 2019**

PRESENTADO POR:

AUTOR:

Medina Chávez, Carlos Alberto

ASESOR:

Mg. Vásquez Zuloeta, Segundo Enrique

LAMBAYEQUE – PERÚ

2019

Dedicatoria

A mis padres, Juan y María, por su apoyo permanente en mi vida personal y académica.

A mi esposa Naty e hijo Bruno, por su amor e inspiración que me brindan día a día.

Carlos

Agradecimiento

A mi asesor, Mg. Segundo Vásquez Zuloeta, por su paciencia y compartir sus conocimientos en el desarrollo de la investigación.

A los estudiantes del segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 de Salas por su colaboración en la investigación.

Índice

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice	iv
Resumen	6
Abstract	7
Introducción	8
CAPÍTULO I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	9
1.1. Planteamiento del problema	10
1.2. Formulación del problema	10
1.3. Justificación	11
1.4. Objetivos	11
1.5. Hipótesis	11
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO	12
2.1. Antecedentes	13
2.2. Base teórica	17
2.3. Base conceptual	18
CAPÍTULO III. MARCO METODOLÓGICO	26
3.1. Enfoque y nivel de investigación	27
3.2. Diseño y alcance de la investigación	27
3.3. Población y muestra	27
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	27
3.5. Operacionalización de la variable	28
3.6. Procedimiento	28

CAPÍTULO IV. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	29
4.1. Nivel de los fundamentos técnicos de voleibol en los estudiantes de segundo grado de secundaria	30
4.2. Nivel de saque en los estudiantes de segundo grado de secundaria	31
4.3. Nivel de recepción del balón en los estudiantes de segundo grado de secundaria	32
4.4. Nivel de voleo en los estudiantes de segundo grado de secundaria	33
4.5. Nivel de remate en los estudiantes de segundo grado de secundaria	34
 CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	 35
5.1. Conclusiones	36
5.2. Recomendaciones	36
 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	 37
 ANEXO	 42

Resumen

La presente investigación tuvo como propósito determinar el nivel de los fundamentos técnicos de voleibol en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 del distrito de Salas. El estudio tuvo enfoque cuantitativo, nivel descriptivo, con diseño no experimental y alcance transversal. La muestra estuvo constituida por 34 estudiantes, matriculados durante el año escolar 2019 y seleccionados por muestreo no probabilístico. El instrumento aplicado fue el Test de evaluación de voleibol. Los resultados demostraron que, el 47,1% de los estudiantes de segundo grado de secundaria se encuentran en el nivel en proceso de los fundamentos técnicos de voleibol; respecto a la dimensión saque el 47,1% se ubica en el nivel en inicio; en la dimensión recepción del balón el 52,9% se ubica en el nivel en proceso; en la dimensión voleo el 61,8% se ubica en el nivel en inicio; y, en la dimensión remate el 61,8% se ubica en el nivel en proceso. En conclusión, los estudiantes de segundo grado de secundaria se ubican en el nivel en proceso de los fundamentos técnicos de voleibol; igualmente, en las dimensiones recepción del balón y remate.

Palabras clave: *fundamentos técnicos de voleibol, recepción del balón, remate.*

Abstract

The purpose of this research was to determine the level of volleyball technical foundations in second grade high school students from the I.E. N ° 10061 of the Salas district. The study had a quantitative approach, descriptive level, with non-experimental design and cross-sectional scope. The sample consisted of 34 students, enrolled during the 2019 school year and selected by non-probability sampling. The instrument applied was the volleyball evaluation test. The results showed that 47.1% of second grade high school students are at the in-process level of volleyball technical fundamentals; regarding the dimension out, 47.1% are located at the starting level; 52.9% of the ball reception dimension is at the in-process level; In the broadcast dimension, 61.8% is at the starting level; and, in the auction dimension, 61.8% is at the level in process. In conclusion, second grade high school students are at the in-process level of volleyball technical fundamentals; likewise, in the dimensions of receiving the ball and finishing.

Keywords: *volleyball technical fundamentals, ball reception, spike.*

Introducción

Los deportes, la recreación y las actividades rítmicas no solo deben ser guiados a la consecución de aptitudes motrices específicas; sino además, a fomentar valores y actitudes en los sujetos sociales, facilitar la inserción social y, sobre todo, la convivencia armónica y el trabajo en equipo; porque la educación es un proceso socio cultural (Minedu, 2010).

Considerando que la enseñanza de los fundamentos técnicos de voleibol, así como, otros deportes contribuyen en el desarrollo de aptitudes y destrezas propias de los estudiantes, es necesario, mejorar la práctica deportiva de voleibol porque contribuye en los estudiantes el compañerismo entre sus pares.

En este sentido, se planteó el problema ¿Cuál es el nivel de los fundamentos técnicos de voleibol en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 de Colaya? y el objetivo fue determinar el nivel de los fundamentos técnicos de voleibol en los estudiantes de segundo grado de secundaria.

Por consiguiente, la presente investigación ha sido organizada en cinco capítulos. El capítulo I, aborda el planteamiento y formulación del problema de investigación; posteriormente, se expone la justificación y los objetivos del estudio. El capítulo II, hace referencia al marco teórico, antecedentes y bases teóricas de la variable de estudio.

El capítulo III, describe la metodología, tipo y diseño de la investigación, técnicas e instrumentos de recolección de datos. El capítulo IV, presenta los resultados e interpretación. El capítulo V, menciona las conclusiones y recomendaciones del estudio. Y finalmente, se exponen las referencias bibliográficas y anexo de la investigación.

CAPÍTULO I
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del problema

En la I.E. N° 10061 del distrito Salas escasamente los estudiantes ejecutan los fundamentos técnicos de voleibol, es decir, el proceso de aprendizaje de voleibol se desarrolla con limitado base teórica, técnico y metodológico, es decir, por estas razones existen bajos niveles de exigencia en los estudiantes cuando realizan la práctica de este deporte.

Por otro lado, se ha observado en los estudiantes restringido desarrollo de los fundamentos técnicos de voleibol, por ejemplo, en las aptitudes de resistencia, fuerza y velocidad. Además, tienen dificultades en el golpeo del balón con las manos y con los antebrazos, pasar el balón al compañero, actividades que dificultan la práctica del voleibol en los estudiantes.

1.2. Formulación del problema

General

¿Cuál es el nivel de los fundamentos técnicos de voleibol en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 - Colaya, Salas 2019?

Específicos

¿Cuál es el nivel de saque en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 - Colaya, Salas 2019?

¿Cuál es el nivel de recepción del balón en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 – Colaya, Salas 2019?

¿Cuál es el nivel de voleo en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 – Colaya, Salas 2019?

¿Cuál es el nivel de remate en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 - Colaya, Salas 2019?

1.3. Justificación

El presente estudio se justifica en aportar teóricamente en las próximas investigaciones sobre la relevancia para promover que los estudiantes practiquen los fundamentos técnicos de voleibol, dado que existe en la I.E. N° 10061 del distrito de Salas formar discentes íntegros en los diferentes campos de acción del voleibol; así como, mejorar el nivel competitivo de la institución educativa para que cuente con un potencial deportivo en los diferentes campeonatos interescolares de voleibol.

1.4. Objetivos

General

Determinar el nivel de los fundamentos técnicos de voleibol en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 - Colaya, Salas 2019.

Específicos

Identificar el nivel de saque en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 - Colaya, Salas 2019.

Identificar el nivel de recepción del balón en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 – Colaya, Salas 2019.

Identificar el nivel de voleo en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 – Colaya, Salas 2019

Identificar el nivel de remate en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 - Colaya, Salas 2019.

1.5. Hipótesis

La presente investigación no requiere de hipótesis porque es de nivel descriptivo

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

En el contexto internacional se han considerado las siguientes investigaciones.

Gavilánez (2017) en la investigación: *Creación de una escuela formativa de voleibol para desarrollar los fundamentos técnicos en los estudiantes de octavos años de educación básica de la Unidad Educativa “Jaime Roldos Aguilera” de la ciudad de Santo Domingo, 2016-2017* tuvo como propósito ejecutar la creación de una escuela de voleibol para desarrollar la capacidad técnica de los estudiantes. La investigación tuvo un enfoque cuantitativo. La técnica aplicada fue la encuesta y el instrumento fue el cuestionario. Los resultados demostraron que el 34% tiene poco conocimiento de los beneficios del voleibol para la salud, el 32% nada de conocimiento, el 17% bastante conocimiento y el 17% mucho conocimiento. Igualmente, sobre la práctica deportiva el 64% reconoce mucha importancia, el 21% poca importancia y el 15% bastante importancia. Y respecto si cuentan con algún entrenamiento de voleibol, el 49% señalan que no tienen nada de entrenamiento, el 23% poco entrenamiento, el 15% bastante entrenamiento y el 13% mucho entrenamiento.

Herrería (2017) en la investigación: *Las capacidades físicas en los fundamentos técnicos de voleibol en los estudiantes de noveno y décimo de educación general básica del colegio de bachillerato técnico artístico César Viera, cantón Latacunga, provincia de Cotopaxi* tuvo como objetivo diagnosticar las capacidades físicas en los fundamentos técnicos del voleibol de los estudiantes del noveno y décimo año de educación general básica. El estudio se sustentó en el paradigma crítico propositivo. El enfoque de la investigación fue cualitativa y cuantitativa, nivel correlacional de carácter exploratorio. La muestra estuvo constituida por 73 personas. La recopilación de información se realizó a través de cuestionarios aplicados a los estudiantes y profesores. Los hallazgos determinaron que el 83% indicaron que si es importante aplicar adecuadamente los fundamentos del voleibol y el 17% opinaron que no es necesario.

Jaime (2017) en la investigación: *Enseñanza de los fundamentos básicos de voleibol en la materia para escolar en el colegio de bachilleres del Estado de Sonora “Unidad Nuevo Hermosillo”* tuvo como propósito identificar la relevancia

de los fundamentos básicos de voleibol como proceso de la materia para escolar. El diseño de la investigación fue experimental. La muestra estuvo constituida por 10 alumnos y 10 alumnos del primer semestre del colegio de bachilleres del Estado de Sonora. Los resultados mostraron que en el fundamento de voleo, en el test 1, solo 3 de 10 alumnos lograron realizar la prueba con un rango menor de 2 aciertos buenos de 10 oportunidades; en el test 2, se visualiza que los 10 participantes 10 lograron realizar la acción de voleo, pero el rango mayor era de 5 aciertos y el resto se colocó en rangos de 2, 3 y 4 aciertos; y, en test 3, los 10 alumnos obtuvieron un rango de 6-10 aciertos. Respecto al fundamento golpe bajo en el test 1, solo 5 participantes lograron realizar la prueba con un rango menor de 2 aciertos con 10 oportunidades; en el test 2, los 10 participantes lograron la acción golpe bajo pero el rango mayor fue de 5 aciertos mientras que el resto se colocó en rangos de 1, 2, 3 y 4 aciertos; y, en el test 3, todos los participantes lograron realizar el golpe bajo y se colocaron en rangos de 6 a 9 aciertos.

Guiscasho (2016) en la investigación: *La enseñanza – aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol en los niños de séptimo año de educación general básica de la Unidad Educativa Fiscomisional “La Inmaculada” del cantón Pangua, provincia de Cotopaxi* tuvo como objetivo determinar la incidencia de la enseñanza – aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol en los niños. La investigación tuvo un enfoque mixto cualitativo – cuantitativo. Los niveles de la investigación fueron exploratorio y descriptivo. La población de estudio estuvo constituida por 44 estudiantes. Se aplicaron las técnicas de la observación, entrevistas y encuestas. Los resultados evidenciaron que el 100% no conoce los fundamentos técnicos de voleibol; igualmente, el 100% señaló la importancia del proceso enseñanza – aprendizaje para desarrollar las habilidades de los estudiantes.

En el contexto nacional se han considerado las siguientes investigaciones.

Rodríguez (2019) en la investigación: *Estrategia didáctica “Aprendiendo enseñar voleibol” para mejorar la enseñanza de los fundamentos técnicos a un*

grupo de formadores deportivos en una institución, Pacanga 2019 tuvo como objetivo determinar la eficacia de la estrategia didáctica en el mejoramiento de la enseñanza de los fundamentos técnicos. La investigación fue no experimental y el diseño pre experimental. Se aplicó un pre test y post test a un solo grupo. La muestra estuvo constituida por 20 formadores deportivos. Los resultados del pre test evidenciaron que el 90% se encuentra en el nivel bajo y el 10% en el nivel regular; sin embargo, en los hallazgos del post test fueron significativos ya que el 85% alcanzó el nivel óptimo, el 10% el nivel regular y el 5% el nivel bajo.

Rivera y Villanueva (2018) en la investigación: *La falta de programas deportivos para el desarrollo de los fundamentos básicos de voleibol en los estudiantes del primer grado de educación secundaria de la I.E. Agropecuario de Yanque, Caylloma – Arequipa 2017* tuvieron como propósito conocer los programas deportivos que se desarrollan en la institución educativa. La investigación fue cuantitativa. Se utilizó la técnica de la encuesta y el instrumento aplicado fue el cuestionario. El estudio se desarrolló en una población y muestra de 24 estudiantes del primer grado de secundaria. Los resultados demostraron que el 88% le gusta el deporte del voleibol y el 12% que no le gusta; referente a las motivaciones, el 67% manifestó que le motiva practicar este deporte porque es común, el 21% por hacer tiempo y el 12% por jugar en campeonatos; asimismo, el 100% señalaron que en su localidad no existen instituciones que fomenten la práctica del voleibol.

Velarde (2018) en la investigación: *Nivel de fundamentos técnicos del voleibol en estudiantes de primer grado de la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de LLallí (Puno)* tuvo como objetivo determinar el nivel de los fundamentos técnicos del voleibol en los estudiantes. La investigación tuvo un

enfoque cuantitativo, nivel descriptivo. La población del estudio estuvo conformada por 280 estudiantes y la muestra por 55 estudiantes. El instrumento aplicado fue el test de fundamentos técnicos del voleibol. Los hallazgos demostraron que el 67% de los estudiantes de la I.E. José María Arguedas se encuentra en la categoría deficiente, el 22% en la categoría regular y el 11% en la categoría bueno del nivel de los fundamentos técnicos del voleibol. Respecto al nivel del fundamento técnico del saque el 46% se ubica en la categoría deficiente, el 36% en la categoría regular y el 18% en la categoría bueno.

Pozo, Cavero y Uzuriaga (2017) en la investigación: *Programa de ejercicios “LUPOMA” como estrategia para desarrollar los fundamentos técnicos de voleibol en los alumnos del 4° “A” de educación secundaria de la I.E. “Héroes de Jactay” – Huánuco 2016* tuvo como propósito determinar en qué medida la aplicación del programa de ejercicios “LUPOMA” como estrategia influye en el desarrollo de los fundamentos técnicos del voleibol en los estudiantes. El diseño que se utilizó fue cuasi experimental con pre test y post test a un solo grupo. La muestra estuvo conformada por 31 estudiantes. Los resultados del pre test indicaron que el 51,6% se encuentra en el nivel en inicio del aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol, el 22,6% alcanzó el logro previsto, el 12,9% se ubicó en proceso y el 12,9% en el nivel logro destacado. Posteriormente, luego de la aplicación del programa “LUPOMA” los resultados demostraron que el 71% alcanzó el logro destacado, el 25,8% logro previsto y el 3,2% se ubicó en el nivel en proceso. La investigación concluyó que la aplicación del programa de ejercicios “LUPOMA” influye significativamente en los estudiantes del 4° “A” de educación secundaria de la I.E. Héroes de Jactay – Huánuco – 2016, tal como lo demuestra los resultados de la T del estudiante con un nivel de significancia = 0.05. Por tanto se aceptó la H_1 y se rechazó la H_0 .

2.2. Base teórica

2.2.1 Pensamiento de Jean Le Boulch

El pensamiento de Le (1998) fue sistematizado en dos etapas: la primera, en educación física científica a partir de la propuesta de un método racional y experimental de la Educación Física con sus diferentes trabajos publicados; y,

la segunda, la creación del método de la psicokinética, que se instauró como una educación por el movimiento dentro del contexto de las ciencias de la educación y que se configuró como una ciencia del movimiento humano aplicada al desarrollo de la persona.

2.2.2 Perspectiva holística o global del cuerpo humano y de la persona

El Minedu (2010) refiere la idea de la “persona en movimiento”, es decir, la expresión total de la personalidad, a través del hacer, el sentir, el pensar, el comunicar y el querer. Por consiguiente, señala que el objeto de la educación física es la persona en su unidad y globalidad, cuya especificidad se concreta en su corporeidad y motricidad.

Por tanto, en esa perspectiva, no se puede hablar de una educación física orientada a educar únicamente el organismo, el aparato locomotor o los aspectos motores por sí mismos y de manera aislada; sino que a partir de la acción corporal y motriz se desarrollan aprendizajes motores, cognitivos y socioemocionales más integradores y en situaciones reales, ya que se trabaja con seres humanos complejos y multidimensionales.

Por ello, el Minedu (2010) señala que los juegos, los deportes, la recreación y las actividades rítmicas deben orientarse no solo a la adquisición de habilidades motrices específicas, sino además, al desarrollo de valores y actitudes, a la inserción social y, sobre todo, a la convivencia y a la cooperación; y no únicamente a la competición, pues esta última deberá adaptarse a los niveles del estudiante, con equidad, inclusión, libertad y autonomía.

2.3. Base conceptual

Voleibol:

El voleibol es un deporte donde dos equipos se enfrentan sobre un terreno de juego liso separados por una red central, tratando de pasar el balón por encima de la red hacia el suelo del campo contrario. El balón puede ser tocado o impulsado con golpes limpios, pero no puede ser parado, sujetado, retenido o

acompañado (Mosston, 2005).

Fundamentos técnicos de voleibol:

Es el conjunto de acciones que se dan en un terreno de juego, las cuales requieren de destrezas y habilidades físicas especiales para cada uno de los fundamentos a realizarse en una determinada situación de juego, para ello, el formador debe enseñar estos fundamentos técnicos de manera simultánea para un mejor aprendizaje y desenvolvimiento dentro del juego.

Son las actividades, habilidades y técnicas motrices específicas de una actividad deportiva y que realizadas en forma adecuada hacen más eficiente el movimiento, gastando menos energía y obteniendo mejores resultados. Independientemente que cada uno de ellos tienen su variante, en cada uno de ellos también son característicos diferentes desplazamientos y posiciones que están intrínsecos en la ejecución, técnica y en su enseñanza; es difícil tratarlos de forma independiente (Guiscasho, 2016: 60).

Cibrián (2014) manifiesta que los fundamentos técnicos del voleibol, utilizan diferentes técnicas para impulsar la pelota en distintas situaciones del juego; además, en estos fundamentos el balón debe ser golpeado, no agarrado, ni lanzado pues de hacerlo se considera como antirreglamentario.

Es la utilización racional de los movimientos del cuerpo en función de los fundamentos de juego, con el objeto de obtener los más elevados beneficios mediante la realización de esfuerzo mínimo (Planchart y Domínguez, 2001).

Hessing (1995) afirma que es la forma apropiada de la técnica de un movimiento para lograr el objetivo, porque la técnica de cada deporte ha ido evolucionando, es decir, implica hacer un movimiento de forma más eficaz.

Aspectos fundamentales en la ejecución de los saques:

➤ Lanzamiento del balón. Debe ser lo más exacto posible.

- La pierna que se adelanta será siempre la contraria al brazo que golpea. Debe de asegurarse una base de sustentación óptima del cuerpo.
- En los saques por arriba el cuerpo descansa siempre sobre la pierna de atrás durante los movimientos antes del contacto.

Tipos de saques:

Saque de tenis con efecto

Se entiende por saque de tenis con efecto (fuertes), cuando al balón se le infringe una rotación durante su trayectoria, producto del movimiento de pronación de la muñeca durante el golpe. En este tipo de saque la parábola del balón es claramente reconocible permitiendo al contrario ubicar de forma relativamente fácil la zona de terreno hacia donde es enviado el balón (Cortina, 2007: 25).

Saque de tenis flotante

Los saques sin efecto llamados también flotantes, están determinados por el golpe seco al balón, el poco acompañamiento del brazo al golpe y el freno súbito del brazo al contacto con el mismo, esto provoca que la parábola y la velocidad descritas por el balón, no estén definidas y generen caídas bruscas e inesperadas ocasionando una recepción difícil (Cortina, 2007: 26).

Saque por debajo de frente

El balón es sostenido con la mano izquierda delante del jugador. El otro brazo ligeramente flexionado se encuentra detrás del cuerpo. Los pies en forma de paso (izquierda delante, si es derecho) al ancho de los hombros. Las piernas ligeramente flexionadas. El tronco algo inclinado al frente (Cortina, 2007: 26).

Saque por debajo lateral

El jugador se coloca paralelamente a la red y de frente a la línea lateral del terreno; los pies en forma de paso, aproximadamente al ancho de los hombros, las piernas ligeramente flexionadas. El tronco algo inclinado al frente con una pequeña torsión hacia el brazo que golpea. El balón es sostenido con una de las manos adelante y el brazo contrario se retira hacia atrás. Además, se lanza

el balón hacia arriba donde el brazo que está atrás se desplaza lateralmente hacia delante golpeando el balón con la mano abierta o cerrada (Cortina, 2007: 27).

Saque por arriba en suspensión

El lanzamiento del balón con dos manos aporta más seguridad y mayor coordinación, preferentemente el balón se lanza hacia dentro del terreno, para ganar en distancia al golpeo. Simultáneamente, se produce el primer paso de la carrera hacia delante, produciéndose un movimiento de traslación de los dos brazos, desde atrás al frente y hacia arriba. La elevación del cuerpo se realiza similar al saque de tenis. Después de producirse el contacto con el balón el jugador cae dentro del terreno apoyado sobre ambas piernas, amortiguando la caída con un movimiento elástico (Cortina, 2007: 27).

Aspectos fundamentales en la ejecución de la técnica del voleo:

- Debe atenderse el trabajo de las piernas con relación a la distancia entre el jugador y el lugar hacia donde se dirige el balón.
- Antes del contacto con el balón se estará de frente hacia donde se enviará el voleo.
- Es importante el trabajo de todos los dedos en el momento con el contacto con el balón.
- En el caso del voleo hacia atrás, debe realizarse un ligero movimiento de las caderas hacia delante y arriba, mientras que el movimiento de los brazos será fundamentalmente hacia arriba (Cortina, 2007:22).

Técnicas de voleo:

Voleo de frente

Los pies en forma de paso. El peso del cuerpo repartido sobre los pies. Piernas semi flexionadas. El tronco ligeramente inclinado al frente. Brazos flexionados y las manos en forma de copa con los dedos adelante de la cara a la altura de los ojos y la vista al frente. Cuando el balón se aproxima a las manos, se ejecuta

la flexión reguladora de fuerza fina (brazos y piernas) encontrándose el jugador preparado física y morfo funcionalmente para realizar el voleo (Cortina, 2007: 22).

Voleo hacia atrás

Los pies en forma de paso. El peso del cuerpo repartido entre los pies. Piernas semi flexionadas. El tronco ligeramente inclinado hacia atrás. Brazos flexionados y las manos en forma de copa con los dedos separados arriba de la frente. Debe observarse que el jugador se encuentre debajo del balón antes del contacto con el mismo; diferencia esencial en relación con el voleo de frente.

Desde esta posición se efectúa una extensión simultánea de brazos y piernas, donde los brazos se desplazan hacia arriba y atrás con ligero empuje de la cadera al frente. La vista persigue la trayectoria del balón. Después del contacto el jugador gira rápidamente hacia donde se realizó el voleo y se prepara para la próxima acción Cortina, 2007: 23).

Voleo lateral

Este voleo guarda las mismas características iniciales que el voleo por arriba o de frente, pero antes del contacto el lugar se coloca lateral a la dirección del voleo. Este tipo de voleo es muy usado en suspensión, éste se aplicará en consecuencia con la distancia del balón respecto a la red (Cortina, 2007: 23).

Voleo con caída

En estos voleos con caídas laterales (izquierda o derecha) el jugador avanza hacia el balón realizando primeramente un salto grande con la pierna más cercana al balón gira ese mismo pie hacia adentro, el cual sostiene desde ese momento el peso del cuerpo. Simultáneamente al giro del pie se produce la flexión de esa misma pierna, después que se produce la flexión con el balón el jugador cae sobre los glúteos y el costado de la espalda. En ese momento los brazos se encuentran extendidos (Cortina, 2007: 24).

Aspectos fundamentales en la técnica del remate:

- Debe asegurarse de que en el momento del despegue se voleó de forma fluida del desplazamiento al despegue y explosivamente.
- El último paso debe ser largo y rasante.
- La distancia entre ambos pies al momento del salto debe ser aproximadamente al ancho de los hombros.
- El despegue debe efectuarse con ambos pies y con ayuda de los brazos. El movimiento de estos últimos será enérgico.
- La caída es amortiguada.
- El brazo que golpea el balón debe estar extendido con rompimiento de muñeca al momento del contacto.

Técnicas de remate:

Remate diagonal o de frente

Desplazamiento. - La cantidad de pasos de la carrera de impulso depende de las características del rematador, el tipo de voleo que se remate y la situación específica del juego. El último paso de la carrera de impulso es importante, ya que debe ser el más largo y rasante, pues prepara las condiciones biomecánicas del cuerpo para un buen despegue. La carrera de impulso se frena con el talón (ligera torsión interna). En este movimiento los brazos se hallan extendidos arriba y atrás del cuerpo. Rápidamente el pie de atrás se coloca paralelo al otro (con ligera rotación interna) para una mejor utilización de la fuerza (Cortina, 2007: 28).

Despegue. - La fase de despegue se considera la más importante, pues es donde se conjugan todas las leyes y principios físico-biológicos del jugador para realizar un mejor salto en correspondencia con el objetivo principal del remate, golpear el balón. El peso del cuerpo pasa de los talones a las plantas terminando en la punta de los pies, siguiéndole un desplazamiento rápido y fuerte de los brazos hacia adelante y arriba y la extensión explosiva de las piernas (Cortina, 2008: 28).

Golpeo. - El brazo que golpea se encuentra flexionado al lado de la cabeza (el codo señala hacia arriba), el otro semi flexionado se encuentra delante y a la

altura de la cara (mantiene el equilibrio del cuerpo). El brazo describe un movimiento rápido hacia delante y arriba golpeando con la mano abierta. En este momento el brazo debe estar extendido (mayor altura en el golpeo) realizándose simultáneamente el golpe con la mano abierta con flexión supina de la muñeca. El brazo desciende por delante del cuerpo (Cortina, 2007, 29).

Caída. - Después del golpe al balón, se retira rápidamente la mano, bajándola por delante del cuerpo, el jugador desciende sobre la punta de los pies realizando un pequeño movimiento amortiguador (Cortina, 2007, 29).

Remate de frente con giro del cuerpo

Cuando termina la acción de remate, el cuerpo del jugador termina en dirección contraria al desplazamiento inicial (Cortina, 2007: 30).

Remate lateral (gancho)

La carrera (desplazamiento) de impulso se produce diagonal, a veces paralelo a la red. El despegue es similar al que se realiza en el remate de frente. Antes de golpear, el brazo describe un movimiento circular pegándole al balón sobre la cabeza. La caída es sobre los dos pies frente a la red (Cortina, 2007: 30).

Remate de muñeca (dirigido)

Este tipo de remate tiene la misma forma de ejecución que el frontal. Su diferencia radica que al momento del contacto el jugador frena el movimiento del brazo y golpea con la mano extendida el balón en forma de latigazo. En este movimiento, el golpe se da únicamente con la muñeca (Cortina, 2007: 30).

Finta (toque)

En el momento del golpe se frena el impulso del brazo haciendo contacto con el balón sólo con los dedos hacia el contrario (Cortina, 2007: 31).

Dimensiones de los fundamentos técnicos de voleibol:

Saque

El servicio o saque permite poner el balón en juego. Es el elemento principal y más eficaz para la obtención de punto directo, o dificultar la construcción del

ataque del equipo contrario. Para su ejecución y eficacia se necesita mucha técnica y potencia (Cortina, 2007:25).

El saque es el elemento fundamental del juego. Cada vez que este se interrumpe por una falta, se reanuda con un saque. El equipo que no sabe sacar no puede ganar. Un jugador dispone, para realizar el saque, de 8 segundos, único gesto en el que el jugador puede controlar en balón, por ello sacar bien, más que necesario, es una obligación (Guimaraes, 2006).

Recepción del balón

La recepción del balón es el primero de los tres contactos que le están permitidos a un equipo para devolver la pelota por encima de la red, permite parar el saque y evita que el equipo contrario haga punto, permite efectuar un toque de antebrazo hacia el pasador (Hessing, 1995).

Voleo

El voleo es el gesto técnico que se utiliza para realizar el pase de colocación, su principal cometido es poner el balón, en alguna zona de la red, en posición de ser atacado por otro compañero, sus principales componentes a nivel técnico de ejecución son el control y la precisión, y para que esto sea posible, una correcta y adecuada ubicación ante el balón que se va a golpear (Cortina, 2007: 22).

El toque de balón se realiza muy cerca de la cara (entre la nariz y la frente) con las manos abiertas y próximas en la forma de copa, ofreciendo al balón una forma cóncava, en la que los dedos pulgares e índice forman un triángulo; tal es así, que el contacto se realiza con las yemas de los dedos (última falange) y estando las muñecas en tensión, se realiza una extensión coordinada de las piernas, tronco, brazos y manos hacia arriba-adelante, en la dirección del pase, en un movimiento corto y rápido (Guimaraes, 2006).

Remate

El remate es el gesto técnico por excelencia en el ataque de un equipo (tercer golpe al balón en el propio campo). Dominar su ejecución, está muy relacionado con la capacidad de cada jugador para dominar la red. Entre los factores determinantes para su realización pueden considerarse: una elevada estatura del jugador, haber desarrollado una gran capacidad de salto o ambas (Cortina, 2007: 28).

Implica golpear fuertemente el balón, cuando este se encuentra cerca y por encima de la red; el jugador debe elevarse lo más alto posible y con fuerza del tronco, brazo y mano en forma de cuchara impulsar el balón de arriba hacia abajo en el campo contrario (García, 2002).

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1. Enfoque y nivel de la investigación

La investigación tuvo enfoque cuantitativo y nivel descriptivo.

3.2. Diseño y alcance de la investigación

El diseño de la investigación fue no experimental porque no hubo manipulación de la variable, es decir, se observó el fenómeno tal como se sucede.

Y de alcance transversal porque los datos fueron recopilados en un solo momento, conforme se muestra a continuación:

$$M \leftarrow O$$

Donde:

M es la muestra de estudio

O es la observación que se realiza

3.3. Población y muestra

La población estuvo constituida por los 34 de estudiantes de segundo grado de secundaria matriculados durante el año lectivo 2019 de la I.E. N° 10061 del centro poblado Colaya, distrito de Salas, provincia y región Lambayeque.

Para la selección de la muestra, se aplicó la técnica del muestreo no probabilístico o dirigido; es decir, se consideró el criterio del investigador.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica que se utilizó fue la observación.

El instrumento aplicado fue la guía de observación dirigida los estudiantes de segundo grado de secundaria.

3.5. Operacionalización de la variable

Tabla 1.

Operacionalización de la variable fundamentos técnicos de voleibol

Variable	Dimensiones	Niveles
Fundamentos técnicos de voleibol	Saque	En inicio
	Recepción del balón	En proceso
	Voleo	Logro esperado
	Remate	Logro destacado

3.6. Procedimiento

Se solicitó permiso a la Dirección de la Institución Educativa N° 10061 del distrito Salas, provincia y región Lambayeque, accediendo al número y lista de estudiantes de segundo grado de secundaria matriculados en el año 2019.

Se aplicó el instrumento previo consentimiento y explicación de los objetivos de la investigación a la comunidad educativa, con una duración aproximada de 30 minutos.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

4.1. Nivel de los fundamentos técnicos de voleibol en los estudiantes de segundo grado de secundaria

Tabla 2.

Frecuencias y porcentajes de la variable de los fundamentos técnicos de voleibol en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 – Colaya, Salas 2019.

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
En inicio	8	23.5%
En proceso	16	47.1%
Logro esperado	6	17.6%
Logro destacado	4	11.8%
Total	34	100.0%

Fuente: Instrumento aplicado a los estudiantes

En la Tabla 2, se observa la predominancia del nivel en proceso de la variable de los fundamentos técnicos de voleibol.

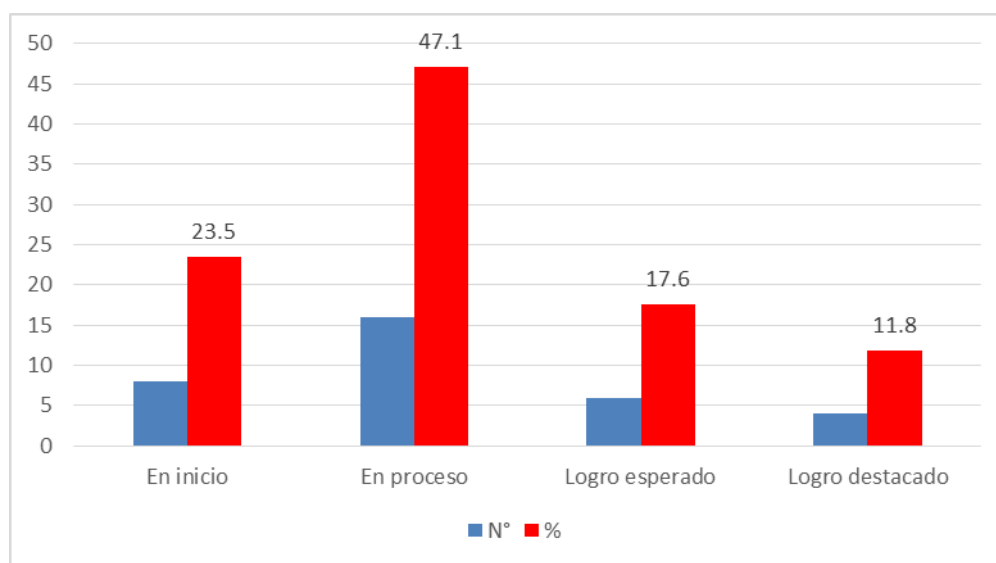


Figura 1. Niveles de los fundamentos técnicos de voleibol en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 - Colaya, Salas 2019.

En la tabla 2 y figura 1 se observa en la variable de los fundamentos técnicos de voleibol que, el 47,1% de los estudiantes se ubican en el nivel en proceso; el 23,5% en el nivel en inicio; el 17,6% en el nivel logro esperado y el 11,8% en el nivel logro destacado. De esta manera se cumplió el objetivo general de la investigación.

4.2. Nivel de saque en los estudiantes de segundo grado de secundaria

Tabla 3.

Frecuencias y porcentajes de la dimensión saque en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 1006 - Colaya, Salas 2019.

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
---------	------------	------------

En inicio	16	47.1%
En proceso	8	23.5%
Logro esperado	6	17.6%
Logro destacado	4	11.8%
Total	34	100.0%

Fuente: Instrumento aplicado a los estudiantes

En la Tabla 3, se observa la predominancia del nivel en inicio de la dimensión saque.

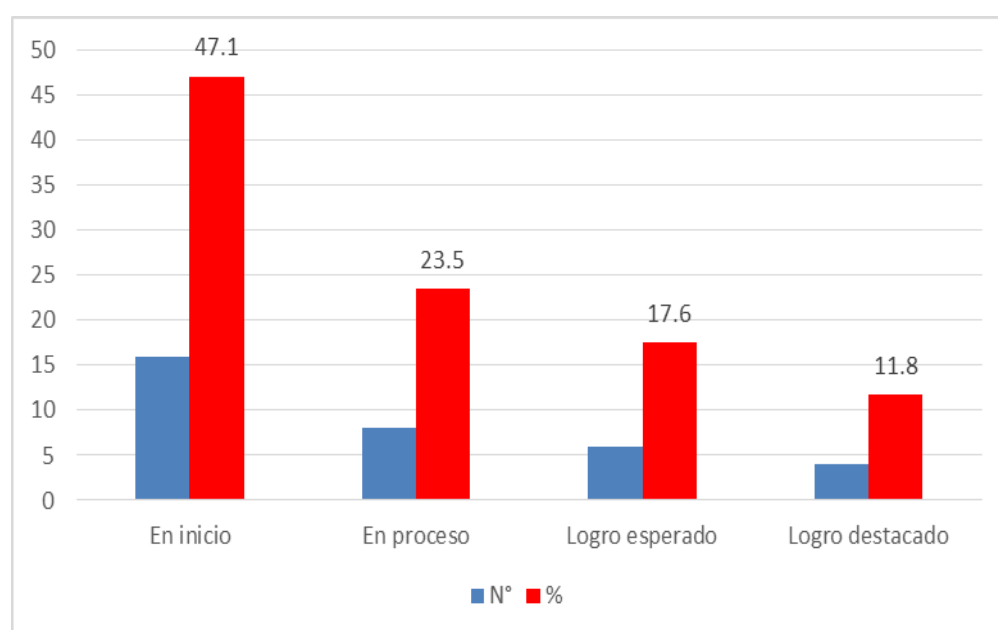


Figura 2. Niveles de saque en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 - Colaya, Salas 2019.

En la tabla 3 y figura 2 se observa en la dimensión saque que, el 47,1% de los estudiantes se ubican en el nivel en inicio; el 23,5% en el nivel en proceso; el 17,6% en el nivel logro esperado y el 11,8% en el nivel logro destacado. De esta manera se cumplió el objetivo específico 1 de la investigación.

4.3. Nivel de recepción del balón en los estudiantes de segundo grado de secundaria

Tabla 4.

Frecuencias y porcentajes de la dimensión recepción del balón en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 - Colaya, Salas 2019.

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
En inicio	10	29.4%
En proceso	18	52.9%
Logro esperado	4	11.8%
Logro destacado	2	5.9%
Total	34	100.0%

Fuente: Instrumento aplicado a los estudiantes

En la Tabla 4, se observa la predominancia del nivel en proceso de la dimensión recepción del balón.

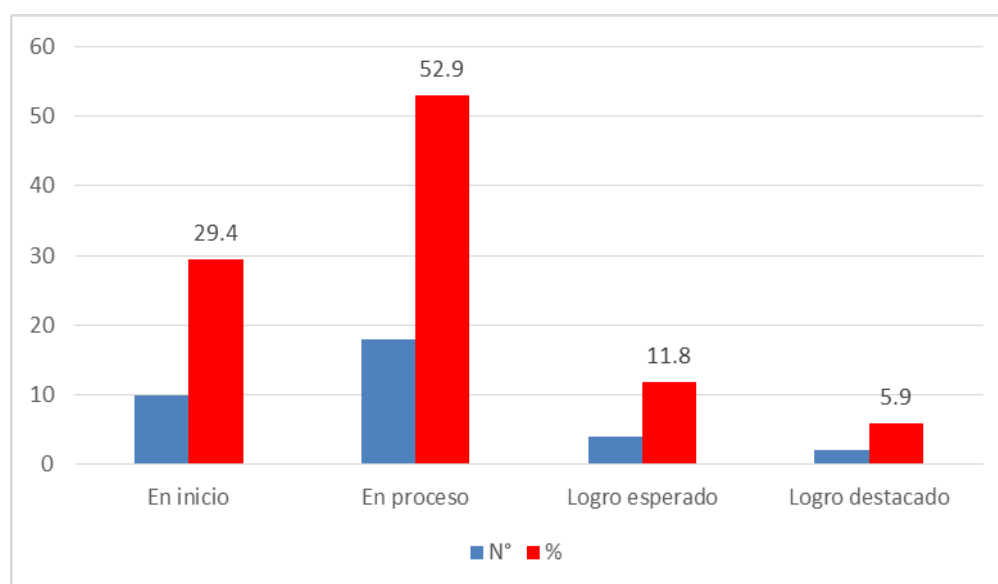


Figura 3. Niveles de recepción del balón en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 - Colaya, Salas 2019.

En la tabla 4 y figura 3 se observa en la dimensión recepción del balón que, el 52,9% de los estudiantes se ubican en el nivel en proceso; el 29,4% en el nivel en inicio; el 11,8% en el nivel logro esperado y el 5,9% en el nivel logro destacado. De esta manera se cumplió el objetivo específico 2 de la investigación.

4.4. Nivel de voleo en los estudiantes de segundo grado de secundaria

Tabla 5.

Frecuencias y porcentajes de la dimensión voleo en los estudiantes de segundo

grado de secundaria de la I.E. N° 10061 - Colaya, Salas 2019.

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
En inicio	21	61.8%
En proceso	8	23.5%
Logro esperado	4	11.8%
Logro destacado	1	2.9%
Total	34	100.0%

Fuente: Instrumento aplicado a los estudiantes

En la Tabla 5, se observa la predominancia del nivel en inicio de la dimensión voleo.

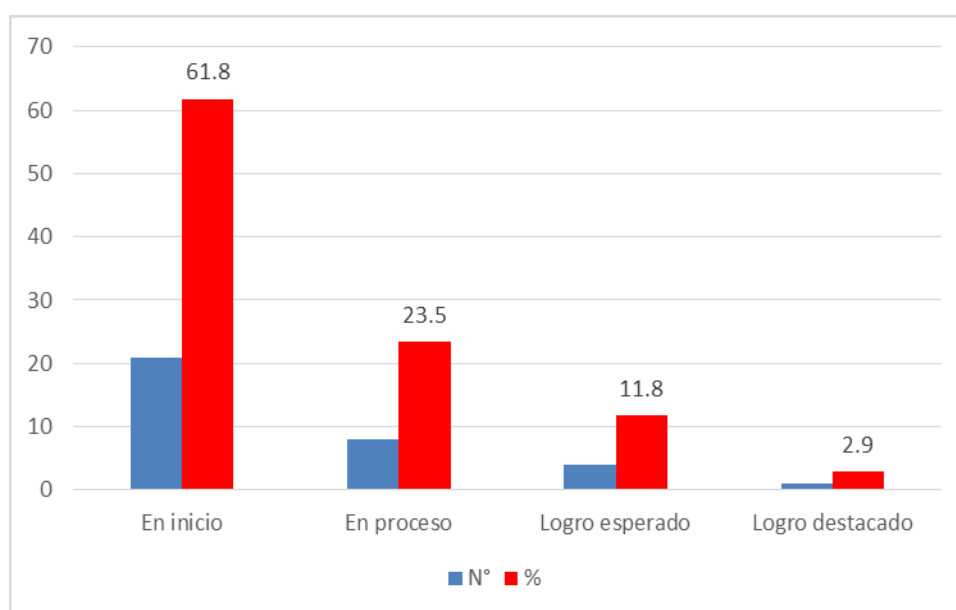


Figura 4. Niveles de voleo en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 – Colaya, Salas 2019.

En la tabla 5 y figura 4 se observa en la dimensión voleo que, el 61,8% de los estudiantes se ubican en el nivel en inicio; 23,5% en el nivel en proceso; el 11,8% en el nivel logro esperado y el 2,9% en el nivel logro destacado. De esta manera se cumplió el objetivo específico 3 de la investigación.

4.5. Nivel de remate en los estudiantes de segundo grado de secundaria

Tabla 6.

Frecuencias y porcentajes de la dimensión remate en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 - Colaya, Salas 2019.

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
En inicio	10	29.4%
En proceso	21	61.8%
Logro esperado	2	5.9%
Logro destacado	1	2.9%
Total	34	100.0%

Fuente: Instrumento aplicado a los estudiantes

En la Tabla 6, se observa la predominancia del nivel en proceso de la dimensión remate.

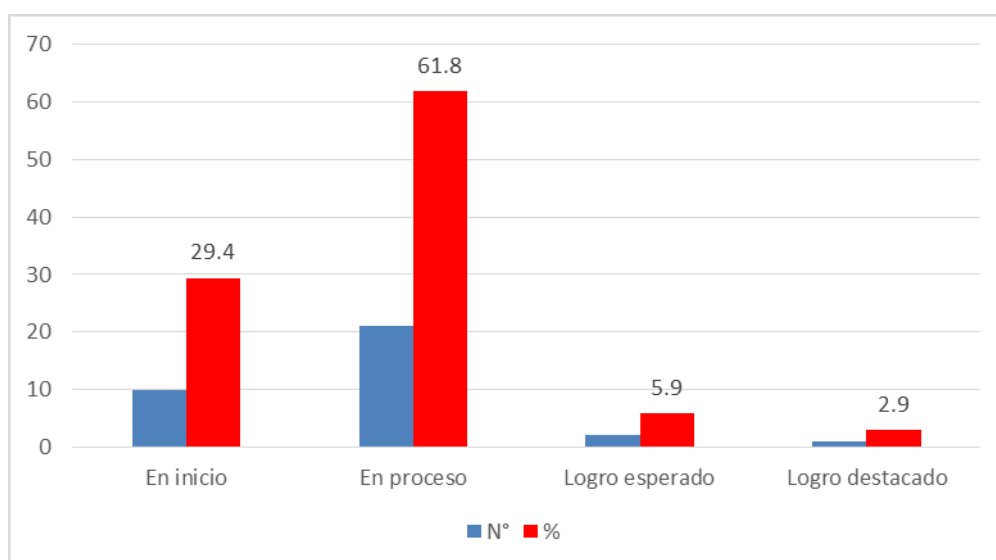


Figura 5. Niveles de remate en los estudiantes de segundo grado secundaria de la I.E. N° 10061 – Colaya, Salas 2019.

En la tabla 6 y figura 5 se observa en la dimensión remate que, el 61,8% de los estudiantes se ubican en el nivel en proceso; el 29,4% en el nivel en inicio; el 5,9% en el nivel logro esperado y el 2,9% en el nivel logro destacado. De esta manera se cumplió el objetivo específico 4 de la investigación.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

El nivel de los fundamentos técnicos de voleibol en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 de Salas se encuentra en el nivel en proceso (47,1%).

El nivel de saque en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 de Salas se encuentra en el nivel en inicio (47,1%).

El nivel de recepción del balón en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 de Salas se encuentra en el nivel en proceso (52,9%).

El nivel de voleo en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 de Salas se encuentra en el nivel en inicio (61,8%).

El nivel de remate en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 de Salas se encuentra en el nivel en proceso (61,8%).

5.2. Recomendaciones

A los docentes de educación física de la I.E. N° 10061 de Salas, diseñar e implementar un programa de intervención a corto y mediano plazo que incorpore los fundamentos técnicos respectivos en la práctica del voleibol en los estudiantes.

A los padres familia, gestionar la adecuación de una cancha para la práctica del voleibol con los implementos deportivos mínimos necesarios, así como, la adquisición de uniformes deportivos para que los estudiantes utilicen en sus entrenamientos, y, por tanto, mejore el aprendizaje del voleibol.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arias, F. (2012). *El proyecto de investigación: Introducción a la metodología científica*. 6ª Edición. Caracas: Editorial Episteme.
- Arnal, J. (1992). *Investigación educativa. Fundamentos y metodología*. Barcelona, España: Labor.
- Behar, D. (2008). *Introducción a la metodología de la investigación*. Colombia: Editorial Shalom.
- Bernal, S. (2010). *Metodología de la investigación*. Tercera edición. Colombia: Pearson Educación.
- Carrasco, S. (2006). *Metodología de la investigación científica*. Primera reimpresión. Lima: San Marcos.
- Carrasco, D., Carrasco, D. y Carrasco D. (s.f.). *Psicología del deporte*. Madrid: Universidad Politécnica de Madrid.
- Cibrián, S. (2014). *Voleibol. Manual para entrenador*. México: FMV
- Cortina, C. (2007). *Voleibol. Fundamentos técnicos*. México: Universidad Nacional Autónoma de México.
- García, F. (2002). *Motivación del deportista peruano*. Lima: Universidad San Martín de Porres.
- Gavilánez, O. (2017). *Creación de una escuela formativa de voleibol para desarrollar los fundamentos técnicos en los estudiantes de octavos años de educación básica de la Unidad Educativa "Jaime Roldos Aguilera" de la ciudad de Santo Domingo, 2016-2017*. Plan de Proyecto Integrador para optar grado de Licenciatura. Universidad Central del Ecuador.

- Gómez, M. (2006). *Introducción a la metodología de la investigación*. Córdoba, Argentina: Editorial Brujas.
- Guimaraes, T. (2006). *Voleibol, iniciación y alto rendimiento*. Bogotá: Cooperativa Editorial Magisterio.
- Guiscasho, S. (2016). *La enseñanza – aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol en los niños de séptimo año de educación general básica de la Unidad Educativa Fiscomisional “La Inmaculada” del cantón Pangua, provincia de Cotopaxi*. Informe Final de Titulación. Universidad Técnica de Ambato, Ecuador.
- Hernández, C., Fernández, L. y Baptista, C. (2010). *Metodología de la Investigación Científica*. México: McGraw-Hill.
- Herrería, P. (2017). *Las capacidades físicas en los fundamentos técnicos de voleibol en los estudiantes de noveno y décimo de educación general básica del colegio de bachillerato técnico artístico César Viera, cantón Latacunga, provincia de Cotopaxi*. Proyecto de investigación para optar Título Profesional. Universidad Técnica de Ambato. Ambato, Ecuador.
- Hessing, W. (1995). *Voleibol para principiantes, entrenamiento táctico y técnica*. Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Hernández, R. y Mendoza, P. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. México: McGraw-Hill Education/Interamericana Editores.
- Le, J. (1998). *La educación por el movimiento en la edad escolar*. México: Paidós.
- Maya, E. (2014). *Métodos y técnicas de investigación*. México: Universidad Nacional Autónoma de México.

- Ministerio de Educación (2010). *Orientaciones para el trabajo pedagógico del Área de Educación Física*. Cuarta edición. Lima: Minedu.
- Miranda, R. y Bara, M. (2002). Motivação no Esporte. *Scape*, 1(1), pp. 53-63.
- Monje, C. (2011). *Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa. Guía didáctica*.
- Mosston, M. (2005). *Manual del voleibol, manual para entrenadores COPEV. Voleibol, diseño gráfico*. Perú: Editorial Luis Yngapajuelo.
- Ñaupas, H., Mejía, E., Novoa, E. y Villagómez, A. (2014). *Metodología de la investigación cuantitativa – cualitativa y redacción de tesis*. Cuarta edición.
- Planchart, J. y Domínguez, D. (2001). *Fundamentos técnicos del voleibol*. México: Editorial Paidós.
- Pozo, L., Caverio, A. y Uzuriaga, L. (2017). *Programa de ejercicios “LUPOMA” como estrategia para desarrollar los fundamentos técnicos de voleibol en los alumnos del 4° “A” de educación secundaria de la I.E. “Héroes de Jactay” – Huánuco 2016*. Tesis para optar Título Profesional. Universidad Nacional Hermilio Valdizán. Huánuco, Perú.
- Jaime, R. (2017). *Enseñanza de los fundamentos básicos de voleibol en la materia para escolar en el colegio de bachilleres del Estado de Sonora “Unidad Nuevo Hermosillo”*. Memoria de Prácticas Profesionales para optar Título Profesional. Universidad de Sonora. Hermosillo, México.
- Rivera, O. y Villanueva, C. (2018). *La falta de programas deportivos para el desarrollo de los fundamentos básicos de voleibol en los estudiantes del primer grado de educación secundaria de la I.E. Agropecuario de Yanque, Caylloma – Arequipa 2017*. Trabajo de investigación para optar Grado de Bachiller. Universidad Nacional de San Agustín. Arequipa, Perú.

- Rodríguez, Y. (2019). *Estrategia didáctica “Aprendiendo a enseñar voleibol” para mejorar la enseñanza de los fundamentos técnicos a un grupo de formadores deportivos en una institución, Pacanga 2018*. Tesis para optar Grado de Maestro. Universidad Privada Antenor Orrego. Trujillo, Perú.
- Samaniego, W. (2010). *Vóleibol*. La Habana – Cuba: Fondo bibliográfico IDDE.
- Soto, R. (2015). *La tesis de maestría y doctorado en 4 pasos*. Colección Nuevo Milenio. Segunda edición.
- Tamayo, M. (2003). *El proceso de la investigación*. 4a ed. México: Limusa Noriega editores.
- Valderrama, S. (2015). *Pasos para elaborar proyectos de investigación científica. Cuantitativa, cualitativa y mixta*. Quinta reimpresión. Lima: Editorial San Marcos.
- Vara, A. (2012). *7 pasos para una tesis exitosa. Desde la idea inicial hasta la sustentación. Un método efectivo para las ciencias empresariales*.
- Velarde, (2018). *Nivel de fundamentos técnicos del voleibol en estudiantes de primer grado de la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llalí*. Tesis para optar Título Profesional. Universidad Nacional del Altiplano. Puno, Perú.
- Trujillo, L. (2017). *Teorías pedagógicas contemporáneas*. Bogotá: Fundación Universitaria del Área Andina.
- Zorrilla, A. (1993). *Introducción a la metodología de la investigación*. 11ª Edición. México: Aguilar León y Cal.

ANEXO

Anexo 1. Instrumento aplicado a los estudiantes de segundo grado secundaria

Test de Voleibol Adaptado por Fredy Velarde (2018)

Dimensiones	Ítems
Saque	Por cada impacto en las colchonetas A, B y C. Por cada impacto en el campo contrario. Por impacto fuera del campo contrario. Cuando el balón no pasa la red.
Recepción del balón	Por impacto dentro de la posición III. Por impacto en el campo contrario. Por cada impacto fuera de la posición III. Por impacto fuera de la cancha de voleibol.
Voleo	Por impacto dentro de la zona II y el balón pasa por la circunferencia. Cuando el balón pasa por la circunferencia, pero no impacta en zona II. Cuando el balón impacta en zona II sin pasar por la circunferencia. Cuando el balón no pasa por la circunferencia ni impacta en zona II.
Remate	Por impacto en la marcación. Por impacto dentro de la cancha. Por impacto fuera del campo contrario. Por impacto dentro del propio campo o deficiencia técnica.