

INSTITUTO SUPERIOR DE CULTURA FÍSICA  
"MANUEL FAJARDO"  
Facultad de Villa Clara  
Departamento de Juegos Deportivos

MODELO DIDÁCTICO ALTERNATIVO PARA  
LA PREPARACIÓN TÉCNICO - TÁCTICA  
DEL JOVEN VOLEIBOLISTA

**TESIS EN OPCIÓN AL GRADO CIENTÍFICO DE  
DOCTOR EN CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA**

**Autor: Lic. Rafael de Mato Navelo Cabello.**

**Tutor: Prof. Tit., Lic. Armando Forteza de la Rosa. Dr. C.**

**Santa Clara  
Cuba  
2001**

## SÍNTESIS

Las selecciones de Voleibol de Cuba han alcanzado extraordinarios resultados internacionales caracterizados por un alto nivel de preparación física, no así por su desempeño técnico-táctico. Estas diferencias no son más que el reflejo del trabajo que se ejecuta en los niveles básicos de la pirámide del alto rendimiento, dado, entre otros factores, porque la orientación metodológica del entrenamiento no está en plena correspondencia con las demandas del voleibol contemporáneo.

Tomando en consideración esta situación se elaboró un modelo didáctico alternativo el cual permite la planificación y facilita la conducción del proceso de preparación técnico-táctica de los jóvenes voleibolistas. Se delimitó como objeto de estudio la preparación deportiva de los jóvenes voleibolistas y como campo de acción la preparación técnico-táctica.

En la tesis presentada se realiza un profundo estudio teórico-práctico para sustentar la propuesta desde el punto de vista psicológico, pedagógico, de la teoría y metodología del entrenamiento deportivo así como de las propias experiencias del autor en el trabajo de preparación con los jóvenes jugadores de voleibol.

El modelo didáctico alternativo para la preparación técnico-táctica de los jóvenes voleibolistas elaborado, explica el empleo racional de los componentes en las estructuras del macrociclo, esencialmente en los niveles de la mesoestructura, para el empleo de los objetivos, contenidos, medios, métodos y el control y evaluación. Sus concepciones metodológicas se hacen efectivas en la unidad de entrenamiento.

El análisis de los resultados alcanzados en la aplicación de la consulta a expertos, las observaciones, las entrevistas, y el propio mejoramiento de los resultados deportivos de los equipos participantes en la investigación permitió demostrar que el modelo concebido reúne los requisitos científico-técnicos imprescindibles para conducir el proceso de preparación técnico-táctica de los jóvenes voleibolistas.

| INDICE  | CONTENIDOS | Pág. |
|---|------------|------|
| INTRODUCCIÓN.   |            | 5    |
| CAPITULO I. LA PREPARACIÓN TÉCNICO-TÁCTICA DEL JOVEN VOLEIBOLISTA: TEORÍA Y PRÁCTICA.   |            | 15   |
| 1.1. La evolución histórica y las características del voleibol contemporáneo.   |            | 15   |
| 1.2. Los modelos de enseñanza en los juegos deportivos.   |            | 17   |
| 1.3. El modelo de enseñanza actuante, su planificación y organización en la preparación del joven voleibolista en Cuba.   |            | 19   |
| 1.3.1 Análisis crítico de la literatura de diversos autores acerca de la preparación técnico - táctica, tanto en lo general del entrenamiento deportivo como en lo particular del voleibol. |            | 19   |
| 1.3.2 Resultados de la labor investigativa en el campo metodológico de la preparación técnico-táctica.  |            | 26   |
| 1.4 Fundamentos teóricos que caracterizan el modelo didáctico alternativo propuesto para la preparación técnico-táctica del joven voleibolista.   |            | 28   |
| 1.4.1 Fuentes teóricas que fundamentan el proceso de preparación técnico – táctica en el modelo didáctico propuesto.  |            | 28   |
| a) La preparación técnico-táctica: ineludible proceso pedagógico para el logro de los objetivos.  |            | 28   |
| b) Los componentes del proceso de preparación técnico-táctica que forman parte del modelo propuesto.  |            | 33   |
| c) El tratamiento de la técnica y la táctica en el proceso de preparación. Reflexiones y análisis.  |            | 36   |
| d) La actividad cognitiva y su manifestación en el modelo propuesto.  |            | 41   |
| e) Los fundamentos metodológicos del modelo de preparación técnico-táctica propuesto. El juego como actividad, sus acciones y operaciones.  |            | 42   |
| f) El modelo psicológicos de aprendizaje aplicado en la propuesta.  |            | 44   |
| 1.5 Bases teórico-prácticas que sustentan el Modelo Didáctico Alternativo para la preparación técnico-táctica del joven voleibolista.   |            | 46   |

## CAPITULO 2.

|  |    |
|--|----|
| EL MODELO DIDÁCTICO, SU PLANIFICACIÓN Y APLICACIÓN PRÁCTICA PARA LA CONDUCCIÓN DE LA PREPARACIÓN TÉCNICO-TÁCTICA DE LOS JÓVENES VOLEIBOLISTAS. | 49 |
| 2.1 La planificación de la preparación técnico-táctica.  | 49 |
| 2.2 El modelo didáctico para la conducción del proceso de preparación técnico-táctica de los jóvenes voleibolistas.                            | 49 |
| 2.3 Los componentes de la preparación técnico-táctica del modelo.  | 51 |
| 2.3.1 Los objetivos en el trabajo de entrenamiento.  | 52 |
| 2.3.2 Selección adecuada de los contenidos de la preparación.  | 60 |
| 2.3.3 Determinación de los medios y sus formas de aplicación.  | 68 |
| 2.3.4 La metodología y los métodos.  | 73 |
| 2.3.5 El control y la valoración del entrenamiento.  | 77 |
| 2.4 El Sistema de Organización Metodológica.   | 79 |
| 2.4.1 Principales orientaciones para la aplicación de la planificación técnico-táctica en algunos ejemplos prácticos.                          | 79 |
| 2.4.2 El mesociclo como estructura cíclica medular para la planificación del trabajo técnico-táctico.  | 81 |
| 2.4.3 La planificación del microciclo.   | 85 |
| 2.4.4 La sesión de entrenamiento.  | 89 |

## CAPITULO 3.

|   |     |
|---|-----|
| DISCUSION Y ANALISIS DE LOS RESULTADOS DE LA EVALUACION DEL MODELO ALTERNATIVO PROPUESTO A PARTIR DE LOS CRITERIOS TEÓRICOS Y LAS EXPERIENCIAS PRÁCTICAS. | 90  |
| 3.1 La aplicación del experimento natural formativo.  | 91  |
| 3.2 Análisis de los resultados según la consulta de los expertos.   | 94  |
| 3.3 Análisis de los resultados del entrenamiento por medio de la aplicación de los tests pedagógicos en el grupo de desarrollo masculino.                 | 97  |
| 3.4 Análisis de los resultados de la aplicación del control del rendimiento técnico-táctico en competencias.  | 99  |
| 3.5 Resultados de las visitas a los entrenamientos.   | 101 |

|   |     |
|---|-----|
| 3.6 Análisis de las experiencias y los resultados del trabajo en el equipo 14 – 15 años femenino del Club “ <u>Estrela do Oeste</u> ” <u>Minas Gerais</u> . Brasil. | 101 |
| 3.7 Resultados del trabajo de la provincia de Villa Clara durante el año en que se aplica el modelo propuesto.  | 104 |
| CONCLUSIONES.   | 105 |
| RECOMENDACIONES.  | 108 |
| BIBLIOGRAFIA.   | 109 |
| ANEXOS  | 121 |

## INTRODUCCION

*Las características del voleibol mundial han ido evolucionando paulatinamente* (Borroto, E.,1992:40). Tal afirmación es una regularidad del desarrollo histórico de este deporte, por ejemplo, en la década del 70 existía una marcada diferencia entre varias escuelas en el voleibol mundial, caracterizadas por la europea con un juego eminentemente técnico sobre pases altos y definidos, y por la asiática, una escuela con un voleibol rico en combinaciones sobre pases medios y bajos a altas velocidades. Hoy en día estas diferencias son cada vez menores, el juego rápido y combinado ha ocupado un importante espacio y caracteriza a los mejores equipos del mundo debido, entre otros factores, a la influencia del fenómeno de la globalización en el campo de la preparación de los jugadores, como un proceso objetivo resultante del extraordinario desarrollo de la ciencia, la técnica, las comunicaciones y las fuerzas productivas en general.

La espectacularidad en las acciones es otro de los principales rasgos que identifican el voleibol de hoy, como un logro del Plan Director Mundial del Voleibol de la FIVB que desde el año 1985 se propuso modificar las reglas con este fin (COI, FIVB.,1985:16). Esta característica guarda estrecha relación con la forma de juego y el reglamento, pues el espectáculo será mayor en la misma medida que más ricas sean las acciones y combinaciones del mismo y más prolongada sea la duración del balón en el aire.

Otra conquista de la Federación Internacional de Voleibol es el aumento de la popularidad de este deporte ubicándolo en el segundo lugar después del fútbol, a lo cual contribuyó la creación de la Liga Mundial y el surgimiento del Voleibol de Playa, entre otros factores. Ambos eventos alcanzan una amplia difusión televisiva que se extiende a todo el mundo. Para mantener estas conquistas se continúan efectuando modificaciones a las reglas del juego y otras medidas, tales como, actividades de capacitación profesional y de apoyo al desarrollo técnico-material.

El voleibol cubano contribuye con esta popularidad pues sus equipos se encuentran ubicado entre los que cada año disputan los principales campeonatos del voleibol mundial. Cualquier juego donde participe un equipo cubano siempre dará colorido y espectacularidad al encuentro. Esto ha sido posible por los esfuerzos realizados a partir del 1ro de Enero de 1959 con el triunfo de la Revolución Cubana, esfuerzos que se patentizan en recursos humanos y económicos destinados al

desarrollo metodológico, científico y de formación de los jugadores en el trabajo de entrenamiento a todos los niveles de nuestra sociedad.

Las selecciones de voleibol cubano se han caracterizado por un elevado nivel de preparación física donde se destaca el poder de salto, la fortaleza en el ataque y las distintas manifestaciones de la resistencia especial, no así en su desempeño técnico-táctico, o sea, en la solución inteligente durante esa fracción de tiempo cuando se conjuga el balón, la posición, los compañeros y el contrario y donde es necesario dar una respuesta motriz rápida y acertada.

En el centro nacional “Cerro Pelado” se entrena profunda e intensamente, pero es indudable que una mejor preparación en las áreas especiales y EIDE, puede beneficiar la formación de los jóvenes talentos porque es a partir de las edades tempranas donde deben crearse las bases de estos conocimientos, hábitos y habilidades.

En relación con esto el director de la selección masculina cubana, el Lic. Idolo Gilberto Herrera, (1996), destaca que: *La necesidad de adquirir jugadores jóvenes, pero con nivel técnico-táctico acorde con la elite mundial, en estrecha relación con los parámetros que ella exige, resulta vital dentro del voleibol contemporáneo* (Herrera, B., 1996:49). Por otra parte, algunos entrenadores de los centros nacionales que trabajan con los equipos cadetes o juveniles nos señalan que existen insuficiencias en el aspecto técnico-táctico de los jóvenes valores que arriban a la cúspide del alto rendimiento (Taboada, C., 1997; Harril, G. y Rivero, S., 2001). Al respecto, el 25 de octubre de 1999, el presidente de la Federación Cubana de Voleibol, Ing. Leonel Marshall Stewart en visita realizada a la provincia de Villa Clara, convocó a los técnicos para trabajar en la base con una mayor profundidad en este campo (Marshall, L., 1999). Estos elementos determinan la necesidad de investigar en este tema de manera que nos permita extender las experiencias pedagógicas de avanzada en el país y en el ámbito internacional.

Al respecto, Antonio Méndez Giménez (1999), en su artículo “Modelos de enseñanza deportiva. Análisis de dos décadas de investigación”, destaca que el interés por los modelos alternativos en la enseñanza de los juegos deportivos ha aumentado en los últimos años, en él se refiere a que *desde la década de los ochenta se viene contrastando la repercusión de dos enfoques metodológicos empleados en la enseñanza de los juegos deportivos, un enfoque tradicional o técnico y otro enfoque alternativo o centrado en la táctica* (Méndez, A., 1999:1). Aún, cuando no

se ha podido determinar con exactitud las ventajas de un enfoque sobre otro, se aprecia una inclinación favorable hacia el enfoque con orientación hacia la táctica. En el estudio de 16 publicaciones realizado por Méndez, A. (1999), no aparecen evidencias de que en el voleibol se hayan efectuado investigaciones al respecto. No obstante, consideramos que ambos enfoques aparecen también en el tratamiento metodológico que se realiza en la preparación de los jóvenes voleibolistas.

Los estudios y reflexiones realizadas sobre la formación de los especialistas de voleibol, (Navelo, R., Santana, D. y Gándara, O., 1994 y Navelo, R., 2000) así como del deportista en general, (Morales, A., 2000), y nuestra experiencia como entrenador y profesor durante 31 años en esta labor permite determinar dos importantes aspectos: primero, que el modelo actuante de preparación de los voleibolistas cubanos está centrado en la preparación física y en el trabajo por desarrollar durante una etapa inicial las bases de la ejecución técnica para posteriormente introducir la táctica, lo que lo identifica con el enfoque orientado a la técnica. Segundo, que la conducción del entrenamiento resulta insuficiente en cuanto a su orientación metodológica, provocando limitaciones en la planificación, organización y ejecución del proceso de preparación técnico-táctica por lo que la improvisación está amenazando el desarrollo armónico del jugador y el mantenimiento de los resultados deportivos.

Por ende, la contradicción fundamental que condiciona las bases de esta investigación radica en que el modelo actuante de preparación técnico – táctica que se emplea para la formación de los jóvenes voleibolistas no se corresponde con las exigencias del voleibol contemporáneo el cual se caracteriza por un adecuado dominio de la técnica de los fundamentos, la riqueza y variabilidad de las acciones técnico – tácticas y un alto nivel en las combinaciones y sistemas de juego.

*El tratamiento de este tema en cuestión nos permitió definir que el **objeto de estudio** de la investigación es el proceso de preparación deportiva de los jóvenes voleibolistas en correspondencia con los resultados alcanzados por el Movimiento Deportivo Socialista Cubano, que se caracteriza por grandes logros a partir del triunfo de la Revolución, pero que no excluye la presencia de insuficiencias en su concepción y desarrollo que requieren de un perfeccionamiento, y que el **campo de acción** se encuentra en la preparación técnico-táctica de los jóvenes voleibolistas.*



La contradicción, anteriormente expresada determinó que el **problema científico** de la investigación radique en:

- Ø La necesidad de elaborar un modelo didáctico alternativo que permita el desarrollo del proceso de preparación técnico-táctica de los jóvenes voleibolistas en correspondencia con las características del voleibol contemporáneo.

Como solución al problema científico planteado se propone como objetivo:

- Ø Elaborar un modelo didáctico alternativo que fundamentado desde la teoría y la práctica permita desarrollar el proceso de preparación técnico - táctica de los jóvenes voleibolistas en correspondencia con las características del Voleibol contemporáneo.

Para orientar la solución del problema científico y el cumplimiento del objetivo se requirió dar respuestas al siguiente sistema de interrogantes:

1. ¿Cuáles son los rasgos esenciales que caracterizan el juego de voleibol contemporáneo y cómo estos se manifiestan específicamente en Cuba?
2. ¿Qué particularidades tienen los modelos que se emplean en la enseñanza de los juegos deportivos?
3. ¿Cómo es el modelo actuante de preparación del voleibolista cubano y de qué forma se realiza la planificación y organización del proceso de preparación técnico-táctica?
4. ¿Cómo concebir un modelo didáctico alternativo que integre los elementos técnicos y tácticos en una unidad dialéctica que favorezca la preparación de los jóvenes voleibolistas y el mantenimiento de los altos resultados deportivos alcanzados por este deporte?

Las tareas cognoscitivas realizadas fueron las siguientes:

1. Caracterización del juego de voleibol contemporáneo, y su expresión en Cuba, teniendo en cuenta el nivel de preparación física, la manifestación técnico-táctica y el reglamento del juego.

2. Determinación de los rasgos esenciales que caracterizan a los modelos actuantes que se emplean para la enseñanza de los juegos deportivos.
3. Análisis del modelo actuante que se utiliza para la preparación técnico-táctica de los jóvenes voleibolistas cubanos y las formas de planificación y organización empleadas por los entrenadores con este fin.
4. Fundamentación del modelo didáctico alternativo para la preparación técnico-táctica determinando los elementos componentes y sus relaciones con un enfoque sistémico así como el tratamiento metodológico que lo identifica.
5. Elaboración de un modelo didáctico alternativo para la preparación técnico-táctica de los jóvenes voleibolistas como una unidad dialéctica.
6. Evaluación del modelo propuesto a partir de los criterios teóricos y las experiencias prácticas de su aplicación.

Para el logro de los objetivos del trabajo investigativo, los métodos utilizados fueron seleccionados y aplicados sobre la base de un enfoque dialéctico-materialista y a partir de métodos científicos generales.

En el análisis y evaluaciones de las experiencias prácticas concretas referidas a la aplicación de los modelos actuantes de preparación técnico-táctica de los jóvenes voleibolistas cubanos y del propio modelo didáctico propuesto se utilizó un enfoque de investigación con carácter participativo y de acción transformación, teniendo en cuenta que el objeto de estudio es un fenómeno complejo que debe ser estudiado en la realidad contextual, en los escenarios naturales de los actores valorando sus carencias, necesidades y aspiraciones para lograr imprimirle sentido y pertinencia social.

Se le dio énfasis a la necesidad de acercamiento sucesivo a las prácticas educativas deportivas en las propias condiciones espacio-temporales y socio-históricas, motivando actitudes críticas en los actores del proceso estudiado.

Se utilizaron métodos y técnicas de investigación tales como:

- El enfoque sistémico: Se utilizó en la concepción del modelo didáctico alternativo para el desarrollo del proceso de preparación técnico-táctica de los jóvenes voleibolistas.
- La modelación: Fue utilizada en el diseño teórico del modelo propuesto aplicando el principio de la condicionalidad sistémica.
- El análisis o estudio documental: Se basó en las obras de los clásicos del marxismo-leninismo, de los dirigentes del Partido y el Estado y de los documentos y programas rectores del INDER en el alto rendimiento. Permitió apreciar los aspectos relevantes de la Teoría del entrenamiento deportivo, la Pedagogía y Psicología y del Voleibol en particular los enfoques en la enseñanza de los juegos deportivos y de la preparación técnico-táctica, entre otros aspectos vinculados al tema objeto de estudio.
- El análisis histórico lógico: Permitió profundizar en las tendencias, regularidades y cualidades del objeto de estudio, acerca de las experiencias de los modelos actuantes de preparación de los voleibolistas, sus antecedentes y desarrollo histórico.
- El experimento natural formativo de control mínimo: Se empleó en la aplicación y evaluación de los resultados del modelo propuesto mediante la utilización de:
  - a) La consulta de expertos: Se utilizó para obtener las opiniones de los entrenadores y funcionarios deportivos para perfeccionar el modelo propuesto, como también, recoger las principales experiencias obtenidas en el desarrollo del proceso de preparación técnico-táctica de los jóvenes voleibolistas, sus logros, limitaciones y comportamiento, junto a otros aspectos de interés.
  - b) La observación participante: Es empleada en las sesiones de entrenamiento con el objetivo de recoger información acerca de la aplicación del modelo por parte de los entrenadores seleccionados. Ver anexo uno.
  - c) La entrevista: Se utilizó la modalidad semiestructurada para la recolección de información criterios y opiniones, de los entrenadores de los equipos objeto de estudio acerca de la marcha del proceso de aplicación del modelo propuesto. Ver anexo dos.

- d) Tests pedagógicos: Fueron utilizados tests pedagógicos para evaluar durante el entrenamiento y la competencia el rendimiento técnico-táctico en las categorías principiantes e intermedias. El test aplicado en el entrenamiento fue elaborado y validado por un colectivo de investigadores de la Facultad de Cultura Física de Villa Clara. Ver anexo tres. En el caso del test pedagógico competitivo es el orientado en el programa de preparación del deportista de voleibol empleando en la recogida de la información el sistema estadístico “más-menos”. Ver anexo cuatro.
- e) El método estadístico: Para el procesamiento de los datos obtenidos en las encuestas y en los tests pedagógicos aplicados en el experimento se empleó la prueba no paramétrica para muestras relacionadas “Test de rangos señalados de Wilcoxon”, para comprobar las mediciones antes y después de la aplicación del modelo. Las distribuciones empíricas de frecuencia se utilizaron para procesar los resultados de las encuestas, así como medidas de tendencia central de dispersión que caracterizaron los resultados de cada momento de medición.

Por las características de la investigación que se realiza se utilizaron diferentes poblaciones y muestras, las mismas se ponen de manifiesto de la siguiente manera:

- Para la elaboración de la concepción final del modelo propuesto se empleó la población del equipo del club Estrella del Oeste en el macrociclo del año 1998, representada por 14 atletas del sexo femenino del estado de Minas Gerais, Brasil, con una edad de 14 a 15 años, durante la estancia del investigador como entrenador principal de ese equipo. Esta etapa permitió poner a punto el modelo.
- Se seleccionó una muestra de 17 expertos utilizando el método de Delphy, (anexo cinco), los mismos brindaron sus opiniones acerca del modelo, la importancia y necesidad de su aplicación, (anexo seis). Sus características aparecen en el anexo siete.
- En la aplicación del modelo en la provincia de Villa Clara participaron cuatro equipos, tres de ellos pertenecientes a la EIDE y uno a la ESPA. De estos equipos se selecciona una muestra intencionada de dos que son los siguientes:

- a) Grupo de iniciación de la categoría de 9 a 11 años del sexo masculino compuesto por nueve jugadores que durante el curso 1999 – 2000 se iniciaron en la práctica del voleibol. Este grupo es seleccionado tomando en consideración la necesidad de emplearlo como parte de la aplicación del experimento en lo referente a la enseñanza.
- b) Equipo de categoría intermedia de 12 a 13 años del sexo femenino. Este equipo estuvo integrado por 13 jugadoras, de ellas, seis pertenecían al primer año y siete al segundo año de la categoría, su principal característica estuvo dada por el desbalance técnico-táctico entre algunas de sus integrantes, el mismo fue seleccionado para estudiar los efectos del modelo en una categoría intermedia para evaluar el desarrollo y perfeccionamiento técnico-táctico.

Los referentes teóricos y prácticos esenciales del trabajo son las ricas experiencias que han sido posibles desarrollar dadas las favorables condiciones que sólo un país que construye el Socialismo ha propiciado, al colocar la educación en primer orden, y al deporte como un derecho del pueblo; en las ideas marxistas, leninistas, martianas y de Fidel; en los aportes de la teoría del entrenamiento deportivo; en la teoría del entrenamiento en el voleibol y de las ciencias aplicadas al deporte en general.

La novedad científica del trabajo radica en la presentación de un modelo didáctico alternativo que concibe como una unidad dialéctica el proceso de preparación técnico-táctica de los jóvenes voleibolistas. Este se caracteriza por el empleo combinado de los métodos estándar y variable a partir de los primeros pasos en la enseñanza lo que promueve la inserción temprana de los jugadores a las tareas tácticas del juego. Brinda la estructura teórica para la planificación de los componentes técnico-tácticos de la preparación con una proyección metodológica más abarcadora donde el mesociclo constituye la unidad estructural más importante, contribuyendo a la erradicación de la improvisación que se puede manifestar en este proceso.

Responder al qué y al cómo alcanzar los propósitos esenciales de la preparación técnico-táctica de los jóvenes voleibolistas es el aporte científico principal del trabajo al ofrecer un modelo didáctico que puede ser utilizado en la solución de los complejos problemas de la preparación deportiva. Su valor práctico consiste en la acción transformadora que propicia el empleo de los componentes del proceso, ofreciendo a los entrenadores una alternativa para su trabajo

pedagógico en la formación integral de los jugadores que responda a las características del voleibol contemporáneo.

El principal aporte y significación práctica está dirigido a la teoría y la práctica del entrenamiento del voleibol para la preparación técnico-táctica de los jóvenes voleibolistas al brindar a los entrenadores del eslabón de base del alto rendimiento (áreas especiales, EIDE y ESPA), la posibilidad de planificar, organizar y ejecutar la preparación técnico-táctica en una unidad dialéctica donde el empleo de los objetivos, contenidos, medios, métodos, el control y la evaluación permite trabajar los componentes técnico y táctico en un proceso pedagógicamente organizado posibilitando que los niveles de conocimientos y creatividad de los entrenadores se empleen con mayor eficacia para alcanzar resultados superiores en la enseñanza y preparación de los jugadores de tal manera que se correspondan con las tendencias actuales del voleibol mundial.

Como una manera de facilitar la comprensión y aplicación del modelo didáctico propuesto para los entrenadores del nivel de base del alto rendimiento y los profesores y alumnos de la asignatura de Voleibol en los cursos de pre y postgrado de los centros de Educación Superior de la red de Cultura Física, se adjunta a la tesis un manual que representa un importante material de estudio y consulta.

El modelo ya se ha aplicado con buenos resultados en los centros de alto rendimiento en la provincia de Villa Clara y está autorizada su extensión al trabajo de todas las áreas especiales de la provincia en el próximo curso escolar 2001 – 2002. Para ello se desarrollan acciones de capacitación a los técnicos de voleibol en los municipios.

La tesis se encuentra estructurada en tres capítulos:

El Capítulo I persigue el objetivo de caracterizar el voleibol contemporáneo y los modelos de enseñanza que se emplean para los juegos deportivos de manera que nos permita determinar cual ha sido el modelo que ha predominado en la formación de los jugadores de voleibol en nuestro país así cómo se desarrolla su planificación y organización para la preparación técnico-táctica.

Aborda el estudio de la literatura e investigaciones de diversos autores acerca de la preparación del deportista en general y de la preparación técnico-táctica en particular como un proceso de enseñanza- aprendizaje. Constituye la fundamentación teórica de la propuesta del modelo didáctico alternativo para la preparación técnico-táctica de los jóvenes voleibolistas.

En el capítulo II se presenta la propuesta del modelo didáctico alternativo para la preparación técnico-táctica del joven voleibolista. Se destacan sus componentes: objetivos, contenidos, medios, métodos y el control y la evaluación, así como su sistema de organización metodológica que declara el proceder desde las estructuras superiores del macrociclo hasta la propia unidad de entrenamiento. Su valor metodológico, la concepción de los contenidos y los medios constituyen los elementos principales que lo diferencian de otros enfoques. Las orientaciones para el uso de los componentes del proceso de preparación técnico-táctica de una forma ilustrativa, por medio del empleo de tablas, gráficas y ejemplos facilita su comprensión. Un profundo análisis documental constituye el soporte de la propuesta que está caracterizada por su alto nivel de vinculación a las tareas específicas del entrenamiento técnico-táctico con los jóvenes voleibolistas.

El capítulo III se dedica básicamente al análisis de los resultados alcanzados con la aplicación del modelo en la práctica social, se evidencia a partir de los criterios teórico y las experiencias prácticas la validez pedagógica de la propuesta.

Las conclusiones del trabajo brindan respuesta a los objetivos, las interrogantes científicas y las tareas que condujeron en la realización de la investigación. Los resultados de todo el trabajo se ilustran en 30 tablas, 10 figuras y 9 anexos.

## CAPITULO I.

### LA PREPARACIÓN TÉCNICO – TÁCTICA DEL JOVEN VOLEIBOLISTA: TEORÍA Y PRÁCTICA

El tratamiento metodológico del proceso de preparación del joven voleibolista precisa estar a tono con las características del voleibol moderno. Conocer si el modelo de entrenamiento técnico-táctico utilizado se corresponde o no con esas características fue, entre otros aspectos, un importante paso que nos permitió tomar decisiones para la fundamentación de la propuesta pues la formación o preparación del jugador debe realizarse de manera que le permita enfrentar las condiciones del entrenamiento y el juego moderno. G. Herrera, director del seleccionado masculino cubano, Ramos J.L. y Despaigne, J. plantean que... *siempre que la planificación en las etapas de iniciación y construcción respondan a la creación de una amplia base de dominio de los gestos técnicos y tácticos competitivos estarán asegurados los eslabones del rendimiento y alto rendimiento* (Herrera, G., Ramos, J.L. y Despaigne, J., 1996:143).

#### 1.1. La evolución histórica y las características del voleibol contemporáneo

Iniciaremos este camino identificando las principales características del voleibol contemporáneo tomando en consideración las innumerables modificaciones de que ha sido objeto en los últimos tiempos lo cual nos permitirá dar respuesta a nuestra primera interrogante.

En el voleibol de hoy existen diferentes modificaciones que han sido generadas por distintos factores, entre ellos encontramos: el incremento de la maestría técnico-táctica de los jugadores, las reglas del juego y el espectáculo para la televisión. Santana J.L., en “La panorámica de la evolución del reglamento de voleibol” destaca que... *el voleibol actual ha estado caracterizado porque los eternos contrarios dialécticos que le dan vida: el ataque y la defensa, pugnan continuamente por alterar la estabilidad del juego y que... un nuevo elemento se introduce en esta controversial tendencia y opta por acaparar los derechos para adaptar el deporte a sus conveniencias y a las exigencias del mundo contemporáneo; este es la televisión. Desde el período de su nacimiento como deporte hasta nuestros días, el elemento espectáculo está hoy más que nunca presente y ha producido cambios más sustanciales en más corto tiempo que ningún otro elemento* (Santana, J.L., 2000:1). El planteamiento anterior ha conducido a innumerables cambios en la reglamentación. Entre ellos citamos los más importantes:



- t El empleo de los cuatro toques cuando el balón hace contacto en el bloqueo.
- t La flexibilidad del reglamento en los fundamentos técnicos del juego.
- t El aumento de las zonas de contacto del cuerpo con la bola.
- t La utilización del jugador libero para mejorar la recepción y la defensa del campo.
- t El saque puede rozar la banda superior de la net.
- t La realización del juego por medio del sistema Rally Point.

Todo ello ha sido realizado como respuesta a los propósitos del Plan Director Mundial del Voleibol de la FIVB cuando planteó... *en cuanto a las reglas, debemos favorecer las acciones de juego más espectaculares* (COI, FIVB., 1985).

Desde el punto de vista técnico-táctico *a partir de los años 80 se consolida en el mundo el juego rápido, combinado y fuerte* (Borroto, E., Herrera, G., Ramos, J.L. y Bernal, H., 1992:40). En tres palabras los autores sintetizan lo que hoy en día es la principal característica del voleibol mundial, para ello es imprescindible desarrollar jugadores con un elevado dominio de la técnica, una alta capacidad de pensamiento en beneficio del éxito de sus habilidades y un desarrollo físico general y especial capaz de garantizar las elevadas exigencias del juego. Por otra parte, Herrera, Ramos y Despaigne, en su “Manual de consulta operativa para el entrenador”, nos dicen que... *de un juego sobre pases altos y poco combinativo, más bien esquemático de la década del 50, se ha llegado en la actualidad a un juego mucho más dinámico y arriesgado, producto de pases cortos y rápidos con numerosas combinaciones* (Herrera, G., Ramos, J. y Despaigne, M., (1996:143).

En los planteamientos anteriores de Borroto, E. (1992), Herrera, G. (1996) y Santana, J.L. (2000), se concretan las principales características del voleibol de hoy.

Por su parte, el voleibol cubano se caracteriza por un elevado nivel de preparación física donde se destaca el poder de salto, la fortaleza en el ataque y las distintas manifestaciones de la resistencia especial, no así en su desempeño técnico-táctico, o sea, en la solución inteligente durante esa fracción de tiempo cuando se conjuga el balón, la posición, los compañeros y el contrario y donde es necesario dar una respuesta motriz rápida y acertada. Al respecto, Eugenio George Laffita (2000), entrenador del seleccionado nacional femenino señala: *en el pasado el*

*entrenamiento podía basarse en la planificación del trabajo físico especial; mientras que en este momento reclama una dimensión mucho más universal.* (George, E., 2000). Igualmente, en el Programa de Preparación del Deportista (2000), se manifiesta que: *Durante muchos años en los resultados de nuestros seleccionados la preparación física ha constituido el factor más importante en el Voleibol de Cuba, no obstante, este importante factor en el voleibol actual, para continuar figurando en la elite son importante otros factores tales como:*

- *Jugar a gran altura sobre la red.*
- *Jugar con velocidad y variabilidad.*
- *Dominio perfecto de los elementos técnico-tácticos.*
- *Excelente preparación mental.*
- *Apoyo científico e investigaciones.*
- *Selección temprana de talentos.*
- *Amplio desarrollo de los equipos infantiles y juveniles.* (Programa de Preparación del Deportista., 2000:35).

Existe una importante relación entre las características del juego con los modelos que se han empleado para la formación de sus figuras, pero antes de entrar en este tema es necesario primeramente, determinar cuáles son los modelos de enseñanza que se emplean en los juegos deportivos para posteriormente, definir, cuál de ellos ha sido el modelo que ha predominado en la formación de los voleibolistas cubanos.

#### 1.4. Los modelos de enseñanza en los juegos deportivos

El estudio realizado por Antonio Méndez Giménez (1999), en su artículo “Modelos de enseñanza deportiva. Análisis de dos décadas de investigación”, señala, que... *el interés por los modelos alternativos en la enseñanza de los juegos deportivos ha aumentado en los últimos años destacando que... desde la década de los ochenta se viene contrastando la repercusión de los dos enfoques metodológicos más empleados en la enseñanza deportiva, un enfoque tradicional o*

*técnico y otro enfoque alternativo o centrado en la táctica. El enfoque tradicional o técnico es aquel donde se desarrollan los fundamentos del juego (técnicas del deporte), antes de abordar los aspectos tácticos y de practicar el juego en situación real. El enfoque alternativo o centrado en la táctica: se asocia a la pedagogía del descubrimiento y está fundamentado en la propuesta de experiencias motrices lúdicas vinculadas al contexto real de juego desde el primer momento* (Thorpe y Bunker, 1983 y Blázquez, 1995) citados por Méndez, A. (1999). La aproximación comprensiva de los juegos en este enfoque ha sido estudiada en los deportes de red (Lawton, 1989 y French, Werner y Rink 1996 en bádminton, McPherson y French, 1991 en tenis). (Méndez, A., 1999:2).

En relación con el enfoque técnico, plantea Méndez, A. (1999:2) que Rink (1993, citado por Rink, French y Tjeerdsma, 1996) y Magill (1989), consideraron imprescindible el desarrollo de un nivel fundamental de habilidad motriz antes de incluir las tácticas y estrategias en la enseñanza. Otras investigaciones más recientes han comparado las aproximaciones tácticas de la enseñanza de los juegos con un enfoque orientado a la técnica y han sido realizadas por Turnek y Martinek, 1992, 1995, en hockey sobre hierba, Mitchell, Griffin y Oslin en el fútbol, Stuart y Thorpe en baloncesto y hockey (Méndez, A., 1999:2).

Acerca del enfoque centrado en la táctica, Bunker, Thorpe y Almond (1983) sugirieron que... *se debería acentuar el énfasis en las estrategias y tácticas cognitivas más que en el desarrollo refinado de las habilidades motrices* (Méndez, A., 1999:2).

En el análisis el autor valora las ventajas y desventajas de los modelos alternativos destacando que la mayoría de los estudios no han verificado diferencias significativas en cuanto al grado de conocimientos adquiridos, aunque, algunos estudios mostraron ventajas a favor del grupo centrado en la táctica. *En el aprendizaje de las habilidades deportivas hay un impacto similar entre ambos enfoques, sin embargo, en cuanto a la toma de decisiones las ventajas se inclinan a favor del grupo orientado a la táctica, si bien se requiere mayor evidencia empírica para su determinación* (Méndez, A., 1999:6). Respecto a lo motivacional, *el modelo orientado al juego podría proporcionar mayores motivos para el disfrute y diversión, una valoración más positiva del proceso de enseñanza y más proclive para continuar en la práctica* (Méndez, A., 1999:8). Como se aprecia, la toma de decisión en cuanto al empleo de un enfoque u otro no ha quedado totalmente demostrada por diversos factores, pero, se evidencian ciertas ventajas a favor del

enfoque orientado a la táctica. Como se puede apreciar, ningunas de las investigaciones analizadas han estado relacionadas con el voleibol.

A finales de los años 90, Andux, C. y George, E., prestigiosos especialistas cubanos, investigan en un enfoque didáctico para el aprendizaje de los juegos deportivos el cual sustenta sus principios en la aplicación de las situaciones simplificadas de juego tomando como referencia los criterios de Devis (1996), y Jiménez (1998). Los autores reconocen que el aprendizaje debe estar atemperado al reglamento y al contexto que identifica nuestro deporte, la variabilidad de las acciones. El modelo planteado basa su aplicación en la enseñanza de las situaciones simplificadas del juego en una dirección colectiva, colocando la táctica como el resorte principal en el proceso de enseñanza (Andux, C., George, E. 1999).

Se puede plantear como conclusión de este análisis que evidentemente en los juegos deportivos hoy en día existen dos enfoques de la enseñanza, ahora bien, ¿cuál de ellos ha sido el modelo de enseñanza y preparación que ha predominado en los jóvenes voleibolistas cubanos?

#### 1.5. El modelo de enseñanza actuante, su planificación y organización en la preparación del joven voleibolista en Cuba

Determinar cual ha sido el modelo de enseñanza actuante para la preparación del joven voleibolista cubano, su planificación y organización requiere de un profundo estudio, del análisis de la literatura, los documentos normativos así como de los resultados de las investigaciones en el campo de la metodología lo cual se realizará a continuación.

##### 1.3.1 Análisis crítico de la literatura de diversos autores acerca de la preparación técnico - táctica, tanto en lo general del entrenamiento deportivo como en lo particular del voleibol

En Cuba ha prevalecido en el campo de la teoría del entrenamiento deportivo una tendencia hacia el desarrollo físico de los deportistas lo cual se manifiesta, *en una gigantesca producción literaria e investigativa destinada en esta dirección lo que amenaza e interfiere la formación inteligente, creativa e independiente de los atletas. Como resultado de este proceder ya tenemos un deportista físico y volitivo, ahora corresponde armarlo de inteligencia, creatividad e independencia. En materia de atención a los diferentes tipos de preparación, la preparación técnica ha sido beneficiada en gran medida por encima de lo táctico, psicológico y teórico*

(Morales, A., 1999:1). Compartimos este criterio considerando que dicha influencia ha estado reflejada en el tratamiento que se le ha brindado a la técnica y la táctica en el proceso de enseñanza o preparación en el voleibol, de ahí que, debemos realizar este análisis con un sentido particular.

Relevantes especialistas ex-soviéticos, alemanes y otros científicos del extinto campo socialista, de la rama del deporte tales como L. P. Matveev (1983:122-160), Dietrich Harre (1983:267-301), Ozolin, N.G.(1983:115-152) y Platonov V.N. (1988), que incursionan en los componentes de la preparación del deportista expresan una independencia entre la preparación técnica y la preparación táctica declarando a la preparación técnica como soporte que sustenta la preparación táctica.

Actualmente, el término preparación técnico-táctica es utilizado comúnmente tanto por los especialistas como por la bibliografía que lo aborda. El Glosario de Términos y Definiciones de la Cultura Física y el Deporte define la siguiente concepción: *Se denomina preparación técnico-táctica al proceso de la preparación técnica y táctica del deportista, y en su explicación se plantea que... al enseñar la técnica de los ejercicios competitivos, se ofrece la fundamentación táctica para la utilización de los mismos en las competencias; y al mismo tiempo, se dedica un tiempo considerable dentro de la preparación táctica a la enseñanza de la técnica de ejecución de las acciones tácticas* (Vargas, R., 1998:172).

A pesar de tal denominación, la cual es hoy muy empleada por los especialistas del voleibol, se aprecia que la unidad entre los términos técnica y táctica no representa la unidad como proceso, se dice: *al enseñar la técnica de los ejercicios competitivos, se ofrece la fundamentación táctica para la utilización de los mismos en las competencias*. Nuestra concepción difiere en tal sentido, pues no solo *se ofrece la fundamentación* sino que se ejercita para desarrollar el pensamiento. Por otra parte, se plantea entonces que: *se dedica un tiempo considerable dentro de la preparación táctica a la enseñanza de la técnica de ejecución de las acciones tácticas*, entonces, se manifiesta que dentro del término de preparación técnico-táctica preconizado inicialmente aparece entonces una *preparación táctica*. En conclusión, el término empleado difiere en parte con la concepción metodológica explicada. La unidad de acción que se proclama en el trabajo no está orientada de manera que nos permita identificarlo como un proceso único que tiene un comienzo, transita por un período de trabajo metodológico conscientemente orientado y llega a un final que previamente

fue concebido y planificado. A continuación, en el análisis que se realiza de los textos que mayoritariamente influyen en el trabajo de preparación con los jóvenes, así como, el resultado de investigaciones se profundiza en estas determinaciones.

Golomazov, en “El voleibol en la escuela”, (1976), hace referencia a la enseñanza de la técnica del juego orientada a los diferentes fundamentos con ejemplos de ejercicios para ese trabajo, en capítulo aparte, se refiere a la táctica del juego y la metódica de la enseñanza, donde expone variados ejercicios para la táctica individual, de grupos y de equipos (Golomazov. B.A., 1976:61-103).

Zhelezniak, J.D. (1978:79-145), en “Hacia la maestría en el voleibol”, explica la preparación técnica y la táctica en capítulos independientes y expone los ejercicios en dos grandes grupos, en el primero cita:

I. Competitivos.

a) Juego.

b) Para la táctica.

c) Para la técnica.

Estos textos analizados anteriormente evidencian que el tratamiento independiente de la preparación técnica y la táctica indica que sobre la base de un periodo de trabajo para el dominio de la técnica del fundamento del juego se desarrolla la táctica lo que evidentemente nos presenta ante el modelo de entrenamiento con un enfoque técnico del que hace mención Méndez, A. (1999), al inicio del tema.

Similar situación se pone de manifiesto en la guía de estudio de voleibol que se ha utilizado en la formación de los especialistas en las Facultades de Cultura Física, elaborada por un colectivo de autores (1979:17-18), donde se plantea una clasificación que actualmente es parte de los contenidos de la asignatura y ha sido posiblemente la más empleada, la misma señala la realización de los ejercicios como un medio metodológico para llevar a cabo la enseñanza y preparación del equipo y los concibe subdivididos en varios grupos, en el segundo y tercer grupo se refieren a:

II. Ejercicios Especiales: Encaminados a activar y facilitar el proceso de aprendizaje y se subdividen en dos grupos:

1. Ejercicios preparatorios: Dirigidos al desarrollo de las cualidades condicionales y específicas del voleibolista.
  2. Ejercicios auxiliares: Orientados al fortalecimiento de la estructura de los fundamentos técnicos.
- III. Ejercicios Fundamentales: Agrupa los ejercicios propios del voleibol dirigidos a la ejercitación técnica del juego, vinculados a las fases del hábito motor que se subdividen en:
1. Ejercicios sencillos: Tienen como finalidad el inicio de la enseñanza.
  2. Ejercicios cercanos a la competencia (son ejercicios con situaciones similares a la competencia): Los mismos contemplan dos categorías de ejercicios:
    - a) En situaciones invariables.
    - b) En situaciones variables.
  3. Ejercicios competitivos: Tienen como objetivo el desarrollo y comprobación de lo aprendido.

Como se aprecia en el tratamiento metodológico de esta clasificación las condiciones variables aparecen después de transitar por los ejercicios auxiliares, sencillos, e invariables, en los denominados cercanos a la competencia, o sea en los finales del proceso de aprendizaje, si analizamos que entre condiciones variables y desarrollo táctico existe una estrecha relación entonces se puede plantear que aquí también aparece una primera fase de entrenamiento dirigida al dominio de la técnica del fundamento de juego y posteriormente otra para el desarrollo de la táctica.

Zhelezniak, Y.D., Kleschov, Y.N. y Chejov, O.S., (1984:103-185), en su libro “La preparación de los voleibolistas jóvenes”, uno de los textos de mayor empleo en el país, tanto entre los entrenadores como en los centros de formación de especialistas, plantean los aspectos técnicos y tácticos en capítulos independientes para cada elemento, al mismo tiempo expresan una clasificación de ejercicios que parte de dos grupos principales denominados Fundamentales y Auxiliares, ambos grupos se subdividen de la siguiente manera:

1. Fundamentales: Tratan de la técnica y la táctica específica del voleibol con similitud al juego. Este grupo está subdividido en:

a) Ejercicios técnicos: Están orientados para el trabajo de perfeccionamiento técnico de los fundamentos sobre todo de forma individual en condiciones que posibiliten la formación de conocimientos tácticos.

b) Ejercicios tácticos: Orientados para las acciones individuales, de grupos y de equipo incluyendo el juego.

2. Auxiliares:

a) Para el desarrollo general: Constituyen los ejercicios para el desarrollo de las capacidades físicas generales.

b) Especiales: Destinados a acelerar y facilitar el aprendizaje de los fundamentos técnicos, se dividen en:

- Preparatorios: Su finalidad es el desarrollo de las capacidades físicas especiales.
- Conductores: Ejecución de los fundamentos técnicos con carácter imitativo.

Los autores conciben en el primer grupo los ejercicios técnicos separados de los tácticos, se plantea que los mismos serán orientados para el trabajo de perfeccionamiento técnico de los fundamentos sobre todo de forma individual en condiciones que posibiliten la formación de conocimientos tácticos, y en apéndice aparte se habla de ejercicios tácticos individuales, de grupos y de equipos, por lo que de hecho se desprende que una etapa se dedica a la formación técnica del fundamento del juego y otra a la táctica. Mas adelante, en otro grupo se coloca a los conductores que los identifican como ejercicios con carácter imitativo, por tanto no existe una concepción que posibilite ver la metodología técnico-táctica en una unidad de preparación.

Los autores J.N. Kleschov y A.G. Airianza (1985:100-135), en el libro de texto “Voleibol” para los Institutos de Cultura Física de la ex-Unión Soviética, expresan de igual manera esta dirección subdividiendo en capítulos diferentes la enseñanza de las acciones técnicas y la enseñanza de las acciones tácticas.

En el texto del Instituto Superior de Cultura Física de Cuba y su red que tiene como título “Voleibol I” (1992), prestigiosos especialistas del voleibol cubano realizan el estudio de las particularidades metodológicas de los fundamentos técnicos del voleibol. Entre sus orientaciones metodológicas se destaca la necesidad de *unir la enseñanza de la técnica lo antes posible a la*



*táctica* (Borroto, E., Ramos, J., Herrera, G. y Bernal, H., 1992:41), aspecto que compartimos totalmente, sin embargo, en su capítulo tres: “Particularidades metodológicas de los fundamentos técnicos del juego”, se aprecia una intención manifiesta hacia lo técnico tanto en sus orientaciones como en el trabajo de los ejercicios que se exponen, el empleo de la variabilidad como fundamento para el desarrollo de la táctica no aparece sistemáticamente desde el inicio de la enseñanza y cuando lo hace no se expresa una orientación intencionada al cumplimiento de estas tareas. Al existir estas características en el trabajo se infiere que la preparación técnica aparece como un proceso de base para el desarrollo de la táctica. Si tomamos en consideración la utilización del mismo en la formación y superación de los especialistas y su empleo sistemático como material de consulta por parte de los entrenadores, entonces podemos plantear que este texto genera una influencia en el trabajo de entrenamiento para la enseñanza y desarrollo del voleibol con un enfoque técnico en la enseñanza.

El estudio bibliográfico realizado reveló que a finales de la década del 90 aparece el trabajo investigativo: “Un nuevo enfoque didáctico para el aprendizaje de los juegos deportivos: El Voleibol”, de Andux, C. y George, E., el cual trata acerca de las situaciones simplificadas de juegos, al que ya hicimos mención anteriormente. Este modelo presenta un enfoque de la enseñanza orientado hacia la táctica, y centra su realización en el contexto de las acciones colectivas vinculadas a la esencia del juego desde el inicio de la enseñanza. (Andux, C. y George, E., 1999). Consideramos que, por el poco tiempo de aplicación, sería prematuro establecer un criterio al respecto, pues este enfoque no ha ejercido una influencia que permita, hoy en día, caracterizar el modelo empleado para la enseñanza de los voleibolistas cubanos.

Por su parte, Wolfgang Fritzler (1999:8), expone cinco pasos metodológicos generales para el aprendizaje técnico destacando que *no pueden limitarse de manera clara, que sus transiciones son paulatinas y fluidas, así como que se puede retroceder en uno o más pasos para afianzar el aprendizaje, dichos pasos son los siguientes:*

1. *Dar a conocer el objetivo y motivar el aprendizaje.*
2. *Crear la imagen del movimiento, demostrar y explicar.*
3. *La práctica en condiciones favorables.*
4. *La práctica en situaciones estándares.*

##### 5. *La práctica en situaciones variables y condiciones difíciles.*

Desde el punto de vista metodológico la aplicación de estas fases en la realización total del fundamento técnico se une a la concepción que analizamos, primero se fortalece la técnica del movimiento y posteriormente se introduce la táctica.

Otro elemento no menos importante es el que se refiere a la concepción de la planificación del entrenamiento utilizada en los centros de formación de especialistas y en los centros de entrenamientos del eslabón de base en nuestro país. En ellos se emplea la planificación propuesta por Matveev, L. (1983:293), para un ciclo anual con una competencia principal única. Este tipo de planificación se ha concebido con un período de preparación general que orienta el trabajo tanto para el desarrollo físico general como para el aprendizaje y desarrollo técnico de los fundamentales del juego, para posteriormente en la etapa de preparación especial y competitiva, de una menor duración, desarrollar entonces un trabajo especial de entrenamiento en lo físico y en lo táctico. Esta concepción en la planificación declara por sí misma un enfoque de la enseñanza con una orientación técnica en un inicio para sustentar posteriormente el desarrollo táctico en la etapa de preparación especial y en el período competitivo.

Al respecto, en las diferentes versiones de los programas de preparación del deportista se manifiesta una independencia entre los contenidos técnicos y tácticos, y las orientaciones relacionadas con los objetivos, contenidos, el volumen de entrenamiento, y las indicaciones metodológicas conservan una tendencia más orientada hacia la preparación física y al enfoque técnico de la enseñanza que hacia el táctico. Por ejemplo, en la última versión del programa entre los objetivos a lograr en los equipos escolares y juveniles se orienta:

- a) *Desarrollar atletas para la selección nacional acorde a las exigencias del momento y necesidades de las mismas.*
- b) *Desarrollar al máximo las cualidades físico-técnicas del grupo.*
- c) *Fijar la mecánica de los movimientos técnico-físicos para la categoría escolares y la aplicación de las mismas en las acciones complejas para los Juveniles (Programa de Preparación del Deportista., (2000:35).*

Como podemos percibir en los distintos casos estudiados hay una definición clara que orienta en las primeras fases del proceso crear las bases del desarrollo con un trabajo puramente técnico y en las últimas, esa orientación va dirigida a la vinculación del hábito con las condiciones variables.

La gran mayoría de los textos analizados conforman la literatura que se emplea para la formación de los profesionales - profesores y entrenadores - de la Cultura Física y el Deporte en nuestro país, tanto desde la teoría y metodología del entrenamiento deportivo como del propio voleibol. Si tomamos en consideración la influencia que ejerce la literatura docente y el papel rector de los programas en la formación de los voleibolistas cubanos, entonces, pudiera inferirse que el modelo actuante de preparación de los jóvenes voleibolistas esté influido por un enfoque técnico en el aprendizaje.

#### 1.3.2 Resultados de la labor investigativa en el campo metodológico de la preparación técnico-táctica

Inmerso en el trabajo de entrenamiento de los jóvenes valores y en la formación de los profesionales de la Cultura Física y el Deporte por espacio de más de 30 años y ante varias interrogantes sobre la preparación técnica y táctica de los voleibolistas, surgió la expectativa de estudiar el trabajo que sobre la preparación técnica y táctica se realiza.

A partir del año 1989 comenzamos un estudio vinculado a los aspectos de esta preparación y en el año 1991 diferentes análisis documentales nos permitieron determinar que existía un elevado grado de independencia entre la preparación técnica y la preparación táctica que podía influir en el proceso metodológico. Con el trabajo “Algunas consideraciones acerca del desarrollo del pensamiento táctico en el proceso de preparación de los jóvenes voleibolistas”, exponemos la necesidad de estructurar el proceso en un solo cuerpo vinculándole al mismo un orden metodológico más amplio y definido donde se introdujera, junto a los ejercicios de la técnica otros que posibilitaran la formación táctica desde el inicio del aprendizaje (Navelo, R. 1991).

En el año 1994, se desarrolló una investigación con el propósito de determinar el nivel técnico-metodológico de entrenadores y metodólogos de voleibol en el territorio de Villa Clara, (Santana, D., Gándara, O. y Navelo, R., 1994), la cual permitió caracterizar el modelo de entrenamiento que se empleaba para la preparación de los jóvenes voleibolistas; su enfoque

centrado en la técnica y sus debilidades en la planificación y empleo de los componentes. Se pudo constatar, entre otros aspectos, que:

- S A pesar de que los entrenadores reconocen teóricamente la unidad técnico-táctica, en su tratamiento estos aspectos se exponen de manera independiente en 92 microciclos estudiados con limitaciones en las definiciones sobre lo táctico.
- S Existen concepciones incorrectas acerca del uso de los objetivos generales, parciales o específicos del entrenamiento y la forma o métodos de realización de los ejercicios.
- S No hay una correspondencia plena entre los objetivos propuestos y el contenido abordado en las unidades de entrenamiento.
- S La definición de los contenidos se realiza a partir de la estructura del microciclo sin brindar una idea precisa de lo que se va a entrenar en la unidad.
- S Se observan serias dificultades al ejecutar la planificación de la preparación técnica y táctica, acentuando el trabajo en un grupo de fundamentos del juego y obviando otros que no dejan de ser menos importantes.
- S Se le brinda más importancia a los encuadres matemáticos del volumen que a los elementos de la lógica pedagógica.
- S El tratamiento de la táctica se limita considerablemente a los fundamentos individuales, ofensivos y al juego.
- S Se detecta un nivel de improvisación que afecta el desarrollo armónico del jugador.

Más recientemente, durante el desarrollo del experimento realizado en la aplicación del modelo propuesto, se apreció, por medio de la observación a los entrenamientos, las entrevistas con los entrenadores y las sesiones metodológicas efectuadas, que un gran número de las insuficiencias anteriormente citadas aún persisten en la concepción metodológica y en la aplicación de los componentes de la preparación técnico-táctica al entrenamiento.

Como conclusiones del estudio documental, las investigaciones que incluyeron observaciones, análisis, entrevistas y sesiones metodológicas que hemos realizado podemos plantear que existen evidencias para declarar que el modelo de enseñanza y perfeccionamiento actual en los eslabones de base del entrenamiento ha estado influido por el enfoque de enseñanza orientado

hacia la técnica y que la labor metodológica para el empleo de los componentes de la preparación técnico-táctica (objetivos, contenidos, métodos, medios y el control) es insuficiente.

Si valoramos los planteamientos de Eugenio George cuando señalo: *el entrenamiento en este momento reclama una dimensión mucho más universal* (George, E., 2000), se interpreta un llamado a la realización de cambios, y las características del modelo actual de entrenamiento con los jóvenes jugadores no da respuesta a tal propósito, de ahí que estamos en la necesidad de fundamentar un modelo alternativo que corresponda con las exigencias del voleibol contemporáneo.

#### 1.4 Fundamentos teóricos que caracterizan el modelo didáctico alternativo propuesto para la preparación técnico-táctica del joven voleibolista

Las bases sobre las cuales descansa la propuesta requieren de un recorrido desde el marco de las ciencias auxiliares al deporte y desde el propio deporte, el cual permita determinar con profundidad cada uno de los aspectos que deben figurar en el mismo. Para ello comenzaremos por analizar los siguientes aspectos:

##### 1.4.1 Fuentes teóricas que fundamentan el proceso de preparación técnico – táctica en el modelo didáctico propuesto

- a) La preparación técnico-táctica: ineludible proceso pedagógico para el logro de los objetivos.
- b) Los componentes del proceso de preparación técnico-táctica que forman parte del modelo propuesto.
- c) El tratamiento de la técnica y la táctica en el proceso de preparación.
- d) La actividad cognitiva y su manifestación en el modelo propuesto.
- e) Los fundamentos metodológicos del modelo de preparación técnico-táctica propuesto.  
El juego como actividad, sus acciones y operaciones.
- f) El modelo psicológico de aprendizaje aplicado en la propuesta.
  
- g) La preparación técnico-táctica: ineludible proceso pedagógico para el logro de los objetivos

La belleza del voleibol como juego deportivo está dada por la manifestación de sus acciones técnico-tácticas. En la misma medida en que los niveles competitivos sean superiores así se

emplearán también nuevas habilidades técnico-tácticas, esta lucha de contrarios entre las habilidades existentes y las nuevas habilidades que surgen como resultado del proceso de entrenamiento y el propio juego crea las condiciones para un voleibol más espectacular, creativo e inteligente. El desarrollo creciente de estas manifestaciones se alcanza a través del proceso de preparación, donde la preparación técnico-táctica juega un papel conductor, es por ello que a este aspecto le atribuimos en el entrenamiento la principal importancia. Este proceso se alcanza por medio de la aplicación adecuada de los principios generales para la adquisición de las habilidades planteados por Ranzola y Barrios (1998), citando a Matveev y Novikov (1977), entre los que citamos el principio sensorperceptual, el principio de la conciencia y la actividad, el principio de la accesibilidad y la individualización y el principio de la sistematización, reconociendo, al mismo tiempo, el papel que juegan los principios especiales del entrenamiento deportivo. (Barrios, J., Ranzola, A., 1998:67).

Carlos Alvarez (1999), destaca que... *un proceso es una sucesión de estados de un objeto determinado. El estado son las características, cualidades y propiedades que posee todo objeto en la naturaleza, en la sociedad en un momento determinado. El estado de un objeto cambia en el tiempo; ese cambio sucesivo en el tiempo del conjunto de características, de los estados de un objeto, es el proceso* (Alvarez, C., 1999:14-15). Por otra parte, G. Labarrere (1991), explica este concepto planteando que... *el proceso señala las distintas fases de un fenómeno que no significa cambio abrupto, sino gradual y enmarcado en el tiempo y en correspondencia con la concepción materialista-dialéctica de este termino, el mismo es inseparable del carácter de ley, o sea, es legal, está sometido a leyes* (Labarrere, G., 1991:23-24). El proceso representa la incorporación constante de nuevos conocimientos teóricos, hábitos y habilidades prácticas que en un desarrollo en espiral posibilitan el crecimiento hacia nuevos empeños expresado en la dialéctica Marxista - Leninista como lucha de contrarios donde los conocimientos nuevos entran en contradicción con los viejos para enriquecer la preparación y con ello el juego. Precisamente el trabajo de la preparación técnico - táctica se produce en un proceso.

Algunos autores utilizan los términos “Proceso docente-educativo” o “Proceso de enseñanza-aprendizaje”, Carlos Alvarez apunta que *esto no es un error; sin embargo, “Proceso de enseñanza-aprendizaje” es una denominación limitada ya que reduce el objeto sólo a las actividades de los dos tipos de sujetos que intervienen en el mismo: el profesor y los estudiantes.*

*El proceso docente-educativo es más complejo que la mera actividad, que la ejecución inmediata del mismo, la cual incluye, por ejemplo, el diseño y la evaluación de ese proceso. El proceso docente-educativo, posee, las tres dimensiones siguientes:*

*a) La instructiva.*

*b) La desarrolladora.*

*c) La educativa.*

Finalmente el mismo destaca que... *una didáctica más activa y participativa, en la cual el estudiante es el sujeto de su aprendizaje y en el que se forma como consecuencia de la naturaleza didáctica del proceso la supera* (Alvarez, C., 1999:15). Es por ello, entre otros aspectos, que prefiere llamar al proceso, proceso docente-educativo y no de enseñanza-aprendizaje.

En el campo del deporte son varios los términos que se emplean para definir tal concepción, entre ellos encontramos: proceso de enseñanza-aprendizaje, proceso de preparación, también se suele emplear los términos: preparación física, preparación técnica, preparación táctica y preparación técnico-táctica.

Somos del criterio de que aún cuando no lo denominemos proceso docente-educativo, el proceso de preparación técnico-táctica de la propuesta está caracterizado por esta concepción, él se produce con cambios graduales en el aprendizaje o perfeccionamiento por lo que la planificación y organización del mismo deberá realizarse bajo las leyes y principios de la teoría y metodología del entrenamiento deportivo, la psicología y la pedagogía entre otras ciencias. Cumple con las dimensiones instructiva, desarrolladora y educativa, porque presenta un fundamento social dirigido a la formación de un jugador que esté preparado para la sociedad socialista dentro de un colectivo social que es el equipo, facilitado por las relaciones entre el entrenador como guía en la ejecución del proceso y los jugadores como sujetos en la actividad de aprendizaje, así como, por las relaciones que establecen los jugadores entre sí.

Para comprender la significación del proceso en el modelo es importante valorar como incide el mismo en el resultado final del juego. La principal característica del juego de voleibol, a nuestro juicio, está dada por la manifestación de innumerables habilidades técnico-tácticas que van dirigidas en sentidos opuestos entre dos adversarios, el del primero; realizar todos los esfuerzos

por colocar el balón en el terreno de su oponente, y el del segundo, intentar que ese balón no caiga al piso. Esta interacción crea un ciclo que en la medida en que más se repita, mayor será el estado emocional de jugadores y espectadores posibilitando la esencia misma del juego. En función de garantizar esta, se coloca entonces la preparación física, psicológica, teórica, moral y volitiva.

El aprendizaje de las acciones técnico-tácticas en el voleibol se distingue como el hecho de ser una actividad consciente y orientada, en la que de manera intencionada se plantean los objetivos y las tareas para resolverlas, tales propósitos se evidencian en el juego pero se resuelven en el proceso de preparación técnico – táctica según se ilustra en la figura 1.

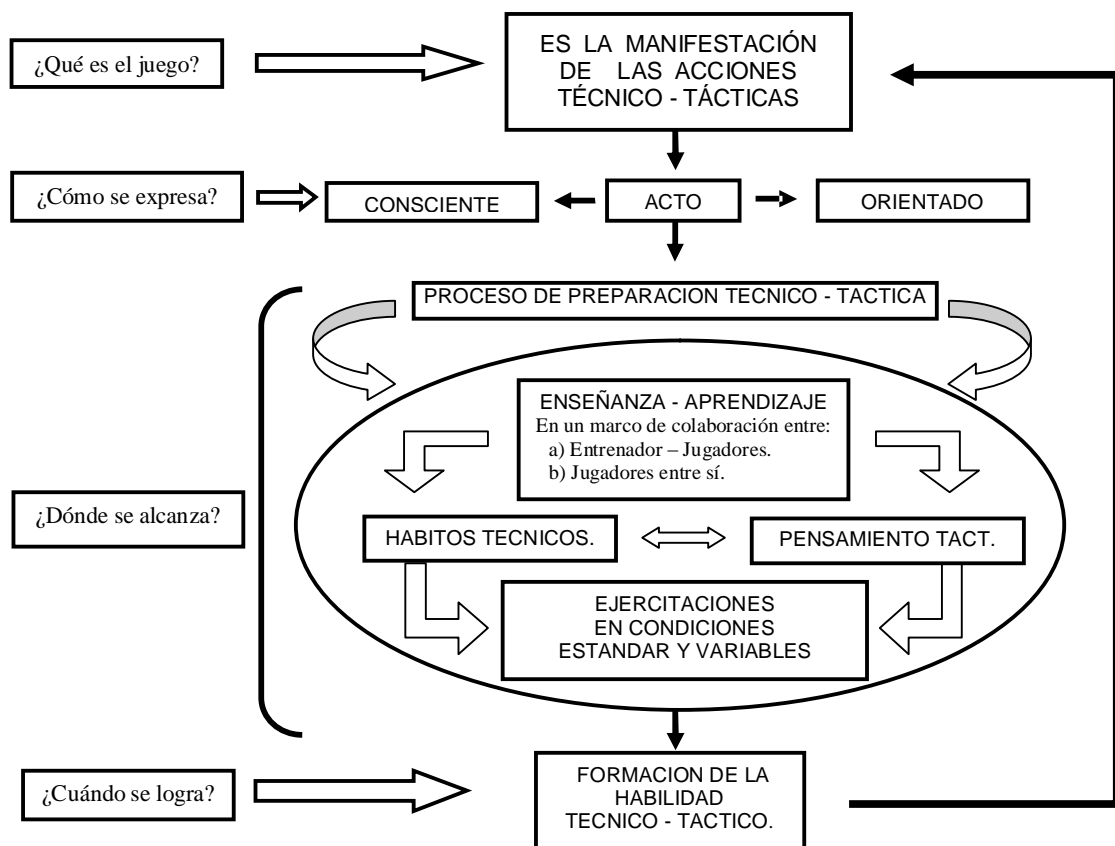


Figura 1. Incidencia del proceso de preparación técnico-táctica en el juego.

Este proceso se realiza con la participación coherente de los diferentes componentes que en él toman parte. Destacando entre ellos las relaciones de colaboración que se establecen en la enseñanza entre el entrenador y los jugadores y entre los jugadores entre sí. Como se puede apreciar en la figura, la actividad ejecutiva se realiza con el fin de alcanzar, casi paralelamente, el



desarrollo de los hábitos en la ejecución del fundamento técnico con el desarrollo del pensamiento táctico lo que se realiza en dependencia de las potencialidades del jugador. Estas tareas se garantizan, principalmente, por medio de la aplicación combinada de las condiciones estándares y variables en el trabajo de entrenamiento técnico-táctico.

En la misma medida en que el proceso se hace más sistémico, rico y activo, se logra la formación o perfeccionamiento de las habilidades técnico-tácticas las que pasan nuevamente a enriquecer el juego. Este proceso activo se desarrolla en un ciclo en espiral que eleva infinitamente los conocimientos y la formación de los hábitos al nivel de habilidades y la destreza técnico-táctica.

El producto surgido como consecuencia del proceso es la habilidad técnico-táctica del jugador. Ruiz, L. M. (1994:57), plantea en su obra *Deporte y Aprendizaje. Procesos de adquisición y desarrollo de las habilidades*, algunas definiciones de habilidad, entre las cuales se destacan las siguientes:

*Knapp(1979): Acciones concebidas conscientemente y aprendidas, que conducen a resultados predeterminados con un máximo de acierto y un gasto mínimo de energía, tiempo o ambos.*

*Durand(1988): Capacidad para resolver un problema motor específico, para elaborar y dar respuesta eficiente y económica, con la finalidad de alcanzar un objetivo. Es el resultado de un aprendizaje y depende del conjunto de recursos de que dispone el individuo.*

Al respecto, Fung, T. (1999), destaca dos conceptos acerca de ello, en el primero señala que... *las habilidades constituyen el dominio de acciones que permiten una regulación racional de la actividad con ayuda de los conocimientos y hábitos que el sujeto posee*. En el segundo se refiere a que... *la habilidad es la posibilidad de realizar una clase de tareas, aplicando la experiencia en forma de conocimientos, hábitos y habilidades más simples u operacionales, en el cual se manifiestan además, las capacidades físicas e intelectuales, y las cualidades estéticas, moral y volitivas de la personalidad* (Fung, T., 1999:39-40).

La autora reconoce la existencia de dos tipos de habilidades, una como “habilidad de menor complejidad” y otra como “habilidad de tipo compleja”. La asimilación máxima de la primera conduce a la formación de hábitos y la asimilación máxima de la segunda se conoce como

destreza. El concepto de habilidad técnico – táctica que asumimos se identifica con lo expresado por Durand (1988), y con el de tipo compleja que señala la Dra. Fung, solo que, el problema motor específico al cual le dará solución es precisamente el técnico – táctico.

A manera de conclusiones parciales relacionadas con el concepto que adoptamos en el modelo sobre el proceso de preparación técnico-táctica, determinamos que:

La preparación técnico-táctica es un proceso pedagógico donde se produce la transmisión y asimilación de la técnica y la táctica deportiva en una unidad dialéctica de manera que el jugador logre de forma efectiva la solución de las tareas motrices en el juego. En el mismo se cumple con el desarrollo, estabilización y perfeccionamiento de los hábitos, habilidades o destrezas deportivas, tomando en consideración la ejecución del trabajo según el postulado de zona de desarrollo próximo expresado por Vigotski.

Se trabaja desde el inicio, a partir de cierto dominio, en condiciones estándares, de las operaciones que constituyen determinada técnica de los fundamentos del juego y sus principales variantes, incluyendo, a partir de ellas, la variabilidad en los movimientos con elementos teóricos y prácticos de la táctica, para el desarrollo básico del pensamiento táctico. Se continúa trabajando en el desarrollo y estabilización de los hábitos motores deportivos; en el perfeccionamiento de los fundamentos del juego y sus variantes incorporando la variabilidad en tareas de mayor complejidad y el juego propiamente dicho, creando las posibilidades de ejecutar el fundamento en condiciones modeladas o en el propio juego. La expresión práctica de la ejecución y el pensamiento táctico en función de resolver las tareas complejas llegan entonces a sus más elevadas expresiones para formar la habilidad técnico-táctica.

h) Los componentes del proceso de preparación técnico-táctica que forman parte del modelo propuesto

En la Didáctica General de Klingberg (1980), se plantea que el proceso de enseñanza se caracteriza por la constante interacción de tres componentes:

- La materia de enseñanza. Es decir el contenido de las asignaturas.
- La acción de enseñar. El proceso en el cual el maestro actúa de mediador entre el alumno y la materia de enseñanza.

- La acción de aprender. Es decir el proceso de apropiación de la materia de enseñanza por el alumno.

Para Klingberg entre los componentes del proceso de enseñanza se destacan **los objetivos de la enseñanza** los cuales constituyen los propósitos que en el orden instructivo y educativo se desean alcanzar. Otro importante componente del proceso de enseñanza lo constituye **el profesor** cuya tarea principal del profesor consiste en dirigir el proceso de aprendizaje de los alumnos. Un tercer componente lo encontramos en el sistema de aprendizaje, es decir en **el alumno**. Este resulta al mismo tiempo objeto y sujeto de la educación. **El contenido** es otro componente del proceso de enseñanza. Constituye el que enseñar, es decir, de que conocimientos deben apropiarse los estudiantes y que hábitos y habilidades tienen que desarrollar. **Los métodos de enseñanza** forman el sistema de actividades que realizan profesor y alumnos para alcanzar los objetivos de la enseñanza. Estrechamente vinculados a los métodos están **los medios de la enseñanza**. Estos constituyen los recursos para enseñar y aprender, los cuales integran el sistema, sirven para alcanzar los objetivos. Por último **la evaluación del aprendizaje** es otro imprescindible elemento de la estructura del proceso de enseñanza. (Klingberg, L., 1980:).

Existe una relación entre los distintos componentes citados, precisamente de la racional y armónica interrelación de estos elementos depende en gran medida el éxito del proceso de enseñanza.

Fung, T (1999), coincide con la definición inicial de Klingberg al afirmar que... *en el proceso pedagógico de la enseñanza y el entrenamiento se perciben tres componentes:*

- *El aprendizaje personalizado en el estudiante o atleta.*
- *La enseñanza substantiva en el profesor o entrenador.*
- *La materia objeto de estudio o actividad deportiva.*

La autora de “La Habilidad Deportiva: su desarrollo” destaca a la vez que... *en la dinámica de desarrollo de dicho proceso surgen las categorías didácticas de: el contenido, los objetivos y los métodos* (Fung, T., 1999:7-8).

Por su parte Carlos Alvarez (1999), acerca de los componentes del proceso, destaca que... *el aprendizaje, la enseñanza y la materia de estudio constituyen los componentes del proceso docente – educativo al observarlo en sus aspectos superficiales y externos del mismo; pero señala que esa caracterización del proceso mediante estos componentes es muy simplista y reduce el papel del estudiante a un mero objeto, sin destacar lo más trascendente: que el alumno es el sujeto de su propio aprendizaje. El proceso de enseñanza tiene un importante aspecto implícito en su esencia y es su carácter bilateral, se refiere a la actividad de **dirección del profesor** y la de **aprendizaje de los alumnos** lo que constituye una unidad dialéctica, uno de ellos supone la existencia del otro.*

Alvarez, C. coincide en afirmar que los componentes del proceso serán: el aprendizaje, la enseñanza y la materia de estudio, sobre la cual trabajan los estudiantes y el profesor. Sin embargo, un estudio más profundo del proceso le permite destacar que existen otros componentes importantes:

1. *Relacionado con la sociedad y la solución del encargo social encontramos: **El problema.***
2. *La parte de la realidad portadora del problema: **El objeto***
3. *La aspiración, el propósito, que se quiere formar en los estudiantes: **El objetivo.***
4. *Para alcanzar el objetivo el estudiante debe formar su pensamiento, cultivar sus facultades, mediante el dominio del saber, y que está presente en el objeto en que se manifiesta el problema: **El contenido***
5. *El proceso mediante el cual se debe lograr el objetivo debe tener un cierto orden, una determinada secuencia, a esa secuencia u ordenamiento del proceso se le denomina: **Método***
6. *La organización en el tiempo, en correspondencia con el contenido a asimilar y el objetivo a alcanzar; así mismo, la relación entre los estudiantes y el profesor, que viene dada por ejemplo por la cantidad de estudiantes que estarán en el aula, a estos aspectos organizativos más externos se denominan: **Forma de enseñanza.***
7. *El proceso docente-educativo se desarrolla con ayuda de algunos objetos: **Medios de enseñanza.***

8. *Las transformaciones que se lograron alcanzar en el escolar; es el producto que se obtiene del proceso: **El resultado.*** (Alvarez, C. 1999:16-17).

Consideramos que la definición empleada por Carlos Alvarez aporta los elementos indispensables para nuestra propuesta por lo que asumimos las ideas expresadas por este autor ya que es importante determinar en la Preparación técnico – táctica del voleibolista, los componentes que la caracterizan y su vinculación con la formación de los jugadores, pues este proceso no deja de tener un encargo social que se manifiesta en cada una de nuestras formas de trabajo.

c) El tratamiento de la técnica y la táctica en el proceso de preparación

Durante la realización del juego, la ejecución técnica es el elemento básico para la aplicación de la táctica y la táctica es el modo de darle solución a las situaciones de juego. La técnica, según Riera, J. (1995), *se corresponde con la ejecución, el objetivo puede ser estratégico y/o táctico pero siempre ha de haber una ejecución. Porque la misma interactúa con las dimensiones físicas del entorno y porque tiene un carácter de eficacia* (Riera, J., 1995:45-46). La táctica, plantea Matveev (1983), *que es el arte de conducir la lucha deportiva* (Matveev, L., 1983:122). Esa lucha deportiva se realiza por medio de la ejecución técnica, de ahí su carácter indisoluble, ambas son importantes pero en nuestro deporte el rigor en la calidad técnica no se exige tal como en los deportes eminentemente técnicos.

En cuanto a esto P. A. Rudik (1974), señala que... *el papel que desempeña la técnica y la táctica en los juegos deportivos es diferente a los demás deportes... los procedimientos técnicos de las acciones deportivas en los distintos tipos de deportes tienen diversa estructura psicológica.*

*En unos tipos como por ejemplo la gimnástica, las pesas y los saltos en el atletismo, esas acciones deben distinguirse por una coordinación muy alta de sus elementos, por su armonía y belleza donde el nivel de desarrollo técnico de los movimientos adquiere un lugar determinante a pesar del enorme gasto de fuerza física que requieren. En este caso, la atención del deportista está concentrada en la ejecución técnica de sus propios movimientos, lo que se logra como resultado del alto desarrollo de las sensaciones propioceptivas, músculo-motora y vestibulares. La percepción de las particularidades de los objetos exteriores, la necesidad de*

*reaccionar ante ellos de manera oportuna y precisa desempeña en estos deportes un papel secundario.*

*En otros deportes como los de combates y los juegos deportivos es diferente el cuadro que representa la estructura psicológica de la técnica de las acciones deportivas. En ellos, el elemento sustancial de la técnica es la sutil interacción con el medio externo: los procedimientos técnicos, (el pase de la pelota al compañero, el golpe al contrario, y otros), no tienen una forma acabada, constante, y en medida considerable están condicionados por el medio exterior, a cuyos estímulos el deportista debe reaccionar de forma precisa y oportuna. Un elemento psicológico esencial e importante de la técnica en estos tipos de deportes son los procesos de reacción a los estímulos externos, el contrario por ejemplo, y su gran rapidez y precisión. En relación con esto la correcta coordinación de los movimientos del deportista en estos tipos de deporte tendrá importancia no por si misma, sino en relación con los estímulos que señalizan acerca de las particularidades de la situación que ha surgido en la lucha deportiva (Rudik, P.A., 1990:106).*

Fung, T. (1999), citando al pedagogo cubano José Yañez Ordaz destaca la clasificación de los deportes que realiza el mismo con relación al objetivo final del rendimiento, con la cual coincidimos, distinguiéndolos como:

- *Deportes con un objetivo energético.*
- *Deportes con un objetivo técnico.*
- *Deportes con un fin táctico. (Fung, T., 1999:61).*

En este último grupo ubica los juegos deportivos y los deportes de combate tomando en consideración el carácter imprevisto y variable de las condiciones en que se ejecutan.

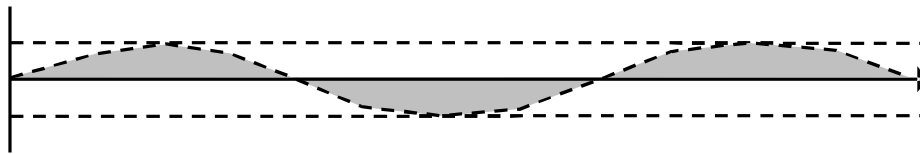
La sutil interacción con el medio y la condicionalidad que el mismo crea debe ser una tarea que se desarrolle conscientemente en el proceso de entrenamiento, para ello la unidad entre el trabajo técnico y el táctico, entre las condiciones estándar y variables contribuye con su solución. En el Voleibol, es imposible ver de manera independiente, la técnica del movimiento y el medio exterior, en este caso, las reacciones ante los movimientos de sus compañeros o del contrario.

El objetivo principal del jugador de Voleibol es conseguir el punto sobre su oponente para ello la técnica del movimiento se pone en función de su aplicación táctica, la primera puede realizarse con algunas variaciones fuera del patrón de ejecución, sin embargo, la aplicación táctica define el punto a favor o en contra, de ahí que, el jugador concentre todos sus conocimientos y habilidades en función de ello. El análisis de tal situación deja entrever, que ambos elementos, técnica y táctica son dos partes de un acto psicomotor, son componentes de una unidad indisoluble, sin embargo el fin es táctico.

Ilustrando los criterios expuestos por P.A. Rudik (1990), de las características de los diferentes tipos de deportes, podemos determinar que el voleibolista durante la realización de las acciones del juego y el entrenamiento, que constituyen patrones técnicos estándares y que comúnmente los llamamos fundamentos del juego, está sometido a la variabilidad constante de dichas acciones debido a la necesidad de corregir durante el transcurso de la ejecución determinados movimientos provocado por la aparición de factores externos imprevistos, como son:

- La dirección, altura y velocidad del vuelo de la pelota.
- Las acciones y colocación de sus compañeros.
- La posición que ocupa en el terreno, en la zona trasera o en la net.
- Las acciones del oponente y otros.

Estos movimientos se producen en diferentes instantes en el curso de la ejecución y surgen como consecuencia de la respuesta psicomotora ante la aparición de los factores externos, en cada uno de esos instantes sucede el análisis de una situación provocada por la influencia de esos factores, la solución mental y la solución motora que es la corrección que ejecuta el jugador a la ejecución de la acción o fundamento patrón. Esta modificación de la acción se muestra en la figura 2.



Simbología:




- Acción patrón o fundamento estándar: 
- Aparición de los factores externos: 
- Modificaciones al fundamento patrón: 

Figura 2. Comportamiento de la ejecución técnica ante la influencia de factores externos.

Como resultado de este análisis podemos sacar como conclusiones que en el voleibol:

1. Existe un fundamento técnico patrón y estándar para cada acción del juego.
2. Este fundamento patrón puede ser modificado por consecuencia de la influencia de factores externos.
3. Las modificaciones del fundamento patrón estarán presentes en todos los niveles de participación.

En cuanto a la táctica, con una vigencia manifiesta se destaca el estudio realizado por Freidich Mahlo, (1974), acerca de la acción táctica, según él, *la misma tiene tres fases:*

- a) *Percepción y análisis de la situación.*
- b) *Solución mental del problema.*
- c) *Solución motriz del problema.*

*La primera y la segunda fase tienen como objetivo la representación de una solución dirigida a un resultado determinado. Los medios de esta solución son de naturaleza motriz. La ejecución motriz conduce a un resultado positivo o negativo que retorna a la memoria pasando por un aceptador de efecto y que está relacionado con la solución motriz escogida. En otras palabras, debido a que se toma conciencia del resultado se adquieren experiencias de naturaleza práctica o sea la parte motriz se desarrolla y las habilidades sensoriales se afirman como resultado de la repetición de acciones similares. Mahlo plantea que... la importancia de estas fases radica en que para adquirirlas óptimamente hay que desarrollarlas durante el entrenamiento. Y apunta, el hecho de darle solución por medio de la acción a los problemas planteados obliga al atleta a ordenar con inteligencia la situación problemática*



y su solución llevándolo a la obtención de conocimientos subjetivamente nuevos (Mahlo, F., 1974:27-28).

Compartimos los criterios de Mahlo cuando señala que... *la acción táctica se expresa a través de un pensamiento productivo. La formación táctica no se limita a un aprendizaje del pensamiento táctico es un proceso amplio y unitario destinado a desarrollar todos los factores de la actividad que participan en la acción táctica. Y continua... no podemos atenernos para desarrollar las capacidades tácticas a la espontaneidad en el juego. No podemos estar tampoco satisfechos de ver aprendizajes tácticos comenzar solo en las etapas superiores de la formación. La formación táctica debe comenzar desde la primaria y proseguir sin interrupción adaptándose a la edad de los alumnos* (Mahlo, F., 1974:18).

Estos criterios de Mahlo nos permite sustentar la concepción que se persigue en el modelo basada en dos importantes aspectos; el primero, la necesidad de estructurar el proceso de preparación de tal manera que el desarrollo táctico no surja como consecuencia de la espontaneidad, y el segundo, la posibilidad de comenzar el desarrollo táctico desde los primeros pasos en el aprendizaje según las posibilidades de los alumnos.

En el modelo propuesto se trabaja para cumplir los postulados enunciados por Mahlo en estas definiciones. En la formación de la habilidad deportiva la acción táctica aparece sistemáticamente en el proceso en la misma medida en que se avanza en el dominio de las operaciones o pasos metodológicos de la acción que se aprende.

De ahí que concordamos con los criterios de los especialistas Forteza, A y Ranzola, A.(1986), quienes en su texto “Bases metodológicas del entrenamiento deportivo” plantean que... *la práctica deportiva exige que la preparación técnica y la táctica se presenten como una unidad de preparación y tienen los objetivos siguientes:*

- *Desarrollar y perfeccionar los hábitos motores necesarios al deporte elegido.*
- *Asimilar nuevas y más complejas acciones motrices.*
- *Especializar al deportista en los ejercicios competitivos del deporte.* (Forteza, A., Ranzola, A., 1988:15-16).

De igual manera, Barrios y Ranzola (1998), reconocen la existencia de un aprendizaje técnico-táctico y citan que... *para que los alumnos puedan transitar por el proceso de adquisición de las acciones motrices o fundamentos técnicos del deporte, es preciso organizarlo metodológicamente, teniendo en cuenta las regularidades fisiológicas, psicológicas y pedagógicas* (Barrios, R. y Ranzola, A., 1995:67).

#### d) La actividad cognitiva y su manifestación en el modelo propuesto

Hemos podido determinar a través de los estudios y valoraciones realizadas, que el proceso de preparación técnico-táctica tiene su base psicológica en los procesos psíquicos que actuando en una relación de conjunto permiten alcanzar el desarrollo del conocimiento. Para lograr el complejo de acciones que caracterizan la actividad deportiva, las sensaciones, percepciones, memoria, atención, pensamiento y el lenguaje juegan un papel determinante. En tal sentido Leontiev (1981), realiza un estudio que nos permite profundizar en el tema. Sus planteamientos acerca de la psicología de los procesos cognoscitivos se basan en la doctrina marxista acerca de la naturaleza de la conciencia la que plantea la teoría general de la psiquis humana y encuentra la solución teórica de grandes problemas, tales como el problema de la percepción y del pensamiento. Según González, F. y Mitjan, A. (1999), existe una gran relación entre lo cognitivo y lo afectivo. El subsistema afectivo-motivacional explica el por qué y para qué de la conducta incluye los motivos, intereses, necesidades, convicciones, emociones, afectos, pasiones, sentimientos. El subsistema cognitivo-instrumental explica como actúa la personalidad, incluye lo sensorio-perceptual, memoria, pensamiento, imaginación. En lo instrumental están los hábitos y las habilidades. La unidad entre lo cognitivo y lo afectivo garantiza que el conocimiento sea imperecedero.

El hecho de defender un ataque del contrario desde una posición en la defensa constituye una acción propia del voleibolista que está caracterizada por:

- † Los motivos, intereses, necesidades y convicciones del jugador de levantar esa pelota dirigiéndola a su pasador en aras de brindar su contribución personal al triunfo colectivo del equipo.

- t Las percepciones espacio-temporales relacionadas con la ubicación en el terreno y la posición de los compañeros, en el contacto con la bola o la superficie de la instalación y las sensaciones auditivas, músculo motoras, de equilibrio.
- t Las propiedades de la atención cuando el jugador logra orientar y concentrar su actividad psíquica en los objetos que toman parte de la acción.
- t La influencia de la memoria y del pensamiento operativo en la percepción, análisis de la situación y la toma de decisiones.
- t El empleo del lenguaje que le permite entre otras cosas, comunicarse con sus compañeros para señalar las intenciones del atacante contrario lo que está altamente relacionado por la función que el pensamiento le ha permitido definir.

Existe una gran relación entre los diferentes procesos psíquicos del hombre, gracias a la participación de uno de los principios rectores de la metodología psicológica: la Interfuncionalidad, *la que sucede en el marco de las relaciones intrapsíquicas a nivel de la regulación del comportamiento del organismo* (Kováč, D., 1987:57). En nuestro caso, el papel de la interfuncionalidad entre los procesos ya explicados contribuye decisivamente con la formación del hábito, la habilidad y la destreza deportiva, donde la participación del pensamiento operativo logrado en el proceso de formación constituye el hilo conductor que entrelaza, en la ejecución, el componente técnico del movimiento con la táctica para crear la habilidad técnico-táctica. En este contexto es imposible separar las acciones técnicas que realiza el jugador de su actuación provocada en la esfera del pensamiento y sustentadas en la participación de los procesos cognoscitivos que crearon las bases para tales decisiones.

- e) Los fundamentos metodológicos del modelo de preparación técnico-táctica propuesto. El juego como actividad, sus acciones y operaciones

El juego de voleibol es una actividad propia del ser humano y está estimulada por las necesidades y motivaciones del mismo. Leontiev en su libro “La actividad en la psicología” (1979), nos dice *que la actividad orienta al sujeto en el mundo de los objetos, que no es una reacción ni un conjunto de reacciones sino un sistema que tiene su estructura, sus transiciones y conversiones internas, su desarrollo* (Leontiev, A.N., 1981:80-100). De su libro “Actividad Conciencia y

Personalidad” (1981), hacemos una importante reflexión que nos permite interpretar con claridad la representatividad de la actividad en nuestro medio deportivo como proceso pedagógico.

Jugar al voleibol como actividad requiere del dominio de un sistema de acciones que están representadas por las habilidades propias del juego; sacar, pasar atacar, etc. La satisfacción de esta necesidad lleva consigo la representación y transformación de esa realidad, para lograrlo el sujeto se vale de las acciones. Cuando el jugador participa en el entrenamiento o el juego satisface sus necesidades y al mismo tiempo transforma la realidad a través del incremento y perfeccionamiento constante de la riqueza de sus movimientos. Las habilidades a que nos referimos son los procesos que relacionan al sujeto con la actividad que pueden ser de tipo individual o grupal con su propio ser, los objetos, el entorno y los demás sujetos, que tienen una intencionalidad y están dirigidas al cumplimiento de los objetivos de la actividad. En las acciones de esta actividad se desarrollan las experiencias de los jugadores, unido a la formación y al desarrollo de los conocimientos, los hábitos y las habilidades, se crean convicciones, valores e intereses.

Las acciones se caracterizan por las condiciones de realización y por las operaciones. Las condiciones de realización son el conjunto de variables internas y externas que modifican el empleo de las operaciones. En nuestro caso, estas condiciones generalmente son variables. Las operaciones son los métodos o vías empleadas en la acción, son el resultado de la inclusión de una acción inicial en otra más general en calidad de método o medio para su realización.

Al solucionar una tarea concreta en diferentes condiciones se emplean operaciones diversas. Una tarea en el entrenamiento puede ser la ejecución del remate contra un bloqueo. En esta tarea la acción de atacar se refiere a un sistema de operaciones mentales y motrices que garantizan el logro del objetivo que puede ser mediato, referente a una etapa, mientras que las operaciones pueden ser orientadas a la percepción del tiempo y el espacio con relación a la altura dirección y velocidad del pase, a la percepción de la bola durante el golpeo, a la observación del bloqueo contrario y la relación con la net, a la sincronización del desplazamiento de entrada en la net, a la selección adecuada de la técnica para golpear el balón, etc. Esto se logra por medio de determinados ejercicios elaborados al efecto y que representan, en la mayoría de los casos, objetivos inmediatos a cumplir en las sesiones de entrenamiento. Las condiciones para su solución serán estándares o variables en dependencia de los objetivos propuestos.

El entrenamiento concebido a través de la utilización de las acciones y operaciones con el empleo combinado de los métodos estándar y variable constituye la base metodológica para la preparación técnico-táctica de nuestra propuesta.

La Dra. Fung, T. (1999), expone en su obra “La habilidad deportiva: su desarrollo” las etapas de asimilación de las habilidades las cuales no entran en contradicción con las denominaciones realizadas por otros especialistas, coincidimos con sus criterios, cuando manifiesta una teoría esclarecedora en la explicación metodológica que realiza, fundamentándose, a nuestro juicio, en la teoría de la actividad de Leontiev principalmente en relación con las acciones y operaciones en el proceso de asimilación. De la misma manera reconoce la presencia de habilidades tácticas, ya a partir de la primera etapa la cual denomina global. (Fung, T., 1999:13).

f) El modelo psicológico de aprendizaje aplicado en la propuesta

Las teorías expuestas por Vigotski y sus continuadores en el enfoque Histórico Cultural sirven de base para fundamentar los elementos esenciales de nuestra propuesta tomando en consideración la concepción dialéctico materialista sobre la que se basa, así como su expresión más abarcadora y actualizada.

Vigotski formula un conjunto de tesis sobre el desarrollo ontogénico histórico-social del hombre aplicando la filosofía marxista a la psicología.

Su concepción materialista de la psiquis la considera como una propiedad del hombre como ser, materia, que tiene un cerebro, pero a la vez como un producto social, resultado del desarrollo histórico de la humanidad. Vigotski no formula una teoría de la enseñanza, pero si sienta las bases teórico-metodológicas que permiten su posterior elaboración por sus continuadores. Considera que a la enseñanza corresponde el papel rector en el desarrollo psíquico del niño, que esta es la fuente del desarrollo, que precede y conduce el mismo. La esencia de su tesis expresa que... *la enseñanza no necesita esperar a que el estudiante haya alcanzado determinado nivel de desarrollo para que pueda aprender algo, lo importante es precisar si en el sujeto existen las posibilidades para este aprendizaje* (González, O. s/f:33).

El concepto de zona de desarrollo próximo creado por Vigotski resulta de indudable valor metodológico para la enseñanza. El mismo señala que... *existe una diferencia entre lo que el niño*

*es capaz de realizar por sí sólo y lo que puede efectuar con la ayuda de los adultos o de otros compañeros, y definió como zona de desarrollo próximo la distancia entre el nivel real de desarrollo y el nivel de desarrollo potencial determinado a través de la resolución de un problema bajo la guía de un adulto o en colaboración con otro compañero más capaz* (González, O. s/f: 34). Esta teoría sustenta nuestra propuesta en lo referente a que con la ayuda del entrenador o de otros compañeros las potencialidades del niño serán más desarrolladas en el proceso. Destaca Vigotski que... *la enseñanza por tanto no debe estar orientada hacia aquellas funciones que ya han madurado, hacia ciclos concluidos del desarrollo, sino por el contrario debe dirigirse a las funciones que están en proceso de maduración, esto permitirá un buen aprendizaje, una enseñanza desarrolladora* (González, O., s/f:34). El modelo propuesto se dirige continuamente al aprendizaje de nuevos hábitos y habilidades en la misma medida que el joven jugador demuestre sus potencialidades, por lo que demostramos plena coincidencia con las ideas expresadas por Vigotski en este planteamiento.

Entre los discípulos y seguidores de la obra iniciada por Vigotski, se destaca la figura de A. N. Leontiev, del mismo es importante destacar sus ideas acerca de la teoría de la actividad y su concepción del aprendizaje, lo cual tiene un importante valor en nuestra propuesta.

Entre otros representantes de la escuela histórico cultural se destaca la figura de P.Y. Galperin, quien desarrolla el principio planteado por Leontiev acerca del papel primario que tienen las acciones externas en el surgimiento y formación de las acciones internas mentales.

Toda acción comprende tres componentes orientador, ejecutor y de control. Para Galperin el componente orientador es el fundamental considerándolo como el mecanismo psicológico de formación de la acción, la instancia directora de la cual depende la calidad de la ejecución. El segundo componente es la ejecución real de la acción por el sujeto, estando presente en él también el elemento de control.

Otro destacado psicólogo dedicado a las teorías del aprendizaje fue V.V. Davidov quien realizó un análisis crítico valorativo de la enseñanza tradicional llegando a la conclusión de que la forma en que esta se estructura, no posibilita un buen desarrollo psíquico del niño, ya que se organiza a partir de los principios de la lógica formal y la introducción de conocimientos particulares que no permiten la formación de un pensamiento teórico sino empírico. Considera que ya desde la edad

escolar, existen en el niño posibilidades para la formación de las bases del pensamiento teórico, y que esto dependerá del tipo de contenido y el método de enseñanza con que se realice.

Para desarrollar este tipo de pensamiento teórico, es necesario por tanto, estructurar el contenido de la enseñanza, de manera que se asimilen generalizaciones teóricas utilizando el método de la ascensión de lo abstracto a lo concreto pensado, es decir, partir de unidades básicas que posibiliten comprender el origen del objeto de estudio y las leyes de su desarrollo.

Tomando en consideración las características del voleibol contemporáneo, el modelo predominante en el entrenamiento del joven voleibolista y los fundamentos que deben caracterizar el proceso de preparación técnico-táctica propuesto exponemos a manera de conclusiones parciales de este capítulo las bases teórico-prácticas que se manifiestan en el modelo didáctico propuesto.

#### 1.5 Bases teórico-prácticas que sustentan el Modelo Didáctico Alternativo para la preparación técnico-táctica del joven voleibolista

Hoy en día el empleo de modelos para determinar el camino dialéctico del conocimiento lógico de ascenso de lo abstracto a lo concreto se ha convertido en una solución que contribuye con la operatividad del estudio de los fenómenos. El modelo constituye un método de investigación científica y un estilo de pensamiento. La modelación, es... *el proceso mediante el cual creamos modelos con vista a investigar la realidad*, (Guardo, M.E., 1998:60) citando a G. Pérez e I. Nocado.

El modelo propuesto es de tipo didáctico porque da respuesta a las necesidades del proceso de preparación técnico-táctica como *un proceso de enseñanza – aprendizaje, sistémico, organizado y eficiente el cual se ejecuta sobre fundamentos teóricos y por profesional especializado* (Alvarez, C., 1999:14). En nuestro caso este proceso responde a las características particulares de la preparación del voleibolista.

Platonov (1988), destaca, según Kuznetsov, Novikov y Shustin, *que ante la imposibilidad de agrupar todos los factores que entran en la estructura de la preparación del deportista, en un modelo único se debe proponer el uso de modelos parciales*. (Platonov, V.N., 1988). El modelo didáctico que proponemos reúne las condiciones de los modelos parciales ya que establece la

estructura del proceso y el empleo de los principales componentes de la preparación técnico-táctica que se enmarca en un periodo de tiempo, preferiblemente en un macrociclo de entrenamiento.

A su vez es un modelo de tipo teórico pues según M. E. Guardo, (1998), el mismo utiliza símbolos para designar las propiedades del sistema real que se desea estudiar y tiene la capacidad de representar las características y relaciones fundamentales del fenómeno (Guardo, M.E., 1998:60).

Las bases a las cuales hacemos referencias son las siguientes:

- t Se trabajará por desarrollar un nivel adecuado de los conocimientos teóricos, las capacidades condicionales y coordinativas, generales y especiales para garantizar el cumplimiento de las tareas del entrenamiento y el juego a tono con las reglas de juego imperantes.
- t El modelo didáctico para la preparación técnico-táctica propuesto debe aplicarse ineludiblemente dentro de un concepto de proceso pedagógico donde se produce la transmisión y asimilación de la técnica y la táctica deportiva en una unidad dialéctica de manera que el jugador logre de forma efectiva la solución de las tareas motrices en el juego en correspondencia con las características del voleibol contemporáneo, según el concepto anteriormente adoptado.
- t La calidad de las acciones formadas, se realizará a partir de las estructuras metodológicas que permitan proyectar a largo, mediano y corto plazo, los componentes del modelo, tomando en consideración el empleo del mesociclo para la proyección, ejecución y control.
- ◆ Hay que dirigir el proceso de aprendizaje seleccionando las acciones y operaciones necesarias y organizar su ejecución en un contexto de un entrenamiento activo orientado a la creatividad de los jugadores.
- t La participación consciente de los jugadores se garantiza por la orientación constante de los mismos en las tareas del entrenamiento resaltando las indicaciones necesarias que permitan sus motivaciones al aprendizaje y la identificación con las intenciones técnico-tácticas del ejercicio.



- ◆ Se trabajará para que la relación entre el jugador y la ejecución de las tareas del entrenamiento le permitan llevar a cabo una serie de acciones de respuestas. Los estímulos colocados en forma de situaciones problemáticas a través del método variable fomentan este desarrollo.
- t Se dirige el entrenamiento bajo la concepción de zona de desarrollo próximo de Vigotski.
- t Las características del control y evaluación deben ser previstas de manera sistemática lo que permitirá la autorregulación del proceso por el propio sujeto y una importante vía de retroalimentación para analizar, evaluar y corregir los éxitos o deficiencias en el cumplimiento de las tareas
- t La maestría y conocimientos del entrenador constituyen aspectos determinantes en el éxito del trabajo, por lo que se requiere de un adecuado nivel de creatividad para las tareas del entrenamiento y la toma de decisiones precisas e inteligentes.

Sobre la base de los fundamentos teóricos y las experiencias prácticas enunciadas para el proceso de preparación técnico-táctica de los voleibolistas, hemos elaborado el modelo didáctico que se expone en el siguiente capítulo.

## CAPITULO 2. EL MODELO DIDÁCTICO, SU PLANIFICACIÓN Y APLICACIÓN PRÁCTICA PARA LA CONDUCCIÓN DE LA PREPARACIÓN TÉCNICO-TÁCTICA DE LOS JÓVENES VOLEIBOLISTAS

### 2.1 La planificación de la preparación técnico-táctica

*La planificación del entrenamiento constituye toda la concepción teórica de un proyecto mental sustentado en las bases que rigen los principios de la pedagogía general, los principios metodológicos de la educación física y los principios fundamentales del entrenamiento deportivo así como las reglas de la periodización, el empleo adecuado de los medios y métodos, etc (Vargas, R., 1998:165).*

Desde el punto de vista técnico-táctico se proyectan los objetivos y se organizan, dentro de las estructuras cíclicas del plan de entrenamiento o programa de enseñanza, los componentes de la preparación sustentados en los principios de la pedagogía general, los principios metodológicos de la educación física y los principios fundamentales del entrenamiento deportivo. Entre estos componentes encontramos los objetivos, los contenidos, los medios, métodos, el control y la evaluación.

### 2.2 El modelo didáctico para la conducción del proceso de preparación técnico-táctica de los jóvenes voleibolistas.

La propuesta del modelo didáctico se presenta en dos partes, una estructura básica (figura 3), la que refleja el proceso en su totalidad y una estructura específica (figura 4), la cual ilustra las tareas medulares para el trabajo de entrenamiento a nivel del mesociclo. El modelo está considerado como una alternativa más para ser empleada por los entrenadores preferiblemente en los niveles de base del alto rendimiento.

Su estructura básica está constituida por dos elementos fundamentales: los componentes y el sistema de organización metodológica. Los componentes son las partes integrantes del proceso de preparación técnico-táctica, caracterizado por la unidad dialéctica entre la actividad de dirección del entrenador, la de aprendizaje de los jugadores, y el voleibol.

El sistema de organización metodológica es la estructura organizativa y activa del proceso, brinda la posibilidad de poner en función cada uno de los componentes a partir de la derivación de los objetivos desde el macrociclo hasta la unidad de entrenamiento.

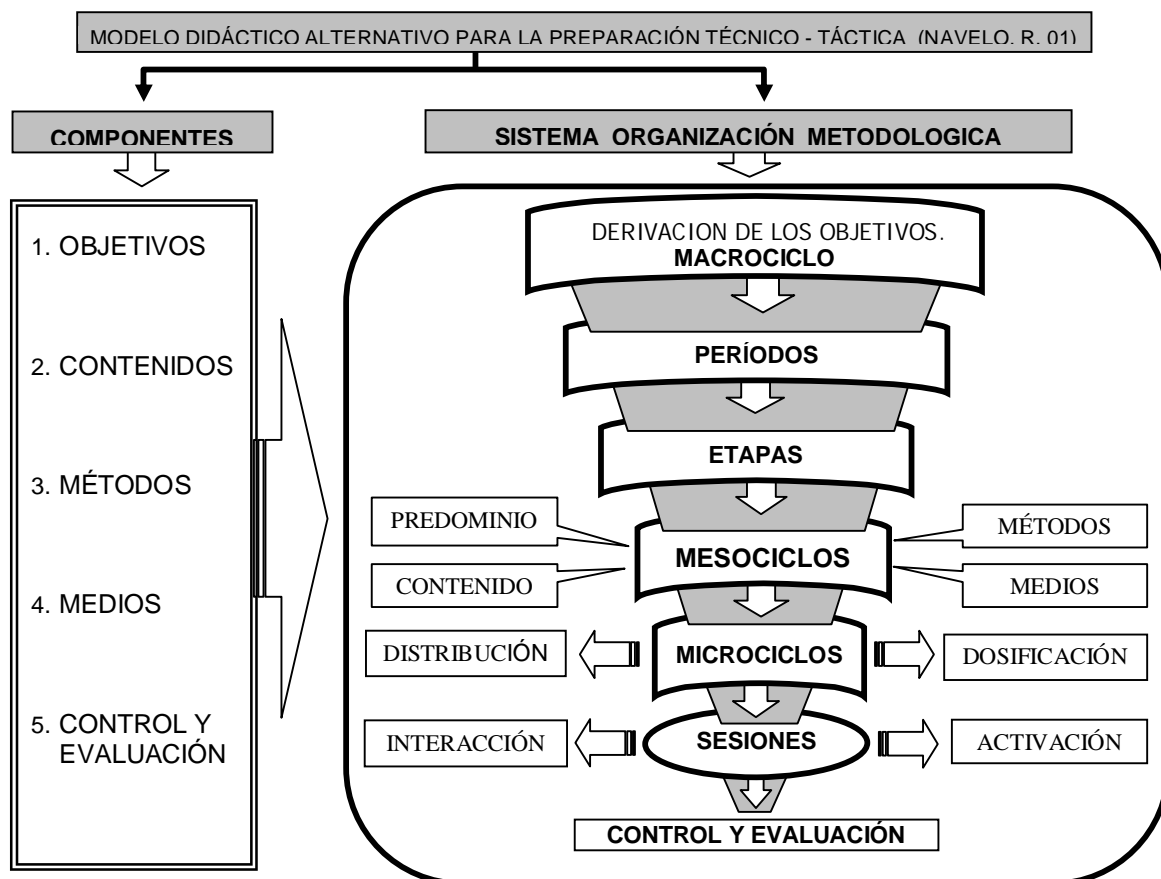


Figura . 3. Estructura básica del Modelo Didáctico Alternativo.

La estructura específica (figura 4), amplía las tareas que se realizan en el ámbito del mesociclo que constituye la unidad estructural más importante del modelo, aborda la derivación de los objetivos, el predominio de las acciones, el tratamiento de los contenidos, los medios, los métodos y el control y la evaluación. Al desarrollarse en un período de tiempo que abarca entre 4 a 6 semanas permite, por una parte, una proyección más abarcadora de la labor metodológica y por otra posibilita la observación y evaluación de los cambios o modificaciones del entrenamiento en un período de tiempo que garantiza tanto la realización de correcciones como la proyección de nuevas metas en el trabajo. Posteriormente, en el microciclo se realiza la distribución y dosificación del trabajo, para llegar finalmente a la sesión de entrenamiento donde

se materializa el cumplimiento de los objetivos la activación de los contenidos, métodos y medios y la interacción del proceso entre el entrenador y los jugadores y los propios jugadores entre sí.

ESTRUCTURA ESPECIFICA DEL MODELO DIDÁCTICO EN EL MESOCICLO

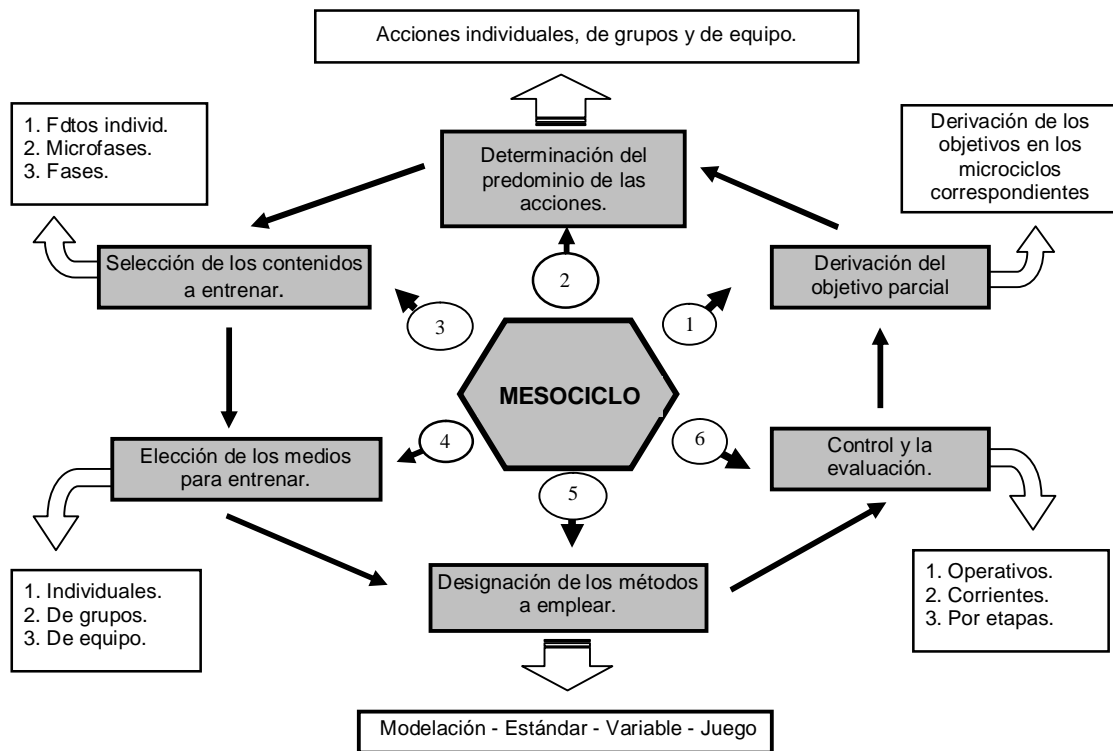


Figura. 4. Estructura específica del Modelo Didáctico a nivel de Mesociclo.

2.3. Los componentes de la preparación técnico-táctica del modelo.

En el proceso de preparación técnico-táctica se van a resolver numerosas tareas, principalmente, la formación de la habilidad técnico - táctica. Cualquier alternativa que se emplee para desarrollar el proceso se debe realizar en esa dirección y con el empleo de los siguientes componentes:

- 2.3.1 Los objetivos en el trabajo de entrenamiento.
- 2.3.2 Selección adecuada de los contenidos del entrenamiento.
- 2.3.3 Determinación de los medios y sus formas de aplicación.
- 2.3.4 La selección de los métodos y la metodología.
- 2.3.5 El control y la evaluación.

A continuación pasaremos a explicar el tratamiento de cada uno de los componentes.

### 2.3.1 Los objetivos en el trabajo de entrenamiento

En la enseñanza los objetivos manifiestan un carácter rector, de ahí que, *los componentes fundamentales del proceso de enseñanza están determinados por los objetivos* (Labarrere, G. y Valdivia, G., 1991:75).

El objetivo determina un fin (meta o propósito), cuya función es la de lograr transformaciones graduales en el sistema de conocimientos, hábitos y habilidades que poseen los jugadores, así como en sus actitudes, convicciones, sentimientos, ideales y valores. El objetivo depende de los problemas, una vez establecido, se convierte en rector del proceso, como elemento esencial que es. *La actividad dialéctica de los objetivos se manifiesta en que una vez establecidos los objetivos, a partir de los problemas, son estos los que determinan qué otros problemas seleccionar para resolver.* (Alvarez, C., 1999:54).

Es conocido que aún persiste un número de dificultades por las que profesores y entrenadores continuamos atravesando cuando damos tratamiento a los objetivos. Los de voleibol no estamos exentos de tal problemática. Si con anterioridad hemos tratado el término “improvisación”, una de las principales causas de esta insuficiencia está relacionada con el trabajo de los objetivos. Algunos invierten las funciones, planifican primero y declaran los objetivos después. Al respecto, Carlos Alvarez (1999), señala que: *Ignorar el problema como categoría pedagógica es hacer escolástico el proceso. Ignorar el objetivo, es hacer anárquico, superficial e ineficiente el proceso* (Alvarez, C., 1999:54).

Las cualidades fundamentales de los objetivos son las siguientes:

- El objetivo manifiesta las exigencias que la sociedad le plantea a la educación y, por ende, a la nueva generación.
- Al objetivo le corresponde la función de orientar el proceso docente con vista a la transformación de los estudiantes hasta lograr la imagen del hombre que se aspira.
- La determinación y realización de los objetivos de forma planificada y a todos los niveles es una condición esencial para que la enseñanza tenga éxito.

- De los objetivos se infieren el resto de los componentes del proceso docente, pero a su vez, todos ellos se interrelacionan mutuamente influyendo sobre los objetivos.

F Caracterización de los objetivos en el modelo propuesto.

Los objetivos van a estar caracterizados por un grupo de importantes factores, en el modelo propuesto estos factores desempeñan funciones particulares:

- a) Su función pedagógica.
- b) El grado de generalidad.
- c) El nivel de asimilación.
- d) El nivel de profundidad de los contenidos.
- e) El grado de participación.

a) La función pedagógica de los objetivos.

Comprende dos aspectos importantes: el aspecto instructivo y el educativo, que se desarrolla en el contexto de proceso docente-educativo planteado por Carlos Alvarez (1999). Es conocido que la instrucción se refiere a la asimilación de conocimientos, hábitos y habilidades. Mientras que la educación está dirigida a la formación de la concepción científica del mundo, las características de la personalidad, la moral, los valores, etc. Tanto el aspecto instructivo como el educativo son complementarios, integrales, quiere decir que son indisolubles. Nuestra intención en la propuesta coincide con estos propósitos.

La parte instructiva de los objetivos que se orientan en la propuesta se debe concebir expresando la unidad dialéctica entre lo técnico y lo táctico lo que llega principalmente a través de la adquisición de nuevos conocimientos en el aprendizaje de los fundamentos propios del juego y sus variantes técnico-tácticas orientadas con la participación de los contenidos, medios y métodos al logro de las tareas, ese proceso que responde a un objetivo de carácter instructivo es inseparable a la formación de la personalidad, los valores y del desarrollo de las cualidades morales y volitivas del jugador.

Lo educativo se desarrolla, entre otros aspectos, por medio de la exigencia en el cumplimiento de los objetivos donde el control juega un importante papel, a través del rigor en el trabajo, las adecuadas relaciones interpersonales que se dan en los ejercicios. Las formas y expresiones que

emplea el entrenador en ese propio espacio de tiempo, complementan de manera integral la formación multilateral de los jugadores que debe realizarse con un propósito consciente e intencionado de los entrenadores. Problemas detectados en el propio proceso de formación de los jugadores pueden llevar consigo la necesidad de modificar o restablecer los objetivos para enfrentar nuevos empeños.

b) El grado de generalidad.

En este sentido los objetivos se subdividen en:

1. Generales.
2. Parciales.
3. Específicos.

Los objetivos generales que exponemos en el modelo tienen una proyección dirigida para “jugar voleibol” en el macrociclo y los períodos de entrenamiento por ello se refieren a elementos que tienen un nivel de contenido más abarcador en las acciones de equipo, donde se determine como aspectos esenciales, el nivel de juego a alcanzar, las habilidades técnico-tácticas a dominar, y los sistemas tácticos ofensivos y defensivos, entre otros.

Los objetivos parciales van dirigidos a las estructuras intermedias de los planes de entrenamientos, nos referimos a las etapas, mesociclos y microciclos, sus contenidos cumplen tareas parciales también para “jugar” que pueden ser alcanzados, preferiblemente, por medio de las acciones de equipo y de grupos y se derivan en acciones más simples que están relacionadas con las tareas de los objetivos generales en la estructura del macrociclo y los períodos.

Los objetivos específicos se enmarcan en la unidad de entrenamiento y su principal relación va a estar orientada a las habilidades específicas del voleibolista modeladas para el juego que pueden desarrollarse en las acciones de grupo e individuales sin excluir las tareas de equipo, se tomarán en consideración las acciones y operaciones más simples a los propósitos que la anteceden y que son propias para lograrlas en la sesión de entrenamiento tomando en consideración la unidad técnico –táctica en su concepción.

c) El nivel de asimilación.

El *nivel de asimilación* significa el nivel de dominio que deberá tener el jugador del contenido. Este nivel se puede *clasificar* en reproductivo o productivo. El reproductivo es aquel nivel de asimilación que exige que el jugador sea capaz de repetir el contenido que se le ha enseñado, se refiere generalmente a la demostración del gesto técnico de la acción que se aprende y sus variantes caracterizada por su ejecución en condiciones estándar, es una forma de evaluar la calidad de la formación del hábito motor y puede ser en forma declarativa o resolviendo problemas iguales o muy similares a los ya resueltos.

El productivo es aquel nivel de asimilación que exige que el jugador sea capaz de aplicar, en situaciones nuevas, los contenidos que aprende que deben estar caracterizados por más de una variante de ejecución de manera que le permita resolver problemas en condiciones variables y que exige que él conciba el modo de su solución, es el nivel que caracteriza la propuesta. Es una manifestación de la habilidad alcanzada por el jugador en la solución de las tareas del entrenamiento y del juego. De tal forma, cuando el jugador resuelve, estamos ante un nivel productivo.

El nivel más alto de lo productivo es lo creativo. En este nivel creativo el jugador demuestra aportes cualitativamente novedosos en las acciones del entrenamiento y del juego, lo logra cuando ha sido capaz de dominar un elevado arsenal de variantes técnicas que le permiten crear nuevas condiciones para salir victorioso durante el enfrentamiento con sus oponentes. El jugador manifiesta el nivel de destreza deportiva.

La barrera entre lo productivo y lo creativo no es absoluta y está en dependencia del nivel de exigencia que el nuevo problema ejerza sobre el jugador y de las tensiones que genera su solución. El modelo exige trabajar para cumplir los requerimientos del voleibol contemporáneo, de ahí que, como regularidad, debe tender a lo productivo y lo creativo.

d) El nivel de profundidad de los contenidos

El nivel de profundidad, se refiere al grado de esencia del contenido a asimilar. Es el nivel de profundidad lo que puede caracterizar a un mismo contenido cuando se desarrolla en las distintas categorías: principiantes, intermedias o juveniles.



Para alcanzar una adecuada familiarización con el trabajo en los objetivos es importante determinar el nivel de profundidad que requieren, lo que permitirá identificarlos y derivarlos de una manera más fácil. Cada uno de estos contenidos va a depender del nivel y las categorías con que se trabaje, por ejemplo: “Dominar los fundamentos del Complejo I...” en una categoría de principiante puede ser catalogado como un objetivo de carácter general, sin embargo, en una categoría intermedia el mismo no pasa de ser un objetivo parcial.

En el caso de los objetivos específicos por ejemplo, Pasar..., Sacar..., Rematar..., Bloquear..., etc. para el voleibolista constituye una habilidad primaria, sin embargo la misma se diferencia en dependencia del nivel o la categoría donde se trabaje, la acción de “Pasar” para un principiante requiere de un grupo de operaciones básicas las cuales pueden constituir varios objetivos específicos. Para un voleibolista de nivel intermedio será simplemente “Pasar” con determinada condición. Pero para un juvenil o adulto “Pasar” va implícito o formando parte de otras acciones ofensivas o defensivas que estarán dadas en una combinación, un sistema, etc. De ahí que, determinar el objetivo necesite del análisis lógico-metodológico particular. A continuación, en la tabla uno podemos ver un ejemplo de cómo un objetivo específico se modifica en dependencia de la categoría en que se desarrolle.

| Habilidad   | CATEGORÍAS  |  |   |
|-------------|---|--|---|
|             | PRINCIPIANTES   | INTERMEDIAS  | JUVENILES   |
| 1. Sacar... | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Colocarse...</li> <li>• Lanzar el balón...</li> <li>• Coordinar el movimiento...</li> <li>• Golpear el balón...</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sacar con determinada eficiencia...</li> <li>• Sacar hacia un lugar determinado de poca complejidad...</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sacar hacia un lugar determinado de alta dificultad.</li> <li>• Sacar en condiciones de juego con determinada eficiencia.</li> </ul> |
| 2. Pasar... | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Colocarse...</li> <li>• Colocar las manos...</li> <li>• Coordinar los movimientos de brazos y piernas...</li> </ul>        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasar de frente hacia la zona...</li> <li>• Pasar para la combinación...</li> </ul>                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Perfeccionar la combinación sobre pases...</li> </ul>  |

Tabla 1. Modificaciones del objetivo en dependencia de la categoría en que se trabaje.

e) El grado de participación.

Una particularidad que se recomienda para el empleo de los objetivos en la propuesta son las referentes al grado de participación de los jugadores en el cumplimiento de sus propósitos, de ahí que en el Voleibol encontramos objetivos con carácter individual y con carácter colectivo.

Los objetivos con carácter individual son aquellos donde todos los jugadores están en la obligación de trabajar en un fundamento en particular, por ejemplo *Rematar desde la 4 hacia el sector diagonal del terreno...* o *Pasar de frente desde la posición 3 hacia la 4...* como se ve su intención va dirigida a todos los jugadores con un carácter individual del trabajo, los mismos tienen una marcada influencia en el trabajo con las categorías principiantes en los inicios o a mediados del macrociclo de entrenamiento y en algunos casos con las categorías intermedias en los primeros momentos de la preparación. No recomendamos el uso excesivo de este tipo de objetivo porque puede influir negativamente en el desarrollo de las responsabilidades colectivas del equipo.

Los objetivos con carácter colectivo tienen un sentido más abarcador, grupos de jugadores o todos los jugadores participan en un objetivo común por ejemplo:

- *“Ejecutar el complejo I con pase desde la posición 3-2 en condiciones estándar”*
- *“Perfeccionar las acciones en el contraataque para la combinación 32 en condiciones variables”*

Esta característica expresada en los ejemplos brinda un sentido colectivo al entrenamiento, todos los jugadores independientemente de la tarea que realizan en el ejercicio se sienten responsables de cumplir sus obligaciones individuales en beneficio del éxito colectivo, tanto el que Recibe, el que Pasa como el que Ataca o Asegura se siente participe de la “Ejecución del Complejo I” o del “Perfeccionamiento de las acciones del contraataque”.

#### f) El nivel de sistematicidad

El proceso de preparación técnico-táctica en la propuesta se clasifica como un sistema en correspondencia con el grado de complejidad que se evidencian en cada una de sus estructuras y categorías. En este caso nos referimos, a los propósitos en el microciclo, mesociclo, la etapa y el período que en un sistema conforman los objetivos generales para la formación del jugador y el

equipo e incluso, el tránsito por las diferentes categorías. Cada uno de estos niveles posee sus propios objetivos. Cuando se asciende de un nivel a otro más complejo es consecuencia de la integración de un conjunto de niveles subordinados, es decir, el sistema en el mesociclo incluye todo un conjunto de tareas en los microciclos, y en la etapa un conjunto de tareas en los mesociclos.

¶ Por último destacamos los requisitos más importantes para la elaboración del objetivo

Somos del criterio de que la elaboración de los objetivos se debe realizar sobre la base de las condiciones más simple posibles. El objetivo debe cumplir los siguientes requisitos:

- Expresado en forma de habilidad.
- Manifiestar el contenido principal que trata.
- Caracterizar las condiciones en que se ejecuta.
- Determinar el tiempo en que se cumple.

Para alcanzar una alta efectividad estos requisitos deberán estar sujetos a las siguientes recomendaciones:

- Preciso: No se utilizarán términos que no guarden relación con lo deseado.
- Lógico: Forma parte de un sistema organizado lógicamente y metodológicamente.
- Concreto: Definición sintética del propósito a lograr.
- Factible: El objetivo debe ser realizable en el tiempo, nivel, lugar y con los medios y métodos disponibles.
- Evaluable: Las habilidades o acciones que se realizan deben ser observables y evaluables de tal forma que el entrenador pueda determinar su grado de cumplimiento.

Seguidamente, expresamos algunos ejemplos donde se manifiestan estos requisitos lo cual no pretende establecer patrones, sino dar ideas para desarrollar las iniciativas.

| REQUISITOS  | EJEMPLO  |
|---|--|
|   | Los jugadores deben ser capaces de:  |
| 1. Debe ser expresado en forma de habilidad.  | Jugar...   |
| 2. Manifiestar el contenido principal que trata.  | con un sistema 6 - 6 con el “6 delante” en la defensa y 5 jugadores al recibo... |
| 3. Caracterizar las condiciones en que se cumple.   | con un juego simple y estable en el complejo I...                                |
| 4. Determinar el tiempo en que se cumple.   | para participar en los XXV Juegos provinciales.                                  |
| Enunciado final: “Jugar con un sistema 6 – 6 con el “6 delante” en la defensa del campo y 5 jugadores al recibo con un juego simple y estable en el complejo I para participar en los XXV Juegos Provinciales”. |  |

Tabla 2. Ejemplo de objetivos generales para las categorías principiantes.

| REQUISITOS   | EJEMPLO  |
|--|--|
|  | Los jugadores deben ser capaces de:                      |
| 1. Debe ser expresado en forma de habilidad.   | Ejecutar...  |
| 2. Manifiestar el contenido principal que trata.   | los fundamentos del complejo I y el saque...             |
| 3. Caracterizar las condiciones en que se cumple.  | de manera semipulida en condiciones de grupos simples... |
| 4. Determinar el tiempo en que se cumple.  | al concluir la etapa de Preparación General.             |
| Enunciado final: “Ejecutar los fundamentos del complejo I y el saque de manera semipulida en condiciones de grupos simples al concluir la etapa de preparación general”. |  |

Tabla 3. Ejemplo de objetivos parciales en la Etapa de Preparación General para las categorías principiantes.

| REQUISITOS   | EJEMPLO   |
|--|---|
|  | Los jugadores deben ser capaces de:                                     |
| 1. Debe ser expresado en forma de habilidad.   | Ejecutar...   |
| 2. Manifiestar el contenido principal que trata.   | el saque, la recepción y el pase...                                     |
| 3. Caracterizar las condiciones en que se cumple.  | de manera semipulida en condiciones individuales y de grupos simples... |
| 4. Determinar el tiempo en que se cumple.  | al concluir el Mesociclo II.  |
| Enunciado final: “Ejecutar el saque, la recepción y el pase de manera semipulida en condiciones individuales y de grupos simples al concluir el Mesociclo II”. |   |

Tabla 4. Ejemplo de objetivos parciales en el Mesociclo No. II de la Etapa de Preparación General para las categorías principiantes.

| REQUISITOS   | EJEMPLOS  |
|--|---|
|  | Los jugadores deben ser capaces de:                                 |
| 1. Debe ser expresado en forma de habilidad.   | Recibir...  |
| 2. Manifiestar el contenido principal que trata.   | a la posición 3 y el pase de frente...                              |
| 3. Caracterizar las condiciones en que se cumple.  | de manera gruesa en condiciones individuales y de grupos simples... |
| 4. Determinar el tiempo en que se cumple.  | al concluir el Microciclo 8.  |
| Enunciado final: "Recibir a la posición 3 y el pase de frente de manera gruesa en condiciones individuales y de grupos simples al concluir el Microciclo 8." |   |

Tabla 5. Ejemplo de objetivos parciales en el Microciclo No. 8 del Mesociclo No. II en la Etapa de Preparación General para las categorías principiantes.

| REQUISITOS  | EJEMPLO  |
|---|--|
|   | Los jugadores deben ser capaces de:                        |
| 1. Debe ser expresado en forma de habilidad.  | Pasar...   |
| 2. Manifiestar el contenido principal que trata.  | de frente y con giro hacia la posición 4...                |
| 3. Caracterizar las condiciones en que se cumple.   | de manera gruesa en condiciones individuales y estándar... |
| Enunciado final: "Pasar de frente y con giro hacia la posición 4 de manera gruesa en condiciones individuales e invariables". |  |

Tabla 6. Ejemplo de objetivos específicos para la Unidad de entrenamiento No 32. en las categorías principiantes.

En el anexo ocho se observa un resumen de los principales aspectos que hemos abordado en este acápite, como es lógico, el mismo no refleja todas las particularidades que pudieran plantearse pero en sentido general van en este las más significativas.

### 2.3.2. Selección adecuada de los contenidos de la preparación.

El término contenido de la enseñanza expresa, según Labarrere (1991), *el volumen de conocimientos que la escuela debe hacer llegar a los estudiantes* (Labarrere, G. y Valdivia, G., 1991:86), en nuestro caso, sería el volumen de conocimientos, expresado en habilidades técnico-tácticos, que el entrenador debe brindar a sus jugadores.

El empleo de los contenidos representa uno de los principales aportes de nuestra propuesta. Como es conocido el voleibol se caracteriza por la manifestación de los fundamentos del juego, sin embargo, en cada uno de ellos son múltiples las variantes de ejecución. Este contenido hay que

desarrollarlo no solo en las acciones individual sino también en las acciones de grupo y equipo. En el aprendizaje de las variantes se fundamenta el éxito de la habilidad técnico-táctica, en la misma medida en que el jugador sea capaz de dominar una mayor cantidad de recursos técnicos, en esa misma medida podrá emplear con mayor efectividad su pensamiento operativo.

La selección del contenido técnico-táctico resulta un tema de extraordinaria importancia para todos los técnicos del voleibol. Hoy en día, en el modelo tradicional, no hay una orientación precisa que permita unificar criterios al respecto. En las observaciones de Santana, D. y Gándara, O. (1994), y el estudio realizado por Navelo, R. (1999), se pudo apreciar que en los formatos establecidos utilizados por los entrenadores para elaborar sus documentos de planificación, (microciclos y unidades de entrenamiento) no se emplea una terminología que permita definir con precisión el contenido a entrenar. Por ejemplo, en uno de los contenidos de su microciclo el entrenador coloca “Defensa del campo”, sin embargo, esa definición no le permite precisar objetivamente, de qué manera, cómo o con qué va a vincular la defensa que desea entrenar, si esa defensa va a ser individual, de grupos o en el equipo, si va a ser vinculada con el pase, el ataque o si va a ser realizada después de un bloqueo o sin el bloqueo. Cada una de estas situaciones crea una condición diferente en el entrenamiento, por lo que en el momento de planificar su unidad de entrenamiento se encuentra expuesto al subjetivismo y la improvisación.

El voleibolista se desarrolla durante el juego en un conjunto de acciones concatenadas por la relación entre él y sus compañeros concebidas como acciones colectivas, entre estas acciones encontramos fracciones de carácter individual. Cada una de estas acciones se desarrollan de manera individual pero a la vez es necesario lograr la coordinación en el grupo de jugadores y en el equipo pues cada una de ellas ocupa un espacio que no está delimitada por una frontera sino que se caracteriza por la compenetración de sus ideas y movimientos.

El trabajo en la planificación actual del proceso de entrenamiento determina que se organicen los diferentes elementos de su estructura según determinados modelos. Al respecto Platonov, V.N. (1988), plantea la existencia de modelos de trabajo y de ejercicios.

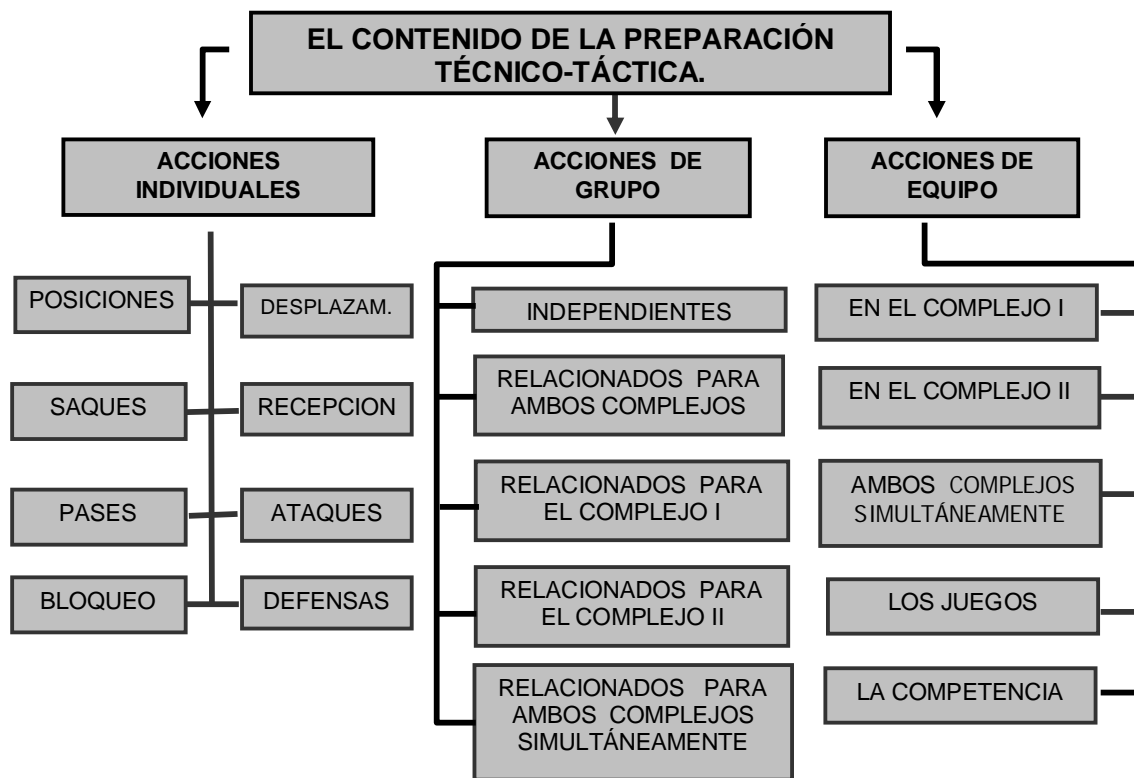


Figura. 5. El contenido de la preparación técnico – táctica en el Modelo Didáctico. Navelo R. 01.

El entrenamiento hoy en día debe estar concebido sobre la base de la modelación de las acciones que realizan los jugadores en el juego y estas acciones están ajustadas dentro de una variedad de fases donde están conectados varios fundamentos del juego entre sí, incluyendo un pequeño número de acciones que se encuentran relativamente aisladas. Al respecto, Fröhner Berthold, (1986), determina las fases más reincidentes durante las acciones del juego y las llamó: “Fases típicas del juego”. Este autor señaló que... *de la misma manera que se resuelven secuencias de acciones caracterizadas, podemos distinguir, mediante la observación y análisis del juego un patrón de comportamiento intencional para cada fase de juego* (Fröhner, B., 1986:22-24).

Partiendo del estudio sobre las fases típicas del juego citadas por Berthold, determinamos no solo emplear las existentes sino crear todas las posibles fases y microfases que suceden en el juego aplicadas al entrenamiento y organizarlas metodológicamente. Esto permitirá la organización consciente del trabajo constituyendo los contenidos de la preparación técnico-táctica y una guía de extraordinario valor pedagógico la cual va a garantizar, unida a otros

elementos, el desarrollo armónico de nuestros jugadores. El contenido de la preparación del voleibolista, según la figura cinco, se orienta en las acciones individuales, de grupos y de equipo.

El total de acciones que a continuación brindamos son derivadas de esta figura y se emplearán en correspondencia con los objetivos previstos.

Acciones técnico-tácticas que pueden ser empleadas como contenidos en el proceso de preparación de los jóvenes voleibolistas.

a) El contenido en las acciones individuales:

Las acciones individuales son aquellas en las que el jugador se desarrolla sin la necesidad de estar vinculado a otro tipo de acción ni a otros jugadores, por ejemplo; cuando desde una fila realiza la recepción del saque en la posición cinco del terreno, o cuando desde la posición tres realiza pases hacia la posición cuatro después de que alguien le envió el balón. Cada una de estas acciones están representadas por un número de variantes las cuales constituyen a su vez parte de los contenidos.

Estas acciones son las que se exponen a continuación:

1. Posiciones.

† Baja, media y alta.

2. Desplazamientos.

† Al frente, a la derecha, a la izquierda, atrás, cortos, medios, largos.

3. Saques.

† Por abajo: de frente y lateral.

† Por arriba: de tenis, de floating, de gancho, saltando.

4. Voleo por arriba.

† De frente en el lugar, después de desplazamientos (al frente, a la derecha, izquierda, atrás), con giro, de espalda, en caída, saltando.

5. Pase.

† De frente, después de desplazamientos, con giro, de espalda, en caída, saltando.

† Bajos, medios, altos, rápidos.

6. Voleo por abajo.

† De frente en el lugar, después de desplazamientos (al frente, a la derecha, izquierda, atrás), con giro, de espalda, en caída.



#### 7. Recepción del saque.

- † De frente en el lugar, por la derecha, por la izquierda, por arriba, después de desplazamientos, con giro, en caída.

#### 8. Ataque.

- † De frente, con giro del tronco, con giro de la mano, de engaño, por encima del hombro, en un pie (China), con diferentes entradas a la net para las combinaciones

#### 9. Bloqueo.

- † En el lugar, después de desplazamientos cortos y medios.

#### 10. Defensa del campo.

- † De frente, por la derecha, por la izquierda, por arriba, con el pie, después de desplazamientos cortos, con caídas al frente y laterales.

#### b) El contenido en las acciones de grupo:

Las acciones de grupo son aquellas que se realizan con la presencia de dos o más jugadores y pueden llevarse a cabo tanto en un mismo fundamento como entre varios de ellos. Por ejemplo; cuando dos o tres jugadores realizan la recepción del saque en las zonas de fondo del terreno o cuando se entrelaza la recepción del saque con el pase y el ataque desde las zonas cinco, tres y cuatro del terreno.

En este grupo de acciones encontramos cinco subgrupos (ilustrados en la figura 4). El primero de ellos se refiere a:

##### A. Los fundamentos que permiten ser trabajados de manera independiente:

Son aquellos fundamentos del juego que pueden ser entrenados de manera independiente sin la necesidad de estar vinculados a otros, por ejemplo cuando usted coloca a tres jugadores a realizar voleo por arriba en tríos, o la recepción del saque en el terreno, etc. Las mismas son las siguientes:

1. Voleo por arriba.
2. Voleo por abajo.
3. Recepción del saque.
4. Entradas a la net para el ataque en combinaciones.
5. Bloqueo.

## 6. Defensa del campo.

### B. Fundamentos interrelacionados para entrenar en los complejos I o II:

Ya en este subgrupo y en los que más adelante se explican, va a suceder una secuencia de acciones en las que se interrelacionan diferentes fundamentos entre varios jugadores, los mismos son a fines al trabajo de entrenamiento tanto en el complejo I como en el II.

1. Pase alto paralelo – ataque - aseguramiento. Sin /contra bloqueo.
2. Pase alto diagonal - ataque - aseguramiento. Sin/contra bloqueo.
3. Pase en combinación – ataque - aseguramiento. Sin/contra bloqueo.

### C. Fundamentos interrelacionados para entrenar en el complejo I:

Son propios de las acciones que se realizan exclusivamente en el complejo I o sea cuando el equipo se encuentra en la recepción del saque. Los fundamentos que lo componen son recepción, pase, ataque y aseguramiento. Entre estas fases y microfases encontramos las siguientes:

1. Recepción - pase alto paralelo - aseguramiento.
2. Recepción - pase alto paralelo/diagonal - ataque - aseguramiento. Sin/contra bloqueo.
3. Recepción - pase en combinación - aseguramiento.
4. Recepción - pase en combinación - ataque - aseguramiento. Sin/contra bloqueo.

### D. Fundamentos interrelacionados para entrenar en el complejo II:

Son aquellas acciones que se llevan a cabo cuando el equipo está en posesión del saque y el contraataque. En ellas toman parte el saque, bloqueo, defensa del campo, apoyo o aseguramiento, pase, ataque y aseguramiento. Las fases y microfases que las constituyen son las siguientes:

1. Envío - pase alto - ataque - aseguramiento. Sin/contra bloqueo.
2. Envío - pase en combinación - ataque - aseguramiento. Sin/contra bloqueo.
3. Defensa - pase alto paralelo/diagonal - aseguramiento.
4. Defensa - pase alto paralelo/diagonal - ataque - aseguramiento. Sin/contra bloqueo.
5. Defensa - pase en combinación - aseguramiento.
6. Defensa - pase en combinación - ataque - aseguramiento. Sin/contra bloqueo.
7. Bloqueo - defensa (incluye el aseguramiento).

8. Bloqueo - defensa - pase alto - paralelo/diagonal - ataque - aseguramiento. Sin/contra bloqueo.
9. Bloqueo - defensa - pase en combinación - ataque - aseguramiento. Sin/contra bloqueo.
10. Bloqueo - pase directo - ataque - aseguramiento. Sin/contra bloqueo.
11. Pase directo - ataque - aseguramiento. Sin/contra bloqueo.

E. Fundamentos interrelacionados para entrenar los dos complejos simultáneamente:

Se ejecutan a partir de la unión de dos conjuntos de fases que pertenecen a los complejos I y II. La selección de estos conjuntos va a depender del dominio técnico-táctico de los jugadores y de los objetivos propuestos en la sesión de entrenamiento. Su utilización permite crear en el grupo situaciones con una elevada similitud a las condiciones del juego. Por ejemplo; tomamos un conjunto a partir de los siguientes fundamentos:

S En una cancha: Recepción - pase paralelo - ataque - aseguramiento. En la otra cancha se continúa con: bloqueo - defensa - pase paralelo/diagonal - ataque - aseguramiento.

De esta forma se ejecuta uno o varios ciclos de acciones que van a estar en dependencia del volumen y la intensidad que se necesite.

c) El contenido de las acciones de equipo.

Se refiere a las acciones que se realizan con los seis jugadores en el terreno, en ellas se sintetizan las habilidades que se van adquiriendo en el curso del entrenamiento. En las mismas se puede entrenar los complejos por separados así como entrelazar ambos para brindar un mayor volumen o intensidad a las acciones del juego creando con ello una elevada similitud entre el entrenamiento y los estados competitivos.

A. En el complejo I :

Son todas aquellas acciones que se ejecutan cuando el equipo está en la recepción del saque y que en circunstancias normales concluyen con el ataque. En dichas acciones vamos a encontrar las siguientes:

1. Recepción - pase alto paralelo/diagonal - aseguramiento.
2. Recepción - pase alto paralelo/diagonal - ataque – aseguramiento. Sin/contra bloqueo.

3. Recepción - pase en combinación - aseguramiento.

4. Recepción - pase en combinación - ataque – aseguramiento. Sin/contra bloqueo.

B. En el complejo II :

Contempla las acciones cuando el equipo se encuentra en posesión del saque realizando el comúnmente denominado contraataque. Las acciones que se entrenan en dichas condiciones son las siguientes:

1. Envío - pase alto paralelo - aseguramiento.
2. Envío - pase alto paralelo - ataque – aseguramiento. Sin/contra bloqueo.
3. Envío - pase en combinación - ataque – aseguramiento. Sin/contra bloqueo.
4. Defensa.
5. Defensa - pase alto paralelo/diagonal - aseguramiento.
6. Defensa - pase alto paralelo/diagonal - ataque – aseguramiento. Sin/contra bloqueo.
7. Defensa - pase en combinación - aseguramiento.
8. Defensa - pase en combinación - ataque – aseguramiento. Sin/contra bloqueo.
9. Bloqueo - defensa - pase alto paralelo/diagonal - ataque – aseguramiento. Sin/contra bloqueo.
10. Bloqueo - defensa - pase en combinación - aseguramiento.
11. Bloqueo - defensa - pase en combinación - ataque – aseguramiento. Sin/contra bloqueo.
12. Bloqueo - pase directo - ataque – aseguramiento. Sin/contra bloqueo.
13. Pase directo - ataque – aseguramiento. Sin/contra bloqueo.

En cada una de las posibilidades de entrenamiento anteriormente expuestas se puede incluir el saque al comienzo de las acciones en dependencia de los intereses del entrenador.

C. En el complejo I y II al simultáneamente:

Se entrelazan en dicha situación los contenidos tratados de manera independiente en el complejo I y el II, esta situación permite crear condiciones excepcionales para dominar la intensidad y el volumen de las acciones con similitud al juego. Se realizan a partir de cualquier conjunto de acciones seleccionada por el entrenador y en dependencia de los objetivos propuestos, por ejemplo, vamos a referirnos a dos posibles opciones muy simples:

- t En una cancha: Recepción - pase alto – balón fácil al oponente - aseguramiento. En la otra cancha continua con: Envío - pase alto – balón fácil al oponente - aseguramiento, así se da un ciclo que se va a extender en dependencia de los objetivos que pretenda el entrenador.

t En una cancha: Recepción - pase paralelo - ataque - aseguramiento. En la otra cancha se continúa con: bloqueo - defensa - pase paralelo/diagonal - ataque - aseguramiento.

D. El juego.

1. De estudio.
2. Con tareas.
3. De control.
4. Libre.

E. La competencia.

Preparatoria.

Fundamental.

### 2.3.3 Determinación de los medios y sus formas de aplicación

El medio fundamental de la actividad deportiva es el ejercicio. En el proceso de preparación técnico-táctica los mismos permiten desarrollar los contenidos de la enseñanza, y a su vez representan el modo de expresión de los métodos.

Las exigencias del voleibol de hoy en día nos impone la necesidad de trabajar para la formación de un pensamiento más productivo. Esta necesidad parte de distintas condiciones que deben reunirse para la aplicación de los diferentes ejercicios en las sesiones de entrenamiento porque obligatoriamente hay diferencias cuando se emplean ejercicios individuales o colectivos, hay diferencias cuando estos ejercicios tienen una intención en la enseñanza o el perfeccionamiento, hay diferencias cuando su tendencia es a lo técnico o a lo táctico.

La clasificación propuesta en el modelo didáctico, (tabla 7), se realiza con una dirección metodológica encaminada a desarrollar en el proceso tanto la particularidad de la enseñanza de los fundamentos técnicos y sus variantes como el desarrollo del pensamiento táctico, empleando para ello su vínculo con los métodos estándar, variable y el juego. Su utilización permitirá planificar con relativa facilidad y de manera consciente el proceso de preparación técnico - táctica. Estos ejercicios son utilizables en las acciones individuales, de grupo y de equipo lo que amplía el campo de acción en el orden metodológico de nuestra propuesta.

| TIPOS DE ACCIONES                | TIPOS DE EJERCICIOS             |
|----------------------------------|---------------------------------|
| A. EN LAS ACCIONES INDIVIDUALES. | 1. Introdutorios.               |
|                                  | 2. Simples.                     |
|                                  | 3. Modelados.                   |
| B. EN LAS ACCIONES DE GRUPO.     | 4. Simples.                     |
|                                  | 5. Modelados en una zona.       |
|                                  | 6. Modelados entre ambas zonas. |
| C. EN LAS ACCIONES DE EQUIPO.    | 7. Modelados para el k – 1.     |
|                                  | 8. Modelados para el k – 2.     |
|                                  | 9. Los juegos.                  |
|                                  | 10. La competencia.             |

Tabla 7. Diferentes tipos de ejercicios para el entrenamiento técnico-táctico.

#### A. Los ejercicios en las acciones individuales.

Los ejercicios en condiciones individuales van dirigidos a la formación o el perfeccionamiento de las habilidades técnico-táctico de una manera más simple e independiente ya que el atleta concentra su atención en sus propios movimientos soslayando aquellos que aparecen en las acciones cuando se trabaja a partir de los de grupos.

Los ejercicios que aparecen en las acciones individuales son los siguientes:

1. Ejercicios introductorios: Son aquellos que se incorporan en el inicio de la enseñanza, ellos se orientan fundamentalmente para el fortalecimiento de una parte del movimiento o al movimiento en general en el menor de los casos, en su aplicación se emplean los movimientos de imitación y el uso de medios auxiliares como pueden ser los sostenedores de balones, la pared, el piso, los balones colgantes y otros.
2. Ejercicios simples: Los ejercicios simples permiten iniciar la ejecución del movimiento de manera independiente y total pero, se ejecutan en condiciones sencillas, tales son los casos del voleo individual después de un lanzamiento a corta distancia, el voleo sobre la cabeza después del propio lanzamiento del jugador, el saque a corta distancia y otros que sobradamente cumplen esta condición.
3. Ejercicios modelados: Son un escalón superior en el trabajo técnico - táctico, se caracterizan por su similitud con las condiciones del juego partiendo desde las más sencillas hasta las más complejas, los mismos responden al patrón de juego establecido en las aspiraciones del entrenador.

## B. Los ejercicios en las acciones de grupo.

Los ejercicios cuando se trabajan en grupos tienen la característica de mezclar el dominio técnico individual adquirido interactuando con los demás jugadores, su tendencia va dirigida a la formación de habilidades técnico-tácticas para la concepción o perfeccionamiento de las acciones del juego.

Entre estos ejercicios vamos a encontrar los siguientes:

4. Ejercicios simples: Los ejercicios simples en las acciones de grupo permiten ejecutar el movimiento de manera total e independiente vinculado a las relaciones con sus compañeros pero, conservando el principio de que la acción se realice en condiciones sencillas, se emplea por ejemplo en los ejercicios de voleo por arriba y por abajo en parejas, tríos, cuartetos, aislado de las condiciones con semejanzas al juego.

5. Ejercicios modelados en una zona (zona de ataque o de defensa): Son los ejercicios que se ejecutan en condiciones similares a las situaciones de juego, como su nombre lo indica solo se realizan en una zona ya sea de ataque o de defensa, (delantera o zaguera). Ellos van dirigidos al modelo de juego concebido en las aspiraciones del entrenador. Por ejemplo; recepción del saque entre dos o tres jugadores en la zona de defensa (zaguera).

6. Ejercicios modelados entre ambas zonas (zonas de ataque y de defensa relacionadas entre sí): Son similares en su contenido a los “modelados en una zona” (No.5), solo que modifican su estructura ya que se realizan entre ambas zonas. Por ejemplo, los jugadores en las posiciones 2 y 3 bloquean un balón atacado en su dirección y el jugador de la posición 1 se mueve con conocimiento previo de lo que se pretende realizar, como se puede observar participan los jugadores de las posiciones 2, 3 y 1 que pertenecen a las zonas de ataque y de defensa.

## C. Los ejercicios en las acciones de equipo.

Los ejercicios de equipo conforman el ideal previsto en la concepción de los sistemas y formas de juego, es la forma superior del entrenamiento técnico - táctico pero. Es difícil alcanzar rendimientos técnico-tácticos en los ejercicios de equipo cuando anteriormente no se crearon las condiciones para ello, en ocasiones se logra sacrificando el aprendizaje lo que a fin de cuentas

afecta el desarrollo de los jóvenes valores. Cuando se han empleado de manera adecuada los contenidos y los métodos, estos ejercicios se caracterizan por su aplicación en condiciones variables.

#### 7. Modelados para el complejo I.

#### 8. Modelados para el complejo II.

Ambos constituyen la máxima expresión del modelo de juego que ha sido concebido desde las acciones individuales. Ciertas situaciones particulares con carácter estándar se van a presentar durante la realización de estos ejercicios, las mismas van dirigidas al entrenamiento de determinadas tareas establecidas de antemano. Cuando se han cumplido los objetivos metodológicos establecidos en el sistema, las condiciones variables van a predominar en su realización.

9. El juego: Constituye un elemento insustituible en nuestro deporte, su aplicación permite alcanzar altas metas siempre y cuando se utilice en los momentos oportunos y sobre la base de vencer los objetivos que para su realización se propongan. Hay que destacar que el juego en sus distintas manifestaciones puede ser utilizado a través de todo el período de preparación tomando en consideración sus características y el momento en que se emplea. Es posible ubicar juegos en partidos de 2 vs 2; 3 vs 3 y otras variantes como el juego a base de un sólo fundamento que bien puede ser el voleo por arriba o por abajo o combinando dos o tres fundamentos e incluso se emplean en los momentos iniciales de la enseñanza los juegos sobre lanzamiento y capturas de balones, después de un picó en el suelo, etc., todo depende del nivel que vayan alcanzando los jugadores y los objetivos que en cada momento sean propuestos. El juego puede ser empleado en varias formas:

- De estudio (E): Se usa cuando es necesario realizar el estudio de determinadas estructuras o sistemas de juego, así también, en los inicios de la preparación con el objetivo de tener una idea general del estado o las características del equipo.
- Con tareas (T): Se refiere al juego donde obligatoriamente hay que darle cumplimiento a determinadas tareas o indicaciones orientadas por el entrenador, las mismas pueden ir incorporadas a reglas especiales o provisionales del juego de manera que estimulen su



cumplimiento. Constituyen una de las variantes más importantes y de mayor necesidad en los entrenamientos.

- De control (C): El juego de control va dirigido al establecimiento de controles del rendimiento estadístico de los atletas en particular o del equipo en general, los resultados alcanzados permiten establecer parámetros de rendimiento para valorar el desarrollo y tomar las medidas pertinentes en el futuro inmediato los mismos deben ser analizados en el seno del equipo pues su empleo correcto sirve de estímulo al entrenamiento.
- Libre (L): Este tipo de juego se emplea como descarga emocional de determinados períodos de tiempo llenos de tensiones físicas, psicológicas o estudiantiles de carácter general y está orientado para permitir durante su realización todo lo que desde el punto de vista técnico-táctico este al antojo de los jugadores.

#### 10. La competencia: Preparatoria o Fundamental.

- † La competencia preparatoria (P): Es un medio decisivo para evaluar el estado de preparación del equipo. Puede realizarse fundamentalmente al concluir momentos importantes de trabajo. Hay que destacar que a la competencia preparatoria se debe asistir con objetivos determinados de antemano que respondan a las posibilidades reales de nivel del equipo, estos pueden ir desde el empleo de determinadas variantes técnico - tácticas hasta el uso de formaciones o combinaciones en el juego.
- † La competencia fundamental (F): Constituye el objetivo supremo de la preparación. Para tomar parte en ella, el entrenador, entre otras cosas, deberá tener planificado con lujo de detalles su plan de competencias definiendo sistemas, combinaciones y formas de juego evitando improvisaciones de última hora.

Como se ha podido apreciar todos los ejercicios se encuentran enumerados de manera consecutiva aún cuando pertenezcan a diferentes tipos de acciones. Este ordenamiento metodológico de lo simple a lo complejo nos guía durante la planificación de todo el proceso.

## 2.3.4 La metodología y los métodos

### a) Los métodos

El término método proviene del griego *methodos* que significa camino, vía, medio para llegar a un fin. El método surge como un elemento estrechamente vinculado a la enseñanza. Forteza, A. y Ranzola, A. (1988), definen el método como *las formas interrelacionadas de trabajo entre el pedagogo y el educando, y que están dirigidas a la solución de las tareas de la enseñanza* (Forteza, A. y Ranzola, A., 1988:7).

Los métodos de la enseñanza no responden a una clasificación única. En la didáctica contemporánea existen diferentes clasificaciones. Sin embargo, al analizarlas no entran en contradicciones unas con otras, por el contrario, permite al profesor ver el proceso de enseñanza a través de sus distintas aristas. En el campo de la metodología del entrenamiento variadas son las clasificaciones que se han elaborado, ahora bien, ¿Cuáles son los métodos más afines a la realidad práctica de la preparación técnico - táctica del voleibol en la propuesta?

En el tratamiento universal se emplean para el aprendizaje y el perfeccionamiento los orales, visuales y prácticos, los dos primeros expresamente vinculados con los procesos de enseñanza, los terceros abarcan tanto la enseñanza como el perfeccionamiento. En la propuesta es común el empleo de los métodos fragmentario y del ejercicio íntegro o global cuando se trata del aprendizaje de nuevos fundamentos o variantes del juego, al mismo tiempo, los métodos de la modelación, el estándar, el variable y el juego constituyen un grupo importante de la misma.

El primero porque permite organizar el entrenamiento técnico - táctico con una idea aproximada del juego, el estándar porque contribuye con la fijación de las acciones que se van aprendiendo, el variable porque al colocar situaciones cambiantes o problemáticas para su solución estamos posibilitando la creación o enriquecimiento del pensamiento táctico y el del juego porque en él se materializan, entre otros aspectos, el aprendizaje y los cambios que produce el entrenamiento.

### b) La metodología de la enseñanza

El voleibol como actividad requiere del dominio de un sistema de acciones que están representadas por los fundamentos propios del juego; sacar, pasar atacar, etc. Las acciones a que nos referimos son de carácter práctico, de tipo individual o grupal y se caracterizan por las

operaciones y por las condiciones de su realización, estas operaciones son el resultado de la inclusión de una acción inicial en otra más general en calidad de método o medio para su realización.

Las condiciones de realización son el conjunto de métodos que modifican el empleo de las operaciones. Desde el punto de vista metodológico, para una tarea concreta en diferentes condiciones se emplearán operaciones diversas, sobre la base de los contenidos y medios seleccionados metodológicamente. Por ejemplo; una tarea en el entrenamiento puede ser: *pase – ataque contra bloqueo simple*, en esta tarea la acción de atacar se refiere a un sistema de

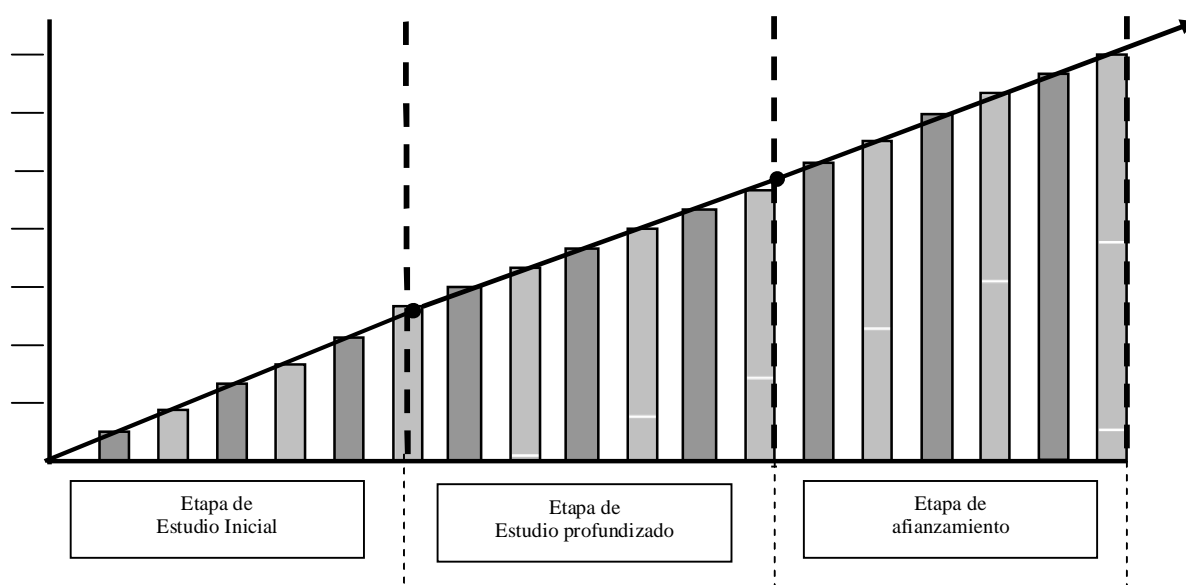


Figura 6. Empleo de los métodos estándar y variables en la propuesta.

a) Método estándar:       b) Método variable:

operaciones mentales y motrices que garantizan el logro del objetivo, las operaciones son orientadas por medio de ejercicios para la percepción del tiempo y el espacio con relación a la altura dirección y velocidad del pase, la percepción del balón durante el golpeo, la observación del bloqueo contrario, la sincronización del desplazamiento de entrada en la net, la selección adecuada de la técnica para golpear el balón, etc.

Las condiciones podrán ser estándar o variables en dependencia de los objetivos previstos. Cada una de estas operaciones pertenecientes a la tarea pueden ser ejecutadas de forma aislada lo que las constituye como una acción independiente. En conclusiones, la acción técnico-táctica y sus variantes, está conformada por múltiples operaciones que en el proceso de enseñanza se

desarrollan a través de los pasos metodológicos que suceden en el aprendizaje, nuestra propuesta parte de la combinación de condiciones estándar y variables en cada una de estas operaciones (pasos metodológicos), a través de las etapas de aprendizaje y en correspondencia con el nivel

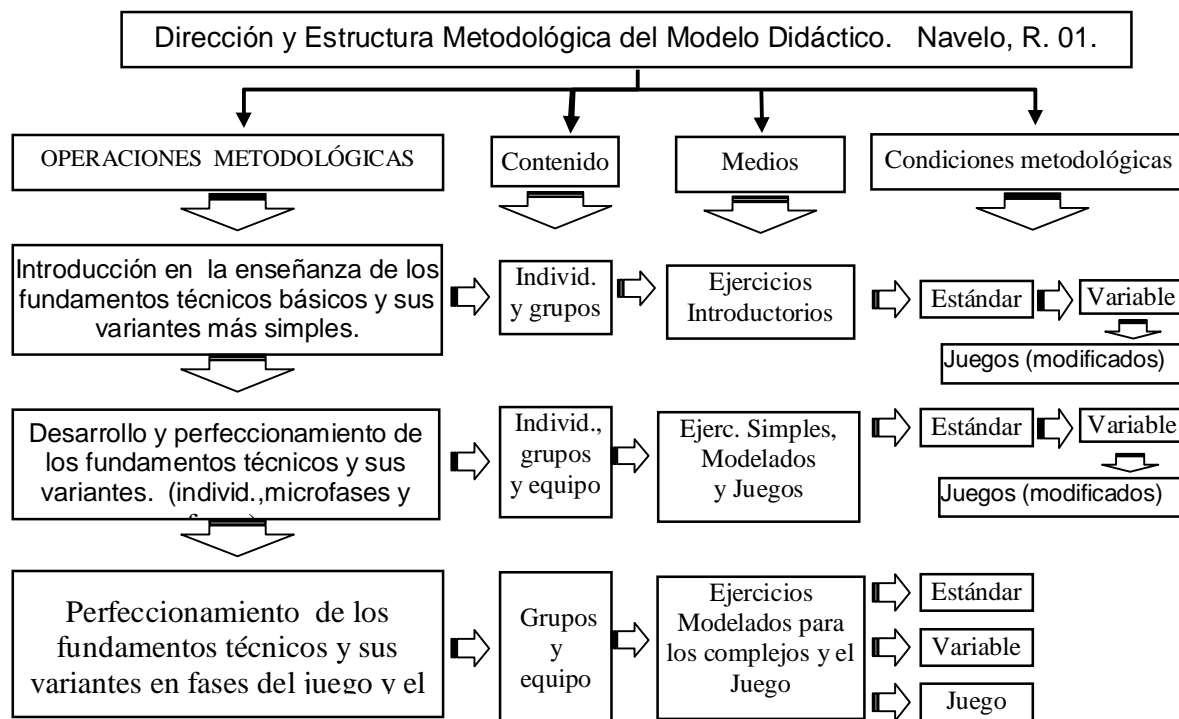


Figura 7. Dirección y Estructura Metodológica del Modelo Didáctico. Navelo, R. 01.

que va adquiriendo el jugador, según se ilustra en la figura 6.

Como se aprecia, la metodología de la enseñanza surge como consecuencia de la aplicación de los contenidos, los ejercicios y los métodos que se citan en una estructura correctamente planificada lo que propicia el aprendizaje motor unido al desarrollo del pensamiento táctico en un proceso único según se ilustra en la figura 7.

Ese proceso metodológico lleva como premisa principal la concepción del juego por lo que todo aquello que se planifique y ejecute irá dirigido hacia el modelo de juego concebido para el equipo.

Sus indicaciones metodológicas serán las siguientes:

1. Para el empleo de los contenidos:

- La selección de los contenidos a entrenar se ejecuta tomando como base los siguientes aspectos:
  - a) Los objetivos propuestos para el mesociclo que se entrena.
  - b) Las características del equipo según la categoría, sexo, experiencia deportiva.
  - c) El momento por el que se transita en el macrociclo de entrenamiento.
- Se debe tomar muy en consideración el empleo de las variantes de ejecución de cada una de las técnicas básicas del juego que conforman el contenido con el objetivo de ampliar el arsenal motriz de los jugadores para beneficiar el éxito en la toma de decisiones.
- Los contenidos se aplican a partir de las situaciones más simples hasta las más complejas en acciones y operaciones.
- El uso de los contenidos individuales, de grupos o de equipo se combina tomando en consideración su empleo en dependencia de las tareas del mesociclo.

2. Para el empleo de los medios o ejercicios:

- Los ejercicios se utilizan acorde al tipo de acción (individual, de grupos o de equipo).
- Se aplicarán de lo simple a lo complejo en la medida que avance el proceso.
- Durante su ejecución en la unidad del microciclo o mesociclo se puede realizar el retorno al ejercicio inmediato anterior con el objetivo de consolidar la operación que se está logrando.

3. Para el empleo de los métodos:

- La selección de los métodos a utilizar se realiza tomando en consideración los aspectos siguientes:
  - a) La edad, sexo y experiencia deportiva para el empleo de los métodos relacionados con el aprendizaje de los fundamentos del juego.
  - b) Se debe combinar el empleo de los métodos estándar y variables durante la marcha del aprendizaje o perfeccionamiento como parte de uno de los principios fundamentales de la

aplicación del modelo. El método estándar consolida la ejecución del movimiento, el variable posibilita la situación cambiante, en él se tomará en cuenta la creación de situaciones problemáticas.

- c) El método del juego se puede emplear en cualquier momento, tomando en consideración que el mismo estará acorde al momento y nivel de los jugadores. Muchos juegos simples y modificados posibilitan el desarrollo de habilidades tempranamente.
- d) La modelación de las acciones se desarrolla no sólo en el orden individual sino también en lo colectivo y se emplea tan pronto como las condiciones demostradas por los jugadores nos indiquen que pueden, con la ayuda del entrenador o los compañeros, desarrollar situaciones similares al juego.

#### 2.3.5 El control y la valoración del entrenamiento.

La maestría que manifiestan hoy en día los jugadores en el terreno de juego es el reflejo, entre otros aspectos, de un gran número de avances científicos que han contribuido con la elevación de los resultados competitivos. En este campo, el control y la evaluación del entrenamiento y las competiciones ha sido uno de los temas más tratados.

Como se conoce, el control y la evaluación nos orienta sobre la marcha del trabajo y nos guía en la corrección y objetividad del entrenamiento. El trabajo de la preparación técnico-táctica como cualquier componente de la preparación del jugador debe ser evaluado sistemáticamente en las diferentes estructuras que constituyen el macrociclo de preparación, para ello, son empleados:

- El control del rendimiento de los ejercicios del entrenamiento.
- Los tests pedagógicos técnico-tácticos.
- Control del rendimiento técnico-táctico en competencias.

En la aplicación del modelo didáctico se deben establecer diferentes tipos de controles del rendimiento de la siguiente manera:

- a) Operativo (abarca el contenido de la sesión de entrenamiento, o sea, los objetivos específicos del día).
- b) Corriente (se refiere al contenido del microciclo y cumple con los objetivos parciales).
- c) Por Etapas (son períodos mayores de tiempo y objetivos a cumplir en un mayor plazo, parciales o generales).

En la propuesta es importante el incremento en la sesión de entrenamiento del control del rendimiento en cada uno de los ejercicios que constituyan objetivos principales a cumplir. En este caso el control no cumple solamente con la intención de evaluar el rendimiento sino que también favorece su incentivo, estimulando y motivando el entrenamiento. Para ello no es necesario el empleo de un personal auxiliar, los propios jugadores pueden autoevaluarse a la vez que participan en la realización del ejercicio empleando planillas creadas de control individual. Posterior al entrenamiento la evaluación individual y colectiva del trabajo se convierte en un aspecto necesario tanto para los jugadores como para el entrenador en beneficio del control del trabajo, las razones son obvias.

#### 2.4 El sistema de organización metodológica

El *Sistema de Organización Metodológica* está identificado directamente con la planificación propuesta en el modelo y se expresa en el uso de los componentes que se emplean con una dirección lógica desde el macrociclo hasta la unidad de entrenamiento. En la figura 10 se explica detenidamente la conducción de este importante trabajo.

En el sistema de organización metodológica se parte de la idea básica de que la planificación del trabajo a que nos estamos refiriendo surge de los objetivos propuestos en unidades estructurales superiores como son, el macrociclo, los períodos y las etapas de entrenamiento. La planificación de la preparación técnico-táctica se realiza a partir de la derivación gradual de los objetivos del macrociclo a los períodos, del período preparatorio a las etapas de preparación general y especial, de la primera etapa a los mesociclos que la constituyen, una vez allí, en el nivel del mesociclo, se seleccionan y distribuyen los contenidos, medios y los métodos por los microciclos correspondientes. Posteriormente, se elaboran los microciclos distribuyendo el volumen de tiempo para cada contenido, todo concluye en la unidad de entrenamiento. Esta planificación se

ejecuta de mesociclo en mesociclo por considerarlo una unidad de tiempo prudencial que permite la proyección de nuevos objetivos y la observación de las deficiencias en un tiempo que operativamente es idóneo.

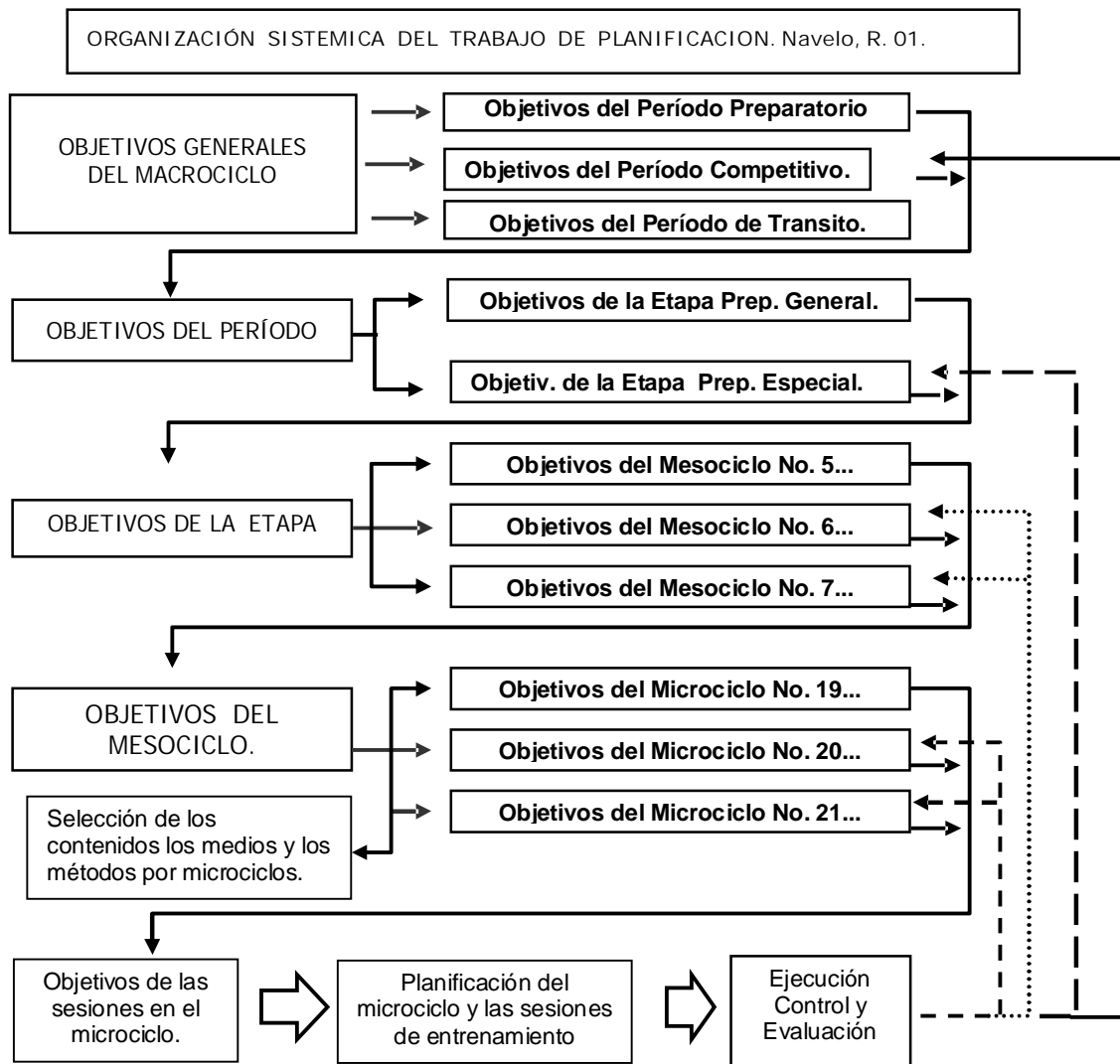


Figura 10. La organización sistémica de la planificación técnico-táctica en el Modelo. Navelo, R. 01.

### 2.4.1 Principales orientaciones para la aplicación de la planificación técnico-táctica en algunos ejemplos prácticos

Para iniciar este trabajo es necesario partir de los objetivos generales del macrociclo y los períodos, teniendo como premisas las características del equipo, el entrenador deberá determinar sus propósitos finales relacionadas con los sistemas, funciones y formas de juego, de ahí pasa a la



estructura de planificación del macrociclo según los conceptos que rigen la planificación del entrenamiento deportivo, las mismas nos permitirán realizar la organización del trabajo metodológico acorde con las necesidades competitivas previstas.

a) El uso del tiempo o volumen en la planificación de la preparación técnico - táctica.

El empleo del tiempo en voleibol determina el volumen de trabajo como uno de los elementos que constituyen la carga física, las experiencias logradas en la aplicación del modelo sirven de instrumentos que facilitan su adecuada ejecución. En este sentido es importante realizar una labor consciente pues la ejecución del trabajo en el campo de la subjetividad afecta la ejecución correcta del proceso.

En los programas de preparación del deportista para el voleibol se han empleado volúmenes de entrenamiento donde, en algunos casos, la preparación física supera o es casi igual a la preparación técnico-táctica, a pesar de ser esta última la esencia propia del voleibol. A continuación se brinda en la tabla ocho una idea aproximada del tiempo que se debe dedicar a la preparación técnico - táctica en el macrociclo de entrenamiento según las edades o categorías con que se vaya a trabajar, el mismo es seleccionado del tiempo total que se dispone en el macrociclo de entrenamiento. Los datos que aquí se manifiestan no constituyen un esquema rígido, solamente deben servir de guía para la planificación. El uso de estos porcentajes no significa su mantenimiento estable durante todo el período de tiempo él se modifica en la medida en que se avanza hacia la competencia.

Tabla 8.

| Categoría              | Períodos | Preparatorio |              | Competitivo. | Transito. |
|------------------------|----------|--------------|--------------|--------------|-----------|
|                        |          | Prep. Gral.  | Prep. Espec. |              |           |
| 10 – 11 y 11 – 12 años |          | 45 – 50 %    | 55 – 60 %    | 65 – 70 %    | 30 %      |
| 12 – 13 y 13 – 14 años |          | 50 – 55 %    | 60 – 65 %    | 70 – 75 %    | 30 %      |
| 15 – 16 y Juveniles.   |          | 55 – 60 %    | 65 – 70 %    | 75 – 80 %    | 30 %      |

En la tabla nueve se puede observar un ejemplo de la planificación del volumen de tiempo en un bloque descriptivo, la misma abarca solo la etapa de preparación general para hacerlo más comprensivo, desde aquí parte la esencia del trabajo que estamos explicando, otros aspectos no aparecen en el cuadro por no formar parte de los objetivos que perseguimos.

Tabla 9. ESQUEMA PARA LA PLANIFICACION DE UNA ETAPA DE ENTRENAMIENTO

| Períodos     | PREPARATORIO        |    |                   |    |    |    |                   |    |    |    |                  |    |    |    |    |
|--------------|---------------------|----|-------------------|----|----|----|-------------------|----|----|----|------------------|----|----|----|----|
| Etapas       | PREPARACION GENERAL |    |                   |    |    |    |                   |    |    |    |                  |    |    |    |    |
| Mesociclos   | Entrante            |    | Básico Desarroll. |    |    |    | Básico Estabiliz. |    |    |    | Prep. de Control |    |    |    |    |
| Meses        | Febrero             |    | Marzo             |    |    |    | Abril             |    |    |    | Mayo             |    |    |    |    |
| Desde        | 16                  | 23 | 2                 | 9  | 16 | 23 | 30                | 6  | 13 | 20 | 27               | 4  | 11 | 18 | 25 |
| Hasta        | 22                  | 1  | 8                 | 15 | 22 | 29 | 5                 | 12 | 19 | 26 | 3                | 10 | 17 | 24 | 31 |
| Microciclos  | 1                   | 2  | 3                 | 4  | 5  | 6  | 7                 | 8  | 9  | 10 | 11               | 12 | 13 | 14 | 15 |
| Físico Gral. | 4                   | 4  | 4                 | 4  | 4  | 5  | 4                 | 5  | 4  | 4  | 4                | 4  | 2  | 3  | 2  |
| Físico Esp.  | 0                   | 0  | 1                 | 0  | 1  | 2  | 2                 | 1  | 2  | 2  | 2                | 2  | 3  | 2  | 3  |
| Téc.- Táct.  | 6                   | 6  | 7                 | 7  | 6  | 7  | 8                 | 7  | 8  | 8  | 9                | 9  | 9  | 8  | 9  |
| Teórico      | 1                   | 0  | 0                 | 1  | 0  | 0  | 0                 | 0  | 0  | 1  | 0                | 1  | 0  | 1  | 0  |
| Pred. de Acc | 1                   | 1  | 1                 | 1  | 2  | 2  | 3                 | 1  | 3  | 2  | 3                | 2  | 3  | 3  | 3  |

Una vez concluida esta fase que es común para todos los aspectos de la preparación del equipo, entonces nos remitimos a las particularidades de la planificación técnico - táctica que es el tema que nos ocupa.

El primer aspecto que es la elaboración y derivación de los objetivos generales del macrociclo, los períodos y las etapas ya fueron explicados con anterioridad y se aprecian en la gráfica 10.

#### 2.4.1 El mesociclo como “estructura cíclica medular” para la planificación del trabajo técnico-táctico

El modelo actuante de planificación del entrenamiento se caracteriza por:

- a) Emplear, a partir de la estructura del microciclo, la distribución de los contenidos específicos y el tiempo de trabajo distribuidos por los días de la semana.
- b) La distribución del volumen de los contenidos en el microciclo se realiza generalmente, procurando los encuadres matemáticos en la horizontal y la vertical colocando en un segundo plano la dirección metodológica del trabajo.
- c) En la planificación del microciclo el contenido es poco preciso y los medios y métodos aparecen en la unidad de entrenamiento.

Esta concepción puede influir negativamente en la preparación con una idea lógico-metodológica a mayor alcance, porque al planificar el trabajo de microciclos en microciclos se pierde la continuidad sistémica. Por considerar que el mesociclo es una unidad estructural muy operativa

para la proyección del trabajo es que se definen en ella los más importantes componentes de la preparación. La planificación del mesociclo se desarrolla según los siguientes pasos:

1. Derivación de los objetivos en los microciclos que lo constituyen.
2. Determinación del predominio de las acciones técnico-tácticas.
3. La selección del contenido a trabajar.
4. La distribución de la cantidad y tipos de ejercicios así como los métodos a utilizar.

#### 1. Derivación de los objetivos en los microciclos que lo constituyen.

Derivar los objetivos en los microciclos que lo constituyen es una tarea cuidadosa para ello el entrenador deberá tomar en consideración los aspectos siguientes:

- a) Estudiar el objetivo principal del mesociclo.
- b) Realizar la derivación de una sola vez, para que pueda observarlo como un todo único.
- c) La ubicación de las competencias preparatorias o tests pedagógicos planificados.
- d) Combinar el contenido en las acciones de equipo, de grupo e individuales que debe desarrollar durante los microciclos.
- e) Tomar en consideración que es necesario andar de lo simple a lo complejo y de lo conocido a lo desconocido.

#### 2. Determinación del predominio de las acciones técnico-tácticas

El predominio de las acciones es un importante y novedoso elemento que se incorpora en el modelo, desde el punto de vista metodológico contribuye en la orientación del trabajo de entrenamiento. Este predominio se realiza hacia las siguientes direcciones:

- |                        |   |
|------------------------|---|
| Acciones individuales. | 1 |
| Acciones de grupo.     | 2 |
| Acciones de equipo.    | 3 |

Esta determinación le brinda al entrenador el conocimiento preciso de reforzar el trabajo en una dirección o en otra sin abandonar las demás. Según se ilustra en el anexo 9, por ejemplo; el hecho de que el técnico seleccione la prioridad en las acciones de grupo (2) no significa que abandona las acciones individuales o de equipo sino precisamente que va a reforzar el trabajo en esa dirección.

### 3. La selección del contenido para planificar el Mesociclo.

El contenido total de la preparación técnico-táctica ya fue abordado en la parte referente a los componentes del proceso, pero su selección va a depender de:

- Los objetivos previstos en el mesociclo.
- El momento en el macrociclo de entrenamiento.
- La necesidad de desarrollar las fortalezas o erradicar las debilidades.

Se expone más adelante, en la tabla 10 un ejemplo de la selección de los contenidos

### 4. La distribución de la cantidad y tipos de ejercicios y los métodos a utilizar.

Una vez que se concluye con la selección de los contenidos, ya explicado en el aspecto anterior, entonces se realiza la distribución de los ejercicios en los microciclos correspondientes, tomando en consideración la necesidad de definir la cantidad de ejercicios según el predominio de las acciones, para la definición del número de ejercicios en el mesociclo de entrenamiento se ha elaborado el anexo nueve.

#### a) La relación entre el tiempo disponible y la cantidad de ejercicios a emplear según el predominio de las diferentes acciones.

Con el objetivo de realizar con mayor facilidad la planificación se expone en el anexo nueve una guía para regular la cantidad de ejercicios a ejecutar en dependencia del tiempo disponible. Esta tabla es una importante contribución metodológica al proceso pues numéricamente permite orientar la dirección pedagógica donde se deberá reforzar el trabajo, Individual (1), De grupos (2) o de Equipos (3), al mismo tiempo, brinda el número de ejercicios que pueden ser empleados en los demás tipos de acciones. Es un elemento de considerable ayuda en la planificación del mesociclo, el microciclo y la unidad de entrenamiento, pues objetivamente expresa la realidad de su planificación y evita llegar a la unidad de entrenamiento y percibir falta o exceso de tiempo por causas subjetivas de la planificación.

Al determinar según la cantidad de ejercicios a realizar por microciclos entonces se realiza la distribución de los mismos. Esta distribución de los ejercicios y los métodos a utilizar se realiza microciclo por microciclo en la vertical, combinando los contenidos de tal manera que unos

condicionen el empleo de los otros siguiendo un orden metodológico adecuado, avanzando de lo simple a lo complejo. Tal explicación se aprecia en la tabla 10.

Tabla 10. Ejemplo de un mesociclo con la selección y distribución del contenido, medios, métodos y su dosificación en el microciclo.

|                               |   |        |        |        |           |
|-------------------------------|---|--------|--------|--------|-----------|
| ASPECTOS                      | Microciclos                               | 4      | 5      | 6      | 7         |
|                               | Volumen                                   | 7      | 6      | 7      | 8         |
|                               | Predominio de las acciones.               | 1      | 2      | 2      | 3         |
| ACCIONES INDIVID.             | Contenidos \ Ctdad. Ejercic.              | 6      | 4      | 4      | 2         |
|                               | Saque.                                    | 3 A(2) | 3 A(2) | 3 A(2) | 3 A(2)    |
|                               | Recepción.                                | 2 A(2) |        |        |           |
|                               | Pase.                                     | 3 A(1) |        | 3 B(1) |           |
|                               | Ataque.                                   | 3 A(1) | 3 B(1) |        |           |
|                               | Bloqueo                                   |        |        | 3 A(1) |           |
|                               | Defensa.                                  |        | 3 A(1) |        |           |
| ACCIONES DE GRUPOS            | Contenidos \ Ctdad. Ejercic..             | 4      | 5      | 5      | 4         |
|                               | Fundamentos Independientes.               |        |        |        |           |
|                               | Bloqueo.                                  |        | 3 A(1) |        |           |
|                               | Recepción                                 | 5 A(1) |        | 6 B(1) |           |
|                               | Defensa.                                  |        |        |        | 5 A(1)    |
|                               | Fundamentos previos para ambos complejos. |        |        |        |           |
|                               | Pas p/d-ata-ase. s/c blo.                 | 5 B(2) |        | 5 B(1) |           |
|                               | Pas comb.-ata-ase. s/c blo.               |        | 5 A(1) |        |           |
|                               | En el complejo I.                         |        |        |        |           |
|                               | Rec-pas-ata-ase. s/c bloqueo.             | 5 A(1) | 6 A(1) |        | 6 B(2)    |
|                               | En el complejo II                         |        |        |        |           |
|                               | Env-pas-ata comb-ase.s/c blo.             |        |        | 6 A(1) |           |
|                               | Def-pas-ata-ase. s/c bloq.                |        | 5 A(2) |        | 5 B(1)    |
|                               | Blo-def-pas-ata-ase. s/c blo.             |        |        | 6 B(1) |           |
|                               | Para ambos complejos entre sí.            |        |        |        |           |
| ½ Complejo I vs ½ complejo II |   |        | 6 B(1) |        |           |
| ACCIONES DE EQUIPO            | Contenido \ Ctdad. ejercic.               | 2      | 2      | 3      | 5         |
|                               | En el complejo I.                         |        |        |        |           |
|                               | Rec-pas-ata-ase. s/c blo.                 | 7 A(1) |        | 7 B(1) | 6 B(1)    |
|                               | En el complejo II.                        |        |        |        |           |
|                               | Env-pas comb-ata-ase. s/b blo.            |        |        |        | 8 A(1)    |
|                               | Def-pas-ata-ase. s/c blo.                 |        | 8 A(1) |        |           |
|                               | Blo-def-pas-ata-ase. s/c blo              |        |        | 8 A(1) | 8 B(1)    |
|                               | Para ambos complejos entre si             |        |        |        |           |
|                               | Complejo I vs complejo II.                |        |        |        | 7,8 B (1) |
| Juegos.                       | L (1)                                     | T (1)  | T (1)  | T/C(1) |           |

Leyenda:

- pas p/d: pase paralelo o diagonal.
- pas comb: pase combinado.
- s/c blo: sin o contra bloqueo.
- ata: ataque.
- rec: recepción.
- def: defensa.
- ase: aseguramiento.
- env: envío.

La anotación que se aprecia, por ejemplo, en una casilla **“3 A (2)”** nos dice que el número que inicia esta anotación significa el tipo de ejercicio a utilizar (según lo explicado cuando estudiamos el uso de los medios). Igualmente se definen los métodos a emplear en los ejercicios.

La letra “A” cuando se oriente hacia lo Estándar, la letra “B” cuando se trabaje en lo Variable. Es bueno significar que en un microciclo se pueden trabajar en ambas direcciones. Por último se encierra en un paréntesis (2), la cantidad de veces que se desea repetir tal ejercicio en la semana lo que estará determinado por los objetivos propuestos.

### 2.4.3. La planificación del microciclo.

Estamos en condiciones de pasar a la elaboración del microciclo con sus objetivos y la dosificación de las sesiones de entrenamiento. A manera de reflexión exponemos en la tabla 11 un ejemplo de la planificación de un microciclo según el modelo actuante. La distribución numérica y la concepción de los contenidos evidencian que, por una parte, los mismos no determinan con precisión lo que se va a entrenar y por otra parte, propicia una inclinación a los encuadres matemáticos. Sin embargo, si se distribuyen los contenidos como está ilustrado en los en la tabla 10 pertenecientes al mesociclo de ejemplo entonces se gana en claridad de ¿Qué se va a trabajar?, ¿Cómo se va a desarrollar?, ¿Dónde y en qué condiciones? Solo resta tomar del mesociclo el objetivo del microciclo, derivarlo en los días de la semana y distribuir sus componentes con una idea lógica basada en los propósitos de entrenamiento.

Consideramos que el esquema no es quien determina el efecto, no obstante, a ello, la proposición que se expone en la tabla 12, ha demostrado brindar mejores resultados en el trabajo. Las interrogantes antes expuestas son respondidas en ella. La dosificación del tiempo ya ha sido garantizada, su principal objetivo es ordenar todo en función de los intereses de esa semana.

EJEMPLO DE LA PLANIFICACION EN UN MICROCICLO EN EL MODELO ACTUANTE.

EQUIPO: \_\_\_\_\_ DEPORTE: VOLEIBOL.

ENTRENADORES: \_\_\_\_\_

MICROCICLO No. \_\_\_\_\_ TIPO DE MICROCICLO: \_\_\_\_\_

MESOCICLO No. \_\_\_\_\_ PERIODO: \_\_\_\_\_ MACROCICLO: \_\_\_\_\_ VOLUMEN: \_\_\_\_\_

INTERNIDAD: \_\_\_\_\_

OBJETIVOS FUNDAMENTALES: Contribuir al desarrollo de las cualidades físicas fundamentales, fuerza general y saltabilidad. Mejorar los fundamentos técnicos haciendo énfasis en la recepción del balón y el remate. Continuar con el desarrollo multifásético de los atletas.

| CONTENIDOS                  | u/m | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes | Sábado | TOTAL |
|-----------------------------|-----|-------|--------|-----------|--------|---------|--------|-------|
| Preparación Física          |     | 150   | 150    | 150       | 150    | 150     | 150    | 900   |
| Calentamiento general.      |     | 15    | 15     | 15        | 15     | 15      | 15     | 90    |
| Fuerza                      |     | 120   |        | 60        |        | 120     |        | 300   |
| Resistencia.                |     |       | 90     |           | 90     |         |        | 180   |
| Saltabilidad                |     |       |        | 60        |        |         | 90     | 150   |
| Agilidad.                   |     |       | 30     |           | 30     |         | 30     | 90    |
| Flexibilidad                |     | 15    | 15     | 15        | 15     | 15      | 15     | 90    |
| Preparación Técnico-Táctica |     | 55    | 95     | 70        | 100    | 100     | 60     | 480   |
| Calentamiento especial.     |     | 10    | 10     | 10        | 10     | 10      | 10     | 60    |
| Recibo.                     |     |       | 40     |           | 40     | 40      |        | 120   |
| Saque.                      |     | 15    | 15     |           |        | 20      |        | 50    |
| Ataque.                     |     |       | 30     |           | 30     |         | 30     | 90    |
| Pase.                       |     | 10    |        | 20        |        | 10      |        | 40    |
| Defensa del campo.          |     | 20    |        | 20        | 20     |         |        | 60    |
| Bloqueo.                    |     |       |        | 20        |        | 20      | 20     | 60    |
| Táctica del saque.          |     |       |        | 30        |        |         |        | 30    |
| Táctica del ataque.         |     | 30    |        |           |        |         |        | 30    |

Tabla 11. Ejemplo de planificación de un Microciclo en el Modelo actuante.

| <b>PLANIFICACIÓN Y CONTROL DEL MICROCIclo EN EL MODELO PROPUESTO.</b>  |  |   |  |  |  |   |                         |  |
|--|--|---|--|--|--|---|-------------------------|--|
| Microciclo: <u>No. 4</u> Periodo: <u>Preparatorio.</u> Etapa: <u>Prep. General.</u> Mesociclo: <u>Entrante.</u>  |  |   |  |  |  |   |                         |  |
| Tipo de Microc: <u>Corriente.</u> Fecha: <u>22 al 28 Feb.</u> Volumen: <u>14 h.</u> Fís. Gral: <u>5 h.</u> Fís. Espec: <u>1h.</u> Téc-Táct: <u>7h.</u> Inten: <u>Baja.</u>   |  |   |  |  |  |   |                         |  |
| <i>Objetivos: Ampliar el desarrollo de las capac. físicas grales fuerza y rapidez. Perfeccionar los fundamentos técnico-tácticos del complejo I por medio de los ejercicios individuales y de grupos en condiciones invariables.</i> |  |   |  |  |  |   |                         |  |
| D  | Lunes  | Martes  | Miércoles  | Jueves   | Viernes  | Sábado  | Eva                     |  |
| ACTIVIDADES  | Físico: <u>60</u>  | Físico: <u>60</u>   | Físico: <u>60</u>  | Físico: <u>60</u>  | Físico: <u>60</u>  | Físico: <u>60</u>   |                         |  |
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Calentamiento. 15'</li> <li>• Rapidez general 30'</li> <li>• Flexibilidad. 15'</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Calentamiento. 15'</li> <li>• Fuerza general. 45'</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Calentamiento. 15'</li> <li>• Resistencia gral. 30'</li> <li>• Flexibilidad. 15'</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Calentamiento. 15'</li> <li>• Rapidez espec. 30'</li> <li>• Coordinativas. 15'</li> </ul>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Calentamiento. 15'</li> <li>• Fuerza general. 45'</li> </ul>                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Calentamiento. 15'</li> <li>• Resistencia gral. 30'</li> <li>• Coordinativas. 15'</li> </ul> |                         |  |
|  | Téc - táct: <u>60'</u>   | Téc - táct: <u>60'</u>  | Téc - táct: <u>60'</u>   | Téc - táct: <u>60'</u>   | Téc - táct: <u>60'</u>   | Téc - táct: <u>60'</u>  | Téc - táct: <u>120'</u> |  |
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Calen. Espec. 10'</li> <li>• Recepción. (3A) 20'</li> <li>• Pas-Ata(5B) 30'</li> </ul>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Calent. Espec. 10'</li> <li>• Rec-pas (6A) 20'</li> <li>• Ata. (3A) 20'</li> <li>• Saque (3A) 10'</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Calent.espec. 10'</li> <li>• Recepción. (3A) 20'</li> <li>• Pas-Ata (5B) 30'</li> </ul>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Calent. Espec. 10'</li> <li>• <u>Rec-pas-ata (5A) 30'</u></li> <li>• Pase (3A) 20'</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Calent. Espec. 10'</li> <li>• Rec-pas-ata (7A) 40'</li> <li>• Saque (3A) 10'</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Calent. Espec. 10'</li> <li>• Recep. (5A) 20'</li> <li>• Juego. ( T ) 90'</li> </ul>         |                         |  |
| V  | 120  | 120   | 120  | 120  | 120  | 180   | 14                      |  |
| I  | Baja   | Baja.   | Media  | Baja.  | Baja.  | Alta.   | B.                      |  |

Cuadro No. 12. Ejemplo de planificación del Microciclo en el Modelo propuesto.



## La sesión de entrenamiento.

La estructura de la sesión de entrenamiento no aparece entre las explicaciones del modelo, pues consideramos que la actual concepción se corresponde con nuestras ideas, no así sus contenidos y formas. Es importante señalar que la sesión de entrenamiento constituye la unidad práctica donde se materializan los objetivos del modelo propuesto. Los aspectos internos que son importantes destacar en la misma se refieren a la necesidad de alcanzar la interacción, activación y el control y evaluación sistemático.

Se debe trabajar en cada ejercicio con el propósito de alcanzar la identificación del jugador con sus objetivos y tareas específicas estableciendo una interacción mutua entre la labor pedagógica del entrenador, por medio de la expresión oral y práctica, y la de aprendizaje del jugador. Cuando nos referimos al concepto de activación estamos hablando de la participación activa de todos los jugadores durante la realización de los ejercicios. Este elemento posibilita el control y evaluación de los resultados del entrenamiento e incrementa el desarrollo de todo el equipo.

El empleo del modelo por sí solo no significa la solución de los propósitos, el modelo es una concepción del trabajo por lo que requiere de estudio, meditación, esfuerzo y maestría pedagógica para alcanzar los objetivos previstos.

Una vez presentada la concepción del Modelo Didáctico Alternativo para la preparación de los jóvenes voleibolistas, damos respuesta a la cuarta interrogante cognoscitiva de nuestros empeños investigativos.

Como se expresó en la introducción de la tesis, se utilizaron métodos de investigación tanto de índole cuantitativa como cualitativa, con predominio en estos últimos dada la complejidad del fenómeno pedagógico estudiado. Se asumió un carácter de investigación acción participativa para transformar la realidad en los propios escenarios de realización del proceso de preparación técnico-táctica de los jóvenes voleibolistas. En el siguiente capítulo se presentan los principales resultados obtenidos en este empeño.

CAPITULO No. 3. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS DE LA EVALUACION DEL MODELO DIDÁCTICO ALTERNATIVO A PARTIR DE LOS CRITERIOS TEÓRICOS Y LAS EXPERIENCIAS PRÁCTICAS

El montaje de esta investigación y con ello la obtención del modelo, (figura 11), se inicia a partir de la comparación de conocimientos existentes en el campo de la teoría con la realidad que el investigador apreció en la práctica de más de 30 años como entrenador de equipos del nivel de base del alto rendimiento con resultados satisfactorios y como profesor del ISCF, dada por la necesidad de organizar y sistematizar la enseñanza, por apreciar contradicciones entre el modelo existente y la realidad del juego así como detectar contenidos que no cooperan con la organización y sistematización o que no están contemplados en el programa de preparación del deportista.

Estudios realizados sobre el nivel técnico-metodológico de entrenadores y metodólogos de la provincia de Villa Clara en el año 1994, en gran medida, contribuyeron con el esclarecimiento de nuestras interrogantes y permitieron caracterizar el modelo de entrenamiento que se emplea para

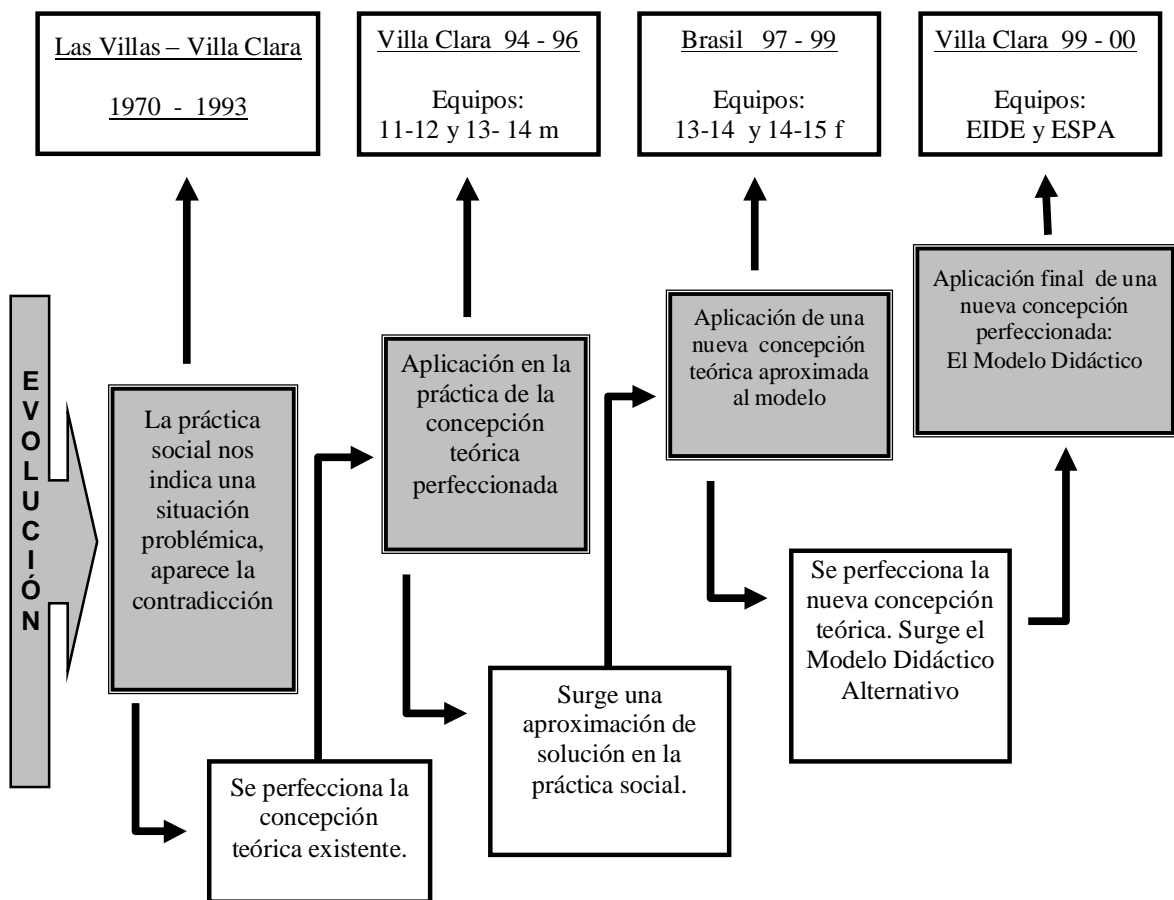


Figura 11. Evolución del proceso de investigación y surgimiento del modelo didáctico alternativo.

la preparación de los jóvenes voleibolistas; su enfoque centrado en la técnica y sus debilidades en la determinación de los componentes, planificación y puesta en práctica.

Esto nos permitió perfeccionar la concepción teórica existente y se realiza su primera aplicación práctica durante los años 94 al 96 con equipos de la categoría 11-12 y 13-14 de la provincia de Villa Clara, sus resultados teóricos posibilitaron desarrollar una nueva concepción para el trabajo en la preparación técnico-táctica que es aplicada en la práctica durante la colaboración que el autor realiza en los años 1997 al 1999 en la República del Brasil con resultados muy positivos, las nuevas experiencias posibilitaron enriquecer la fundamentación teórica existente la cual se perfecciona nuevamente para lograr las concepciones teóricas del modelo definitivo y llevarlo a la práctica social.

### 3.1 La aplicación del experimento natural de carácter formativo

Se desarrolló un experimento formativo en condiciones naturales. Se empleó un diseño natural de control mínimo o secuencial valorando la variable dependiente antes y después de la aplicación de la variable independiente con un mismo grupo de sujetos, en este caso los mismos son utilizados como su propio control. A pesar de que en diversos textos de investigación se considera el de control mínimo un cuasi experimento, es muy recomendable para las investigaciones sociales en general y la educativa en particular, sobre todo porque se reconoce en teoría que este diseño es útil cuando el estímulo o sistema de influencia manipulado es lo suficientemente poderoso como para provocar variaciones en la variable dependiente, otro argumento se relaciona con que es recomendado cuando no se desea privar a todos los sujetos de los beneficios del sistema de influencia. (Valdés Casal, 1985; Colas Bravo, 1992).

Se selecciona este diseño teniendo en cuenta las particularidades para la aplicación del modelo en un centro del nivel de base del alto rendimiento con características particulares, con el objetivo de dominar la mayor cantidad posible de variables ajenas que pudieran influir en sus resultados. Como existen características inherentes a las variables a controlar que no son similares entre los centros las que pueden influir en los resultados es que se selecciona el diseño experimental de control mínimo.

Por otra parte, sin ser absolutos en esta definición, hay una gran influencia del enfoque cualitativo de investigación tomando en consideración que se trata de un experimento formativo vinculado a un proceso pedagógico con una destacada influencia teórica en su desarrollo. El montaje se realiza con un carácter participativo del investigador y de acción transformación teniendo en cuenta que el objeto de estudio es un fenómeno complejo que debe ser estudiado en la realidad contextual en los escenarios naturales de los actores valorando sus carencias, necesidades y aspiraciones.

Se tomaron las medidas necesarias para dominar las variables ajenas que podían influir en la realización de los tests tales como la similitud en el calentamiento, el horario de aplicación, el tipo de balón y los observadores. En el caso de la medición por medio del rendimiento competitivo se reiteran las condiciones anteriormente señaladas y se añade el empleo de un oponente similar en las dos mediciones con el objetivo de disminuir el riesgo de que diferentes contrarios influyeran negativamente en los resultados. Se selecciona este tipo de control porque consideramos que la competencia supera el empleo de los tests pedagógicos en el entrenamiento, creando las condiciones variables de manera natural, principalmente cuando se trata de evaluar el rendimiento técnico-táctico en equipos con niveles de desarrollo que le permiten jugar con mayor facilidad.

Debemos destacar que como todo trabajo investigativo el mismo no está exento de la influencia de variables ajenas, en este caso nos referimos fundamentalmente al desarrollo de la preparación física la cual ejerce su influencia en los niveles de preparación de los equipos deportivos.

El modelo definitivo es aplicado durante el macrociclo de entrenamiento 1999-2000 en cuatro de los seis equipos de los centros de provinciales EIDE y ESPA de Villa Clara. Es seleccionado el grupo de desarrollo masculino y el equipo 12 – 13 años femenino tomando en consideración, en el primero, las posibilidades de aplicar las concepciones del aprendizaje expuestas en el modelo. Se recogieron los resultados de los tests pedagógicos (tablas 1 y 2), realizados en este grupo en dos momentos, antes de la aplicación del sistema de influencia y al final del mismo, y en el segundo, porque se pudo trabajar en el desarrollo y perfeccionamiento del proceso de preparación técnico-táctica. En el grupo 12-13 femenino se recopilaban los datos de dos partidos, el primero durante el período preparatorio y el segundo en la realización del período competitivo. Para la realización de la experiencia se contó con la autorización y el apoyo de la comisión provincial del

deporte y de los entrenadores de estos centros. Todos fueron muy receptivos y cooperaron convencidos de los beneficios del trabajo.

Los técnicos que aplicaron el modelo en los equipos antes señalados recibieron los conocimientos acerca del modelo propuesto por medio de conferencias, seminarios y otras actividades, y a través de la vinculación estrecha y sistemática entre el investigador principal y autor del trabajo con los entrenadores, para ello se contó también con la participación de dos experimentadas alumnas de Voleibol que realizaron su práctica docente en el centro de entrenamiento y que al mismo tiempo desarrollaron su trabajo de diploma vinculado al tema. Esta relación permitió establecer un trabajo sistemático de intercambio para brindar orientaciones, recoger inquietudes y realizar aclaraciones, entre otras cosas. Esto contribuyó en gran medida a la comprensión de los objetivos que se perseguían.

Se realizó la observación directa y participante a los equipos objetos de estudio, tomando en consideración la sistemática permanencia del investigador durante la realización del experimento. Según se ilustra en el anexo uno.

Como se ha podido apreciar el modelo facilita los instrumentos necesarios para la conducción de la preparación técnico-táctica, sin embargo, como todo proceso que evoluciona constantemente requiere de estudios y meditaciones para la toma de decisiones.

Realizaremos el análisis de los resultados en dos direcciones, primeramente, lo relacionado con la consulta de expertos y en segundo lugar dirigida a los resultados alcanzados por los jugadores y equipos que participan en la investigación por medio de los tests pedagógicos.

### 3.2. Análisis de los resultados según la consulta de los expertos

Para este autor, el entrenador o especialista constituye el principal evaluador de la propuesta. La consulta de los expertos es una de las más importantes fuentes para el análisis de los resultados, porque los mismos en el orden teórico-metodológico y práctico pueden evaluar la propuesta, ellos están en condiciones de realizar comparaciones, emitir juicios y valoraciones porque, incluso, han tenido la posibilidad de conducir el proceso durante muchos años empleando otras opciones, modelos y orientaciones.

En el experimento participa una muestra de 17 expertos, esta selección fue realizada valorando el criterio de argumentación de los conocimientos sobre el tema (Anexo 1), y procesándolo por medio del método Delphy (Anexo 1), el que permite tomar una decisión a partir del grado de conocimientos y los niveles de argumentación que acerca del tema de la preparación técnico-táctica se posee. La consulta de los expertos es valorada en dos ocasiones, una encuesta inicial lo cual nos permitió corregir determinados detalles, posteriormente, con el trabajo perfeccionado se aplica la encuesta final. Los resultados obtenidos son analizados más adelante.

Se aplicó una encuesta de 15 preguntas (Anexo 2), en las que 12 de ellas eran respondidas con las alternativas de:

- Muy aceptable.
- Bastante Aceptable.
- Aceptable.
- Poco aceptable.
- Nada aceptable.

Las 12 preguntas a las que nos referimos fueron procesadas según el Método Delphy, este método permite determinar con rigor científico, las categorías en que se ubican las respuestas que brindan los expertos a cada una de las preguntas.

La encuesta en general fue aplicada a todos los que mantuvieron una relación estrecha con la teoría y la aplicación práctica tanto del modelo actuante como de esta propuesta de modelo didáctico alternativo. Es importante destacar que para ello fue necesario emplear muchas horas de trabajo y estudio para lo cual nos apoyamos entre otros aspectos, en los cursos de postgrado y de la especialidad deportiva, pues la propuesta fue parte del contenido de estudio de los modelos de preparación técnico-táctica que allí se abordaron.

Una vez que los participantes conocieron y/o aplicaron con profundidad el modelo propuesto, entonces fueron sometidos a la encuesta que anteriormente se citó, y de la cual a continuación se analizan sus resultados.

## TABLAS 1 Y 2

Como se puede apreciar en ambas tablas las opiniones de los 17 expertos en las primeras 12 preguntas fueron expresadas casi totalmente en el rango de muy aceptable lo que nos brinda una valoración muy positiva de la aceptación, por parte de ellos, del modelo propuesto en relación con:

- Ü El empleo del modelo para elevar los resultados de nuestros voleibolistas.
- Ü La relación existente entre los componentes del modelo didáctico.
- Ü Si los contenidos propuestos abarcan o no las necesidades para realizar la planificación.
- Ü Si los medios permiten desarrollar o no el trabajo técnico junto al desarrollo del pensamiento.
- Ü Si el modelo propuesto permite o no una mayor objetividad, facilidad y orientación metodológica.
- Ü Si el modelo propuesto puede o no cohesionar el trabajo técnico-metodológico en el país.
- Ü Si el modelo puede o no contribuir con el perfeccionamiento del Programa de Preparación del Deportista.
- Ü La novedad del modelo didáctico propuesto.
- Ü Los contenidos y medios subdivididos en las acciones individuales, de grupo y de equipo.
- Ü La utilidad que tiene el modelo didáctico como un manual de consulta metodológica.
- Ü Si el empleo vinculado de los métodos estándar y variable dentro de cada paso metodológico contribuye o no con el desarrollo técnico-táctico.
- Ü El empleo del mesociclo como estructura medular para la planificación de los componentes del proceso de preparación técnico – táctica.
- Ü El concepto de distribución y dosificación de los contenidos en la estructura del microciclo.

A partir de la pregunta número 13 se modifica el procesamiento que se realiza con la opinión de los expertos, lo que responde a las características de las preguntas que se realizan. Las medidas de proporción son empleadas para determinar como los expertos expresan sus criterios.

### **TABLA 3**

La pregunta número 13 solicita al experto que valore cómo han sido las vivencias que ha tenido con la utilización del modelo propuesto. Como es lógico, esta pregunta sólo puede ser respondida por aquellos que lo pusieron en práctica, de ahí que seis de ellos no puedan dar su criterio en la misma, por lo que el total disminuye a 11. Se pudo determinar que la totalidad de las valoraciones son consideradas entre excelente y muy buenas lo que brinda una opinión muy importante para la evaluación de la propuesta si tomamos en consideración que estos expertos han tenido la posibilidad de aplicar el modelo propuesto durante un largo período de tiempo en la preparación de sus equipos apreciando sus particularidades lo que le permitió la comparación con los modos de actuación que tradicionalmente venían realizando.

### **TABLA 4**

En la pregunta número 14 se solicita al experto las diferencias que percibe entre la propuesta de modelo didáctico alternativo y el modelo actuante. Todos los expertos que participan en esta pregunta tienen la vivencia de haber trabajado por espacio de muchos años con el modelo actuante, de ahí que sus respuestas contribuyen con la comparación entre la propuesta y el modelo actuante. En esta pregunta participa un total de 16 expertos que son especialistas de voleibol. La mayoría coinciden en afirmar que la propuesta es más racional, práctica, real y completa que la actuante porque la propuesta abarca la concepción general del trabajo de preparación técnico – táctica. Solo un pequeño número considera que es más fácil con lo cual concuerda este autor, pues el tratamiento en el modelo propuesto requiere del análisis, la reflexión y proyecciones que se oponen a la simplicidad e improvisación.

### **TABLA 5**

En la pregunta número 15 un gran número de expertos consideran que se observan ventajas en la aplicación del modelo en lo referente al trabajo con los objetivos, la razón de ello obedece a que el modelo brinda orientaciones para un tratamiento metodológico y organizado en la determinación y derivación de los objetivos a partir de las diferentes estructuras cíclicas del entrenamiento. De igual manera, se manifiestan en relación con las ventajas en la determinación de los métodos para el desarrollo de la preparación técnico – táctica y la planificación de los componentes teniendo como estructura medular el mesociclo. La totalidad de los expertos



coincide en afirmar que existen ventajas en la determinación, elaboración y búsqueda de los ejercicios, precisamente porque el modelo resuelve esta insuficiencia que se manifiesta en el actuante. Ninguno de los expertos considera que no tiene ventajas. Incluso se añade a ello que algunos de los expertos encuentran en él otras ventajas, aspecto este que representa un reconocimiento positivo al modelo propuesto.

Entre otras ventajas consideradas los expertos encuentran las siguientes:

- Permite un adecuado ordenamiento metodológico.
- Brinda facilidades de retroalimentación.
- Posibilita el empleo de sus componentes según el tiempo real de que se dispone en las instalaciones.
- Se aprecia una preferencia al contenido técnico-táctico por encima de la distribución del volumen disponible a diferencia del actuante.

De igual manera, algunos de ellos realizaron sugerencias en beneficio de perfeccionar el trabajo las que se tuvieron en cuenta por el autor.

### 3.3. Análisis de los resultados del entrenamiento por medio de la aplicación de los tests pedagógicos en el grupo de desarrollo masculino.

Las tablas números 6 y 7 recogen los puntos obtenidos en los resultados de cada uno de los jugadores en las diferentes pruebas realizadas.

#### **TABLA 6**

En esta tabla, se aprecian deficiencias en la realización de los elementos técnicos lo que está dado porque se aplica cuando los jugadores se inician en la etapa de preparación, sin embargo, podemos ver que el fundamento técnico saque no manifiesta resultados desfavorables, considerando que se debe a la estructura simple del movimiento. El jugador con mejores resultados es el número cinco que alcanza buenos totales en la medición, por el contrario los números 1, 3, 4, 7, 8, y 9 no logran ni el 50 % de la puntuación. En esta prueba no se ejecuta el fundamento bloqueo por decisión técnica del entrenador por lo que el test reduce su total a 85 puntos.

#### **TABLA 7**

Esta tabla expresa los resultados de la segunda medición se observa que estos resultados son muy positivos como consecuencia de la aplicación metodológica del trabajo de entrenamiento, pues el empleo del modelo permite al entrenador un mejor desenvolvimiento para realizar su trabajo. Se expresa un ascenso homogéneo en todo el grupo destacándose los resultados alcanzados en el saque, recibo y pase los que, según nuestra opinión, son fundamentos a los cuales se les brinda en estas edades una atención priorizada. El jugador número cinco mantiene resultados positivos y se incorporan junto a él los números 1, 2, 6, 7 y 9. Los números 3, 4 y 8 manifiestan las principales dificultades; no obstante, sus rendimientos crecen en comparación con la primera evaluación. Se destaca como un elemento inesperado los resultados del jugador número nueve quien alcanza el máximo de la puntuación. El ataque y la defensa manifiestan los resultados más débiles, debido entre otros factores al requerimiento de una alta complejidad y una gran coordinación en su ejecución.

#### **TABLA 8**

Aquí se muestran los resultados de las medidas descriptivas que caracterizan las diferentes pruebas en el inicio y final de la preparación. Entre estos elementos contamos con la Media ( $\bar{x}$ ), la Desviación estándar (S), el Coeficiente de variabilidad, los valores mínimos (mín) y máximos (máx). Se puede apreciar que los resultados obtenidos en la media ascendieron en todos los fundamentos del juego, entre estos se destaca el pase. Se observa una adecuada homogeneidad manifestada por los resultados de la desviación standard y en el coeficiente de variabilidad entre el primero y segundo momento, lo que expresa la labor de conjunto realizada en la preparación del grupo. Las pruebas de saque, recibo y pase alcanzaron los mejores rendimientos, los mismos son fundamentos básicos en el trabajo sistemático en estas edades. En sentido opuesto, se destaca que las principales dificultades se manifiestan en el ataque y la defensa, consideramos que estos resultados pudieran deberse a la complejidad y el uso que tienen estos fundamentos en esta categoría. Las gráficas de la uno a la cinco ilustran los resultados que se exponen en las respectivas tablas.

## TABLA 9

En dicha tabla, se ilustran los resultados comparativos de cada fundamento técnico en los diferentes momentos, (1ra. y 2da. medición). Para la misma se emplea la prueba no paramétrica para muestras relacionadas test de rangos señalados de Wilcoxon.

Entre la primera y la segunda medición se demuestran los positivos resultados del trabajo lo que expresa la efectividad de la propuesta metodológica empleada. Cinco de los seis aspectos evaluados demuestran diferencias significativas, entre ellos se destaca el ataque y el total del test que alcanzan diferencias muy significativas. Solo el saque no manifiesta diferencias significativas aún cuando existió una mejoría de los resultados entre ambas pruebas, la razón de ello obedece a las altas puntuaciones que alcanzó esta prueba en la primera evaluación.

### 3.4. Análisis de los resultados de la aplicación del control del rendimiento técnico-táctico en competencias

#### a) Análisis de los resultados en el equipo 12 – 13 años femenino de la EIDE Provincial de Villa Clara.

Este conjunto estuvo caracterizado porque la gran mayoría de sus jugadores presentaban altas dificultades técnico-tácticas por lo que no se contaba entre los equipos que podían brindar para la provincia adecuados resultados en los Juegos Escolares Nacionales. De ahí que la aplicación del experimento y los resultados alcanzados por este equipo tuviesen una alta significación. A pesar de las diferencias de niveles entre dos jugadoras y el resto, el modelo permitió al entrenador garantizar su aplicación durante todo el macrociclo de entrenamiento. Competitivamente el equipo alcanzó el 4to. lugar en los Juegos Escolares de Alto Rendimiento, siendo el equipo de voleibol mejor ubicado por la provincia en dichos juegos. El mismo mejoró la posición con respecto al año anterior en 8 escaños, pasando de un 12mo. al 4to. lugar. Los resultados competitivos evidenciaron la efectividad del modelo y los mismos se analizaron por medio del Control del Rendimiento en Competencias. Para ello fueron tomados los resultados de enfrentamientos contra un equipo similar en dos momentos diferentes, al principio de la preparación y en el final del período competitivo.

Esta forma permite controlar la variable que se utiliza como medio para medir el rendimiento, pues en los deportes variables, a los que pertenecemos, esto se hace extraordinariamente difícil.

#### **TABLA 10**

En la tabla número 10 se muestra el rendimiento del equipo en el primer y segundo momento. Para ello se toma como punto de referencia los valores obtenidos en cada fundamento del juego en las acciones positivas, acciones negativas y el rendimiento según el método más-menos y el rendimiento en porcentos. Al valorar los resultados en las acciones positivas se puede observar que en la primera medición hubo una mayor cantidad de esas acciones que en la segunda. Sin embargo, en las acciones negativas se manifiesta una considerable mejoría en los rendimientos, o sea, los jugadores fueron más seguros en el juego. El rendimiento tanto en el método más – menos como en los porcentos mejoró considerablemente entre la primera medición y la segunda. De igual manera los parciales confirman estos resultados, en la primera medición se ganó en 3 sets, sin embargo, en la segunda se alcanzó la victoria sólo en 2 con marcadores muy fáciles. Los gráficos del 6 al 9 ilustran los resultados numéricos de esta tabla.

#### **TABLA 11**

Esta tabla nos expresa las medidas descriptivas entre una medición y la otra valorando los fundamentos del juego en dos grupos, los positivos (los que aportan puntos al equipo), y los negativos (aquellos que restan puntos para el equipo) Se manifiesta un ligero descenso entre las medias y los valores mínimos y máximos de los fundamentos positivos al comparar la primera con la segunda medición, lo que corrobora el análisis realizado en la tabla anterior, sin embargo, se evidencia una adecuada mejoría de los fundamentos negativos de la primera a la segunda medición. De igual manera ocurre con el rendimiento el cual es favorable en la segunda medición con relación a la primera evidenciando el desarrollo del trabajo. Las medidas de dispersión demuestran una correcta homogeneidad entre ambas mediciones en el trabajo que manifiestan los fundamentos del juego.

#### **TABLA 12**

Al realizar la comparación de estos indicadores empleando la prueba de Wilcoxon se corroboran los planteamientos anteriormente expresados. En los fundamentos positivos los niveles de

probabilidad obtenidos nos indican que no hubo diferencias entre una medición y la otra, sin embargo, se aprecia que en los fundamentos negativos y el rendimiento, que es el principal indicador, evidentemente existieron diferencias significativas. Por todo ello es importante destacar que el empleo del Modelo propuesto permitió al entrenador y su equipo elevar los rendimientos en un grupo que evidentemente tenía, al principio de la preparación, grandes dificultades.

### 3.5 Resultados de las visitas al entrenamiento.

Los entrenadores fueron objeto de observaciones, y atención sistemática para el desarrollo del trabajo metodológico concebido (Anexo 1). El investigador trabajó estrechamente vinculado al entrenamiento de los equipos. Se realizaron observaciones directas y participantes con el objetivo de valorar la marcha del trabajo, hacer recomendaciones y recoger criterios mediante la aplicación de una entrevista individual. En cada una de estas visitas se apreció que los entrenadores utilizaron el modelo según su concepción. El criterio acerca de la evolución de los jugadores fue recogido durante las visitas y el mismo siempre fue favorable.

### 3.6 Análisis de las experiencias y los resultados del trabajo en el equipo 14 -15 años femenino del Club Estrela do Oeste. Minas Gerais, Brasil. En los años 1997 al 1999

El autor de esta tesis tuvo la oportunidad de aplicar en la República Federativa del Brasil donde trabajo en un prestigioso Club de la ciudad de Divinópolis en el Estado de Minas Gerais la etapa final de concepción del modelo. Esta experiencia internacional permitió para poner a tono los últimos detalles de su aplicación definitiva y fue muy positiva en cuanto a sus resultados si tomamos en cuenta el alto nivel de desarrollo que ostenta el voleibol en ese país, no sólo en el primer nivel sino también en la base con equipos de categorías escolares en el ámbito de Clubes. Por el valor que tienen los resultados alcanzados en esta experiencia los exponemos a continuación.

En el primer año se trabajó con un equipo poco preparado con no pocas dificultades técnicas y un nivel competitivo prácticamente en cero difícil de mejorar en el poco tiempo que restaba para el inicio del campeonato, no existía en el grupo un concepto estructural del juego. En correspondencia con ello, los resultados fueron adecuados para el nivel al alcanzar el 3er. Lugar

en el Campeonato del Interior de Minas. En el segundo año la preparación se inicia en tiempo y con todas las condiciones previstas lo que permitió valorar el trabajo técnico-táctico y continuar perfeccionando la concepción del modelo didáctico alternativo.

Para evaluar los resultados fueron seleccionados dos partidos contra uno de los principales oponentes del estado de Minas Gerais, el equipo de Gammo de la ciudad de Lavras, ocupante de la tercera posición en el campeonato del estado. Con este equipo se compitió en cuatro oportunidades durante el macrociclo y tomamos como medida para el rendimiento el primer juego efectuado en el período preparatorio y el último realizado en la final del Campeonato del Estado, esta decisión obedece a la necesidad de medir el rendimiento con un medio (oponente), que es similar en los dos momentos y con ello se disminuye grandemente las modificaciones que pudieran influir en la estabilidad de los resultados.

### **TABLA 13**

En esta tabla se expresan los resultados de las dos mediciones realizadas. Se analizan los datos de cada fundamento del juego en las acciones positivas, acciones negativas y el rendimiento por medio del método más – menos y en porcentos. Las acciones positivas aumentaron en el segundo momento con relación al primero lo que nos indica un ascenso en la efectividad del trabajo, destacándose entre ellas el ataque. De la misma forma se puede observar una disminución en las acciones negativas de la segunda medición con relación a la primera, mejorando entre estos fundamentos el bloqueo, la defensa y las faltas técnicas ocupan un destacado lugar. El rendimiento en el más–menos mejora considerablemente de la primera medición para la última, como resultado de la mejoría en las acciones positivas y negativas, ello sucede igualmente en el rendimiento porcentual el que se favorece en varias unidades. Los resultados de los puntos de ambos partidos evidencian también la mejoría de la primera medición con relación a la última, en la primera se pierde con un marcador de 1 set ganado por 3 sets perdidos, sin embargo, en la última se gana de 3 set por 1. En el primer momento, donde se pierde, nuestro equipo realiza 48 puntos a favor y recibe 52 en contra a solo 4 unidades de diferencia, pero en el segundo y último realizamos 53 puntos a favor y permitimos 41 superando la diferencia que el oponente consiguió en el primero a 12 puntos.

#### **TABLA 14**

Esta tabla nos expresa las medidas descriptivas entre una medición y la otra valorando los fundamentos del juego en dos grupos, los positivos (los que aportan puntos al equipo), y los negativos (aquellos que restan puntos para el equipo). Tanto la media como los valores máximos y mínimos de los fundamentos saque, ataque y bloqueo mejoran entre las mediciones. La media y los valores mínimos superan discretamente los resultados entre un momento y el otro, sin embargo el salto en los valores máximos es considerable. En relación con los fundamentos recibo, pase, defensa y las faltas técnicas se evidencia una mejoría superior a los fundamentos positivos, de igual manera se aprecian resultados similares en los valores mínimos y máximos entre ambas mediciones. Las medidas de dispersión aumentan discretamente entre una medición y la otra como consecuencia de que algunos fundamentos técnicos alcanzaron resultados muy superiores con relación a los otros. El rendimiento general del equipo mejoró entre la primera medición con relación a la segunda en lo que se refiere a la media, los valores mínimos y máximos obtenidos.

#### **TABLA 15**

La tabla 14, expone los valores comparativos en los diferentes momentos, analizando en ella los indicadores del rendimiento en las acciones positivas y negativas y el rendimiento general. Para la misma se emplea la prueba no paramétrica para muestras relacionadas “Test de rangos señalados de Wilcoxon”. Al comparar el nivel de rendimiento entre la primera y segunda medición se constata que existieron diferencias significativas entre los fundamentos negativos conformado por el grupo del recibo, pase, defensa y las faltas técnicas, igualmente sucedió con el rendimiento general del equipo. A pesar de que los fundamentos del grupo de los positivos mejoraron en sus rendimientos entre la primera y segunda medición, los mismos no demostraron diferencias significativas entre ellas.

Independientemente a los resultados estadísticos que demuestran la efectividad del método es importante destacar que este equipo solamente había conseguido una medalla de bronce en el Campeonato del Interior de Minas Gerais. Durante ese año de preparación, al aplicar el modelo propuesto, logró ganar el Campeonato del Interior, clasificar para el Campeonato del Estado y ganar la medalla de oro en el mismo. El equipo que tomamos como oponente para medir los

rendimientos había logrado con anterioridad mantenerse entre los clasificados que disputaron el Campeonato del Estado en el año anterior, y en este último año alcanzó el 3er. lugar en el mismo.

### 3.7 Resultados del trabajo de la provincia de Villa Clara durante el año en que se aplica el modelo propuesto

La provincia de Villa Clara cuenta con seis equipos entre las categorías escolares (4) y juveniles (2), cuatro de ellos aplicaron el modelo de trabajo para la preparación técnico-táctica y desde el punto de vista competitivo hay tres que mejoraron su posición y solo uno descendió en los resultados por razones que pueden ser atribuibles a otros factores. Por categorías esta ubicación queda de la siguiente manera:

- Categoría 12 – 13 años femenino ascendió del 12mo. en el año anterior al 4to lugar en este año.
- Categoría 14 – 15 años femenino ascendió del 7mo. en el año anterior al 6to lugar en este año.
- Categoría 15 – 16 años masculino descendió del 1ro. en el año anterior al 7mo. lugar en este año.
- Categoría 17 – 18 años masculino ascendió del 8vo. en el año anterior al 4to. lugar en este año.
- La provincia de Villa Clara mejoró sus resultados del 8vo. lugar en el año anterior al 5to. en este año.

Los resultados alcanzados evidencian ventajas a favor del modelo propuesto en cuanto a la labor metodológica y la planificación de los componentes en una unidad dialéctica mejorando los resultados del rendimiento.

Después de haber presentado los tres capítulos que conforman la estructura de la tesis estamos en condiciones de dar paso a las conclusiones de la misma.



## CONCLUSIONES

La realización de esta investigación nos permitió la posibilidad de estudiar con profundidad el proceso de preparación técnico-táctica de los jóvenes voleibolistas desde la teoría y la práctica y arribar a las siguientes conclusiones:

1. El juego de voleibol ha estado caracterizado por la contradicción dialéctica que existe entre el ataque y la defensa, la cual, constantemente conduce a innumerables cambios en la reglamentación, a ello se añade, que el fenómeno espectáculo está hoy más presente que nunca produciendo nuevos cambios en más corto tiempo que ningún otro elemento. Desde el punto de vista técnico-táctico se ha consolidado en el mundo el juego rápido, combinado y fuerte, se ha llegado en la actualidad a un juego mucho más dinámico y arriesgado, producto de pases cortos y rápidos con numerosas combinaciones. En este sentido, el voleibol cubano se ha caracterizado por un elevado nivel de preparación física donde se destaca el poder de salto, la fortaleza en el ataque y las distintas manifestaciones de la resistencia especial, no así en su desempeño técnico-táctico.
2. Desde la década de los ochenta se viene contrastando la repercusión de dos enfoques metodológicos empleados en la enseñanza deportiva, un enfoque tradicional o técnico y otro enfoque alternativo o centrado en la táctica.
3. El modelo actuante de enseñanza y perfeccionamiento, en los eslabones de base del entrenamiento, ha estado influido por el enfoque de enseñanza orientado a la técnica y posee insuficiencias en las orientaciones metodológicas para el empleo de los componentes de la preparación técnico-táctica: objetivos, contenidos, métodos, medios y el control.
4. El modelo didáctico alternativo propuesto para la preparación técnico-táctica del joven voleibolista se sustenta en las siguientes bases teórico-prácticas:
  - F Se trabajará por desarrollar un nivel adecuado de los conocimientos teóricos, las capacidades físicas, generales y especiales durante el proceso, para garantizar el cumplimiento de las tareas del entrenamiento técnico-táctico a tono con las reglas de juego imperantes.

- F El modelo didáctico alternativo para la preparación técnico-táctica debe ser concebido dentro del contexto de proceso pedagógico orientado a la asimilación de la técnica y la táctica deportiva en la unidad dialéctica de sus componentes, proyectando la calidad de las acciones formadas a partir de las estructuras metodológicas a largo, mediano y corto plazo, tomando en consideración el importante papel del mesociclo para la planificación y control del trabajo de entrenamiento.
- F Hay que dirigir el proceso de aprendizaje seleccionando las acciones y sus variantes y las operaciones necesarias organizando su ejecución con el uso de los contenidos, métodos, medios y el control propuesto, en un contexto de entrenamiento activo orientado a la creatividad de los jugadores, donde la participación consciente de los mismos se garantice por la orientación constante en las tareas del entrenamiento.
- F El proceso de formación de la acción mental debe comenzar con las acciones objétales que el jugador realiza para su representación material empleando los estímulos externos para participar en el aprendizaje de los fundamentos del juego de manera activa los que colocados de manera problemáticas a través del método variable fomentan este desarrollo.
- F El modelo basa su concepción de la enseñanza en la teoría de Vigotski de zona de desarrollo próximo cuando expresa que la enseñanza no necesita esperar a que el jugador haya alcanzado determinado nivel de desarrollo para que pueda aprender algo, lo importante es precisar si en él existen las posibilidades para este aprendizaje pues existe una diferencia entre lo que el niño es capaz de realizar por sí sólo y lo que puede efectuar con la ayuda de los adultos o de otros compañeros.
- F Las características del control y evaluación deben ser previstas de manera sistemática. El papel que juegan la corrección de los principales errores en la ejecución de los fundamentos, el control y autocontrol del rendimiento en las tareas del entrenamiento y la información y orientación al jugador, es una importante vía para la retroalimentación, lo cual permite analizar, evaluar y corregir los éxitos o deficiencias.
- F El papel de los componentes está dado en la concepción y proyección de los objetivos que permiten orientar conscientemente los propósitos del trabajo, en que el contenido

propuesto concibe todas las acciones técnico-tácticas de los jugadores metodológicamente organizadas, en que los ejercicios posibilitan un orden racional a la enseñanza y en que el uso combinado de los métodos durante todo el proceso posibilita, junto a los demás, el desarrollo técnico-táctico de los jugadores.

5. El modelo didáctico creado representa un aporte teórico al entrenamiento técnico-táctico, al integrar el proceso en las condiciones contemporáneas del voleibol y destacar el papel rector que le corresponde a la preparación técnico-táctica.
6. Los resultados alcanzados en la aplicación de la consulta de expertos, los tests pedagógicos y el propio mejoramiento deportivo de los equipos participantes nos permiten demostrar que el modelo didáctico alternativo concebido reúne los requisitos científico-técnicos imprescindibles para conducir de manera eficiente el proceso de preparación técnico-táctica en los jóvenes voleibolistas.

## RECOMENDACIONES

- ◆ Proponer a la Federación Cubana de Voleibol considere la necesidad de aplicar el modelo propuesto como parte de los cursos de superación para los entrenadores del país que están vinculados con la formación de los jóvenes voleibolistas.
- ◆ Extender esta experiencia a otros territorios del país de manera que pueda ser empleado por otros entrenadores como alternativa para su trabajo de entrenamiento.
- ◆ Proponer que en las futuras versiones del Programa de Preparación del Deportista de Voleibol se empleen los elementos necesarios que aporta el modelo didáctico propuesto ajustándolo a las diferentes categorías.

## **BIBLIOGRAFÍA.**

1. Castro Ruz, Fidel. La batalla por ser sede de una olimpiadas ha comenzado desde ahora mismo. Discurso pronunciado en el encuentro con representantes de la delegación deportiva que asistió a los Juegos Panamericanos de Winnipeg. Oficina de Publicaciones del Consejo de Estado (La Habana) 1999.
2. Aguiar, M. La asimilación del contenido de la enseñanza / M. Aguiar. – Habana: Editorial Pueblo y Educación. 1979.
3. Alvarez, A. y del Río, P. Educación y Desarrollo: La teoría de Vigostki y la zona de desarrollo próximo. Ed. Alianza Psicología. Madrid. 1992.
4. Alvarez, C. La escuela en la vida / Carlos Alvarez. – Ciudad de la Habana: En disquete. S/f. – 153 p.
5. Alvarez C.. La pedagogía como ciencia / Carlos Alvarez. – Ciudad de la Habana: En disquete. S/f. - 152 p.
6. Andux, C. Los objetivos en los deportes de equipo: un problema metodológico / Calixto Andux Deschappelles. – Cienfuegos: IV Concurso Internacional y IX Nacional de clases de Educación Física, Abril 1997. – 60 h.
7. Andux, C. Subsistema de Deportes de Alto rendimiento. Voleibol / Calixto Andux, Elpidio Hernández y Graciela González. - Habana, 1986. – 212 p.
8. Andux, C. Subsistema de Deportes de Alto rendimiento. Voleibol / Calixto Andux, Elpidio Hernández y Graciela González. - Habana, 1988. – 198 p.
9. Andux, C. George, E. Nuevo enfoque didáctico para el aprendizaje de los juegos deportivos: El Voleibol / Calixto Andux Deschappelles, Eugenio George Laffita. Informe de investigación; ISCF (CH) : s/f. - 28 h. : il.
10. Axmarob, K. Voleibol para los principiantes. / K. Axmarob. Mn: Polimia. 1985.
11. Baacke, H. Modelo de Adquisición de habilidades. Rev. FIVB. Coachts` Dígest (Laussanne): 1997.
12. Babauski, Y.K. Optimización del proceso de enseñanza. Editorial Pueblo y educación. 1982.

13. Barabtarlo y Zedansky. Propuesta didáctica para la formación de profesores en investigación educativa. Métodos de la investigación actual / Barabtarlo y Zedansky. – México: Serie sobre la universidad No. 6 1993. – 198 p.
14. Barrios, J., Manual para el deporte de iniciación y desarrollo / Joaquín Barrios, Alfredo Ranzola. Habana: Editorial Deportes, 1995. – 140 p.
15. Beltrán, J. Procesos, estrategias y técnicas de aprendizaje. UNED. Madrid. 1993
16. Bermúdez, R. Y Rodríguez, M. Teoría y metodología del aprendizaje. Ed. Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana. 1996.
17. Bernal, H. Los objetivos de enseñanza en el entrenamiento deportivo. / H. Bernal. Méjico: Dirección general de deporte selectivo. Marzo de 1994.
18. Cárdenas, D., Moreno. E. Evaluación para la capacidad técnico - táctica individual para el baloncesto en el contexto de enseñanzas medias. Revista motricidad (Universidad de Granada. Granada) Vol II (2) : Junio, 1996.
19. COI, FIVB. El Voleibol y el Olimpismo. Enciclopedia Olímpica (s/n).—Lausanne: Comit Internacional Olympique, 1985.
20. Calderón, C. El proceso de aprendizaje de las habilidades motrices deportivas. Doc. Mimeografiado. ISCF. Ciudad de la Habana. 1994.
21. Cerda, H. Los elementos de la investigación ¿Cómo reconocerlos, diseñarlos y construirlos? – Quito: Editorial El buho, 1994, 201 p.
22. Colás, M. Investigación educativa / María del Pilar Colás Bravo. – Sevilla: Librería Canaima, 1992.
23. Colectivo de autores. Manual del profesor de Educación Física. Departamento Nacional de Educación Física del INDER. Ciudad de la Habana. 1996.
24. Colectivo de autores. Voleibol. La táctica colectiva. – España: Comité Olímpico Español. Federación Española de Voleibol, 1992.
25. Colectivo de autores. Voleibol. Colección Los deportes Olímpicos. Primera edición. España: 1884.

26. Colectivo de autores. Voleibol Material didáctico. - Pinar del Río: Facultad del ISCF, 1979. 145 p.
27. Colectivo de autores. Pedagogía. – Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1984.
28. Colectivo de autores. Psicología en el Socialismo. / C. autores. – Habana: Editorial de Ciencias sociales, 1987.
29. Cook, D. T. Métodos cualitativos y cuantitativos en la investigación evaluativa. – Madrid: Ediciones Morata, 1986.
30. Curso Internacional de maestría en Educación Superior. Modulo la investigación científica. Universidad Andina y Universidad Mayor Real y Pontífica de San Francisco. Bolivia. 1997.
31. Davidov, V.V. Tipos de generalización en la enseñanza. Ed. Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana. 1983.
32. Del Canto, C. Concepción teórica acerca de los niveles de manifestación de las habilidades motrices deportivas en la Educación Física de la Educación General, Politécnica y Laboral / Calixto del Canto Coll ; Dr C. Ariel Ruiz Aguilera, tutor. – Resumen de Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas ; ISCF (Ciudad de la Habana) ; 2000. – 39 h. il.
33. Díaz, J. Voleibol en la Escuela. / José Díaz García. – Madrid: Gráficas Lara. 1984.
34. Dzhamgarov, T.T. y Puni, A.T. Psicología de la Educación Física y el Deporte. / T.T Dzhamgarov y A.T. Puni. - Habana: Editorial Científico Técnica, 1990. – 173 p.
35. Engels, F. Dialéctica de la naturaleza. / F. Engels. – Habana: Editora Política, 1979.
36. Forteza de la R, A. Entrenamiento Deportivo Alta Metodología / Armando Forteza de la Rosa. – Habana: s/e. 1997. – 130 p.
37. Forteza de la R. A. Las direcciones del entrenamiento deportivo, nueva concepción metodológica. Revista cubana de la Cultura Física (La Habana) (1) : 1999.
38. Forteza de la R. A., Ranzola, A. Bases metodológicas del entrenamiento deportivo / Armando Forteza, Alfredo Ranzola. - Habana: Editorial Científico Técnica, 1988. - 84 p.

39. Forteza de la R, A. Entrenar para ganar / Armando Forteza. – Madrid: Ed. Pila Teleña, 1997.
40. Fritzler, W. Desarrollo motor como base del mejoramiento deportivo / Wolfgang Fritzler. – México: Universidad Nacional Autónoma de México. 1999. – 11 h. il. En disquete.
41. Fung, T. La habilidad deportiva: su desarrollo / Thalía Fung Goizueta. – La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1999. – 97 p.
42. Fung, T. Las habilidades y las capacidades en el proceso de enseñanza-aprendizaje del deporte. Tesis Doctoral. ISCF. Ciudad de la Habana. 1996.
43. Furmanov, A.G. El comienzo en la enseñanza de los voleibolistas. Material Didáctico. Minsk. 1979.
44. Fröner, B. Skills in Volleyball Training. (Leipzig). Sportverlag. p. 22-24.
45. George, E. Ganamos jugando otro voleibol. Revista Bohemia Ciudad de la Habana Año 92. No. 26. 15 de Diciembre 2000.
46. Gimeno, J. La pedagogía por objetivos: obsesión por la eficiencia. Ed. Morata, S.L. Madrid. 1997.
47. Glosario de Términos y Definiciones de la Cultura Física y el deporte, Cuba, INDER.
48. Golomazov, B. A. El voleibol en la escuela / B. A. Golomazov, B.D. Kovaliev, A.G. Melnikov. - Moscú: Prosveshenie, 1976. – 110 p.
49. Gómez, Luis I. Conferencia especial del Ministro de Educación de Cuba. Congreso Internacional Pedagogía 99. La Habana. 1999.
50. González Rey, F. Comunicación, personalidad y desarrollo. Fernando González Rey. La Habana: Edít. Pueblo y Educación, 1995.
51. González Rey, F. Epistemología cualitativa y subjetividad, La Habana, Pueblo y Educación, 1997.
52. González, O. El planeamiento curricular en la enseñanza superior / Osmara González. – Habana: Universidad de la Habana. s/f. Conferencia mimeografiada. - 77 p.



53. Gorbunov, G. D. Psicopedagogía del deporte. / G. D. Gorbunov. Moscú: Editorial Cultura Física y deporte. 1988.
54. Grosser, M. Alto rendimiento deportivo. Planificación y Desarrollo / M. Grosser, P. Bruggeman, F. Zinte. – México: Ed. Martínez Roca, 1990.
55. Grosser, M. Starischka, S. y Zimmerman, E. Principios del entrenamiento Deportivo. / M. Grosser, S. Starischka y E. Zimmerman. Barcelona: Ediciones Martínez Roca. S.A. 1988.
56. Guardo, M.E. La investigación científica aplicada al deporte / María Elena Guardo. Matanzas: Universidad de Matanzas, 1998. – 82 p.
57. Gutiérrez, P.L. La preparación psicológica en los deportes de equipo de los juegos con pelota. Revista Antioqueña de Medicina Deportiva (Antioquia) Vol 1 (1) : Septiembre 1998.
58. Hahn, E. Entrenamiento con niños / Erwin Hahn. Barcelona: Ediciones Martínez Roca S.A. 1988.
59. Harre, D. Teoría del entrenamiento deportivo / Dietrich Harre. - Habana: Editorial Científico Técnica, 1983. – 395 p.
60. Harril, G. Entrevistas realizada como entrenadora de los equipos femeninos del Centro Nacional de Alto Rendimiento. Habana. Enero 2001.
61. Hechavarría, La formación de experiencias previas pedagógico-profesionales en los estudiantes, como base para la asimilación de conocimientos y habilidades planteadas por la disciplina Teoría y Metodología de la Educación Física y el entrenamiento Deportivo. Tesis presentada en opción al grado científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas. Ciudad de la Habana. 1994.
62. Hernández, R. y otros. Metodología de la investigación. Ed. McGraw-Hill Interamericana de México. S.A. de C.V. 1991.
63. Herrera, G. Voleibol: Manual de consulta operativa para el entrenador / Gilberto Herrera, Jorge L. Ramos, Juana M. Despaigne. – Bilbao: Edit. Federación Vasca de Voleibol, 1996. – 281 p.

- 64.INDER. Sistema de Ciencia e Innovación Tecnológica. Editorial Deportes. La Habana. 1998.
- 65.INDER. XI Seminario de directores municipales y provinciales de deportes. Objetivos estratégicos del deportista, la eficiencia del sistema competitivo cubano y su régimen de participación. Editorial Deportes. La Habana. 1999.
66. Instituto Central de Ciencias Pedagógicas. Pedagogía. ICCP. – La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1984. - 547 p.
67. Instituto de Filosofía Academia de Ciencias de la URSS y Departamento de Filosofía Academia de Ciencias de Cuba. La dialéctica y los métodos científicos generales de investigación. Tomo I y II. La Habana: Editorial Ciencias Sociales. 1985.
68. Ivoilov, A. G. Voleibol / A. G. Ivoilov. – Minsk: Material Didáctico para las Facultades de Educación Física de los Institutos Pedagógicos, 1974. – 93 p.
69. Ivoilov, V. Ensayos de Biomecánica y metodología del entrenamiento / A. V. Ivoilov. - Ciudad de la Habana: Editorial Científico Técnica, 1988. – 124 p.
70. Kleschov, Y.N. Takticheski diestbie voleibolistov be napadienie y zaszite / Yuri Nikolaevich Kleschov. – Mockba: Uchevnoe posobie dlia studentov y esluzhatelei fakulteta povizhenua kvalifikashia, 1986. – 52 p.
71. Kleschov, Y.N. Voleibol / Yuri Nikolaevich Kleschov. - Habana: Editorial Científico Técnica, 1988. – 78 p.
72. Kleschov, Y.N., Airianza, A.G. Voleibol / Y. N. Kleschov, A.G. Airianza. En ruso. – 3. ed. Moscú: Editorial Cultura Física y Deportes, 1985. – 270 p.
73. Klinberg, L. Didáctica General / L. Klinberg. – La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1980.
74. Konzag, G. y otros. Diferentes formas de ejercicios para los juegos deportivos./ G. Konzag. Habana: Editorial Pueblo y Educación. 1984.
75. Kovác, D. Psicología en el Socialismo / D. Kovác. – La Habana: Editorial Ciencias Sociales, 1987.

76. Labarrere, G. Pedagogía. / Guillermina Labarrere, Georgina Valdivia. - Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1991. – 354 p.
77. Leontiev, A.N. Actividad, Conciencia Personalidad / Alexei N. Leontiev. – La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1981. – p.
78. Leontiev, A. N. La actividad en la Psicología / A. N. Leontiev. – Habana: Editorial de Libros para la Educación, 1979. – 64 p.
79. López, A., Vega, C. La clase de Educación Física. Actualidad y perspectivas. / A. López, c. Vega. – Colombia: Ed. Lyoc. 1999.
80. López, a. Tendencias de la Educación Física y el deporte contemporáneo. Aportes y Limitaciones. Material mimeografiado. ISCF Manuel Fajardo. Ciudad de la Habana. 1999.
81. Mahlo, F. La acción táctica en el juego / Freidich Mahlo. Habana: Editorial Pueblo y Educación. 1974. – 230 p.
82. Marshall, L. Conversatorio del presidente de la Federación Cubana de Voleibol en visita realizada a la provincia de Villa Clara. Octubre de 1999.
83. Matsudaira, Y. Voleibol, salto hacia la victoria. En ruso. / Y. Matsudaira, Y. Ikeda, M. Saito. – En ruso. Moscú: Editorial Cultura Física y Deporte, 1983. – 104 p.
84. Matveev, L. Fundamentos del entrenamiento deportivo. / L. Matveev. - Moscú: Editorial Raduga, 1983. – 332 p.
85. Méndez Giménez, Antonio. Modelos de enseñanza deportiva. Análisis de dos décadas de investigación. Lecturas Educación Física y Deportes. <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital. Año 4. No. 13. Buenos Aires, Marzo 1999.
86. MINED. La formación de capacidades, habilidades y hábitos / Habana: Departamento de Educación Física del MINED. 1990. Documento Mimeografiado.
87. Morales, A., Jons, E. / El reloj detenido en el tiempo / A. Morales y E. Jons. - Villa Clara : ISCF Facultad de Villa Clara. 2000. - 2 h.
88. Moras, Gerard. La preparación integral en el voleibol. 1000 ejercicios y juegos. Vol II y III. Editorial Paidotribo. 1994.

89. Navarro Adelantado, V. Conductas infantiles en un juego motor de reglas. Análisis de la estructura, edad y género. Praxiología Motriz. Revista Científica de las actividades físicas, los juegos y los deportes (Las Palmas. Gran Canaria) No. 0. (1) : 1996.
90. Navelo, R. Algunas consideraciones acerca del desarrollo del pensamiento táctico en los jóvenes voleibolistas / Rafael Navelo Cabello. - Trabajo presentado en la Jornada Metodológica de Facultad. Villa Clara: ISCF. 1991. 8 h.
91. Navelo, R. Hacia la maestría en el voleibol. Revista Científico Técnica "Arrancada". Santiago de Cuba. Diciembre 1989.
92. Navelo, R. Una opción en la preparación técnico-táctica del voleibolista. Memorias I Congreso Internacional de Educación Física y Diversidad. Habana 1999.
93. Navelo, R. La preparación técnico-táctica de los jóvenes jugadores en correspondencia con el voleibol contemporáneo. I Congreso Cubano de Teoría y Metodología. Matanzas 2000.
94. Navelo, R. Modelo teórico-metodológico integral para la conducción del proceso de preparación técnico-táctica del joven voleibolista. Memorias de la Reunión científica Internacional: La educación escolar en el siglo XXI. Cienfuegos, 6-9 de Diciembre de 2000.
95. Navelo, R. Tests deportivos motores en los juegos deportivos. Boletín de resultados investigativos Ciudad de la Habana. Septiembre de 1992.
96. Navelo, R. Tests Deportivos Motores. Revista Actualidad Deportiva. Centro Provincial de Informática del Deporte. Villa Clara. 1992.
97. O'farrill, M.T. Estudio del nivel técnico en atletas principiantes de la provincia de Villa Clara. Trabajo de diploma. Tutor: Lic. Rafael Navelo Cabello. ISCF. Facultad de Cultura Física de Villa Clara. 1995.
98. Ozolin, N.G. Sistema contemporáneo de entrenamiento deportivo / N. G. Ozolin. - Ciudad de la Habana: Editorial CientíficoTécnica, 1983. – 488 p.

- 99.Parlebas, P. Los universales de los juegos deportivos. Praxiología Motriz. Revista Científica de las actividades físicas, los juegos y los deportes. (Las Palmas. Gran Canaria). 0 (1) : 1996.
- 100.Petrovski, A. Psicología general. / A. Petrovski. - Moscú: Editorial Progreso, 1980. – 422 p.
- 101.Piaget, J. Papel de la acción en la formación del pensamiento. Ed. Prosvechenie. Moscú. 1996.
- 102.Pieron, M. Didáctica de las actividades físicas y deportivas / Maurice Pieron – Madrid: Editorial Gymmos, 1988. - 184 p.
- 103.Platonov, V.N. El entrenamiento deportivo. / V.N. Platonov. - Barcelona: Editorial Paidotribo. S. A. Colección deporte, 1988. - 214 p.
- 104.Programa de preparación del deportista. Voleibol / comisión Nacional de Voleibol. - Ciudad de la Habana, 2000. – 40 p.
- 105.Ramírez, F.A. El estudio de la praxis deportiva. Identidad científica y modelos de la acción de juego. Seminario. Universidad de las Palmas de Gran Canaria. 1995.
106. Riera, J. Estrategia, Táctica y Técnica deportivas. Rev. Apunts Educación Física y Deportes (Barcelona) 1995, – 45-56 p.
107. Rivero, S. Entrevistas realizada como entrenador de los equipos femeninos del Centro Nacional de Alto Rendimiento. Habana. Enero 2001.
108. Rodionov, A.V. Psicología del enfrentamiento deportivo / A. V. Radionov. – Ciudad de la Habana: Editorial ORBE, 1981. – 117 p.
109. Rodríguez, J. Deporte y Ciencia. Teoría de la actividad física / Juan Rodríguez. – Barcelona: Editorial INDE, 1995. – 287 p.
- 110.Rojas Barrayarza, O. Cepero Cuellar, I. La aplicación de algunos componentes de la preparación técnico-táctica del voleibolista en un equipo principiante. Trabajo de diploma. Tutor: Lic. Rafael de M. Navelo Cabello. ISCF. Facultad de Cultura Física de Villa Clara. 2000.

111. Rudik, P.A. Psicología / P.A. Rudik. – Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1988. – 469 p.
112. Ruiz, L.M. Deporte y aprendizaje. Procesos de adquisición y desarrollo de las habilidades / L.M. Ruiz. – Madrid: Visor Distribuciones, 1994.
113. Santana, D., Gándara, O. Estudio del nivel técnico-metodológico que presentan especialistas del voleibol en V.C. acerca de la preparación técnico-táctica. Dayle Santana ; Orestes Gándara. - Trabajo de diploma. Tutor: Rafael Navelo Cabello. ISCF (VC). 1994. – 87 h. il.
114. Santana, J.L. Panorámica de la evolución del reglamento de Voleibol. Curso de actualización sobre el reglamento de voleibol / José L. Santana Lugones. - Villa Clara: Facultad de Cultura Física. ISCF. 1999.
115. Singer, R.N. El aprendizaje de las acciones motrices en el deporte. Ed. Hispano Europea. Barcelona, 1996.
116. Suárez, C. Entrevistas realizada como entrenador del Centro Nacional de Alto Rendimiento. Habana. 1997.
117. Valdés, H.M. La preparación psicológica del deportista. / H.M. Valdés. España: INDE. S.A. Publicaciones. 1996.
118. Valdés H., y otros. Introducción a la investigación científica aplicada a la educación física y el deporte / H. Valdés, M. Estévez, M. Arroyo, y E. Peralta. – Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1987. – 264 p.
119. Vargas, R. Teoría del entrenamiento. Diccionario de conceptos / René Vargas. – México: Universidad Nacional Autónoma de México. Dirección General de Actividades Deportivas, 1998. - 231 p.
120. Vigotsky, L.S. Obras completas. Tomo V / Lev S. Vigostky. -- C. de la Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1995.
121. Vigotsky, L.S. Pensamiento y Lenguaje / Lev S. Vigostky. -- C. de la Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1982.

122. Voleibol 1 / Evelina Borroto... [et al.]. Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1992. – 149 p.
123. Volley World. Punto de vista: el voleibol en el futuro. Revista Oficial de la Federación Internacional de Voleibol (Lausanne) (2) : 2000.
124. Volley World. History. Revista Oficial de la Federación Internacional de Voleibol. (Lausanne) (1): Jan – Feb, 1997.
125. Zhelezniak, Y. D. La Preparación de los Voleibolistas jóvenes / Y.D. Zhelezniak, Y.N. Kleschov, O.S. Chejov. – Habana: Editorial Científico Técnica 1984. – 291 p.
126. Zhelezniak, Y.D. Hacia la maestría en el voleibol. / J.D. Zhelezniak. – en ruso. Moscú: Editorial Cultura Física y Deportes, 1978. 222 p.

## ANEXOS

**Tabla 1**

RESULTADOS DE LAS RESPUESTAS DE LOS EXPERTOS A LA CONSULTA

| PREGUNTAS | MUY ACEPTABLE | BASTANTE ACEPTABLE | ACEPTABLE | POCO ACEPTABLE | NADA ACEPTABLE |
|-----------|---------------|--------------------|-----------|----------------|----------------|
| 1         | 11            | 6                  | 0         | 0              | 0              |
| 2         | 13            | 4                  | 0         | 0              | 0              |
| 3         | 12            | 5                  | 0         | 0              | 0              |
| 4         | 11            | 5                  | 1         | 0              | 0              |
| 5         | 6             | 9                  | 2         | 0              | 0              |
| 6         | 14            | 3                  | 0         | 0              | 0              |
| 7         | 12            | 5                  | 0         | 0              | 0              |
| 8         | 11            | 6                  | 0         | 0              | 0              |
| 9         | 11            | 6                  | 0         | 0              | 0              |
| 10        | 10            | 6                  | 0         | 0              | 0              |
| 11        | 10            | 5                  | 1         | 1              | 0              |
| 12        | 10            | 7                  | 0         | 0              | 0              |

**Tabla 2**

PROCESAMIENTO DE LOS DATOS A LA CONSULTA DE LOS EXPERTOS

| PREGUNTAS | MUY ACEPTABLE | BASTANTE ACEPTABLE | ACEPTABLE | POCO ACEPTABLE | NADA ACEPTABLE |
|-----------|---------------|--------------------|-----------|----------------|----------------|
|           | 0.38          | 2.95               |           |                |                |
| 1         | X             |                    |           |                |                |
| 2         | X             |                    |           |                |                |
| 3         | X             |                    |           |                |                |
| 4         | X             |                    |           |                |                |
| 5         |               | X                  |           |                |                |
| 6         | X             |                    |           |                |                |
| 7         | X             |                    |           |                |                |
| 8         | X             |                    |           |                |                |
| 9         | X             |                    |           |                |                |
| 10        | X             |                    |           |                |                |
| 11        |               | X                  |           |                |                |
| 12        | X             |                    |           |                |                |



**Tabla 3****RESULTADOS DEL CRITERIO DE LOS EXPERTOS A LA PREGUNTA 13**

¿Cómo son las vivencias que ha experimentado empleando el Modelo propuesto?

| PREGUNTA | Excelentes |      | Muy buenas |      | Buenas |   | Regulares |   | Malas |   | Total Expertos |
|----------|------------|------|------------|------|--------|---|-----------|---|-------|---|----------------|
|          | Total      | %    | Total      | %    | Total  | % | Total     | % | Total | % |                |
| 13       | 7          | 63.6 | 4          | 36.4 |        |   |           |   |       |   | 11             |

**Tabla 4****RESULTADOS DEL CRITERIO DE LOS EXPERTOS A LA PREGUNTA 14**

¿Qué diferencias percibe usted entre el Modelo Propuesto y el tradicional o actuante?

| PREG. | MÁS RACIONAL |      |          |   | MÁS PRÁCTICO |      |       |      | Total de expertos |
|-------|--------------|------|----------|---|--------------|------|-------|------|-------------------|
|       | SI           |      | NO       |   | SI           |      | NO    |      |                   |
| 14    | Total        | %    | Total    | % | Total        | %    | Total | %    | 14                |
|       | 12           | 86   |          |   | 12           | 86   |       |      |                   |
|       | MÁS FACÍL    |      | MÁS REAL |   | MÁS COMPLETO |      |       |      |                   |
|       | SI           |      | NO       |   | SI           |      | NO    |      |                   |
|       | Total        | %    | Total    | % | Total        | %    | Total | %    |                   |
|       | 4            | 28.6 |          |   | 9            | 64.2 | 13    | 92.9 |                   |

**Tabla 5****RESULTADOS DEL CRITERIO DE LOS EXPERTOS A LA PREGUNTA 15**

¿Dónde están las mayores ventajas que usted observa en la aplicación del Modelo?

| PREG. | OBJETIVOS                   |      | TRABAJO EN LOS EJERCICIOS |      | APLICACIÓN DE LOS MÉTODOS |    | Total de expertos |
|-------|-----------------------------|------|---------------------------|------|---------------------------|----|-------------------|
|       | Total                       | %    | Total                     | %    | Total                     | %  |                   |
| 15    | 10                          | 62.5 | 16                        | 100  | 12                        | 75 | 16                |
|       | PLANIFICACIÓN DEL MESOCICLO |      | TIENE OTRAS VENTAJAS      |      | NO TIENE VENTAJAS         |    |                   |
|       | Total                       | %    | Total                     | %    | Total                     | %  |                   |
|       | 11                          | 68.8 | 3                         | 18.7 | 0                         | 0  |                   |

**Tabla No. 6**

RESULTADOS ALCANZADOS EN LA PRIMERA MEDICION EN EL GRUPO DE DESARROLLO

| Sujetos | Saque | Recibo | Pase | Ataque | Defensa | Total |
|---------|-------|--------|------|--------|---------|-------|
| 1       | 7,5   | 10     | 0    | 0      | 10,5    | 28    |
| 2       | 15    | 10     | 10   | 10,5   | 7,5     | 53    |
| 3       | 0     | 10     | 10   | 7,5    | 7,5     | 35    |
| 4       | 10,5  | 10     | 10   | 0      | 7,5     | 38    |
| 5       | 10,5  | 20     | 20   | 7,5    | 15      | 73    |
| 6       | 15    | 20     | 10   | 7,5    | 10,5    | 63    |
| 7       | 15    | 0      | 0    | 7,5    | 0       | 22,5  |
| 8       | 15    | 10     | 0    | 0      | 0       | 25    |
| 9       | 0     | 10     | 10   | 7,5    | 7,5     | 35    |

**Tabla No. 7**

RESULTADOS ALCANZADOS EN LA SEGUNDA MEDICION EN EL GRUPO DE DESARROLLO

| Sujetos | Saque | Recibo | Pase | Ataque | Defensa | Total |
|---------|-------|--------|------|--------|---------|-------|
| 1       | 15    | 20     | 20   | 15     | 10,5    | 80,5  |
| 2       | 15    | 20     | 20   | 15     | 10,5    | 80,5  |
| 3       | 15    | 20     | 14   | 10,5   | 15      | 74,5  |
| 4       | 7,5   | 20     | 20   | 10,5   | 10,5    | 68,5  |
| 5       | 15    | 20     | 20   | 10,5   | 15      | 80,5  |
| 6       | 15    | 20     | 20   | 10,5   | 15      | 80,5  |
| 7       | 15    | 20     | 20   | 15     | 10,5    | 80,5  |
| 8       | 15    | 14     | 20   | 10,5   | 10,5    | 70    |
| 9       | 15    | 20     | 20   | 15     | 15      | 85    |

Tabla 8

MEDIDAS DESCRIPTIVAS DE LOS RESULTADOS EN EL GRUPO DE DESARROLLO.

| Pruebas | Primera Medición |       |       |      |      | Segunda Medición |      |       |      |     |
|---------|------------------|-------|-------|------|------|------------------|------|-------|------|-----|
|         | X                | S     | Cv    | Mín  | Máx  | X                | S    | Cv    | Mín  | Máx |
| Saque   | 9,83             | 6,19  | 62,97 | 0    | 15   | 14,17            | 2,5  | 17,64 | 7,5  | 15  |
| Recibo  | 11,11            | 6,01  | 54,10 | 0    | 20   | 19,33            | 2    | 10,35 | 14   | 20  |
| Pase    | 7,78             | 6,67  | 85,73 | 0    | 20   | 19,33            | 2    | 10,35 | 14   | 20  |
| Ataque  | 5,33             | 4,12  | 77,30 | 0    | 10,5 | 12,5             | 2,37 | 18,96 | 10,5 | 15  |
| Defensa | 7,33             | 4,83  | 65,89 | 0    | 15   | 12,5             | 2,37 | 18,96 | 10,5 | 15  |
| Total   | 41,39            | 17,67 | 42,69 | 22,5 | 73   | 77,83            | 5,55 | 7,13  | 68,5 | 85  |

Figura 1

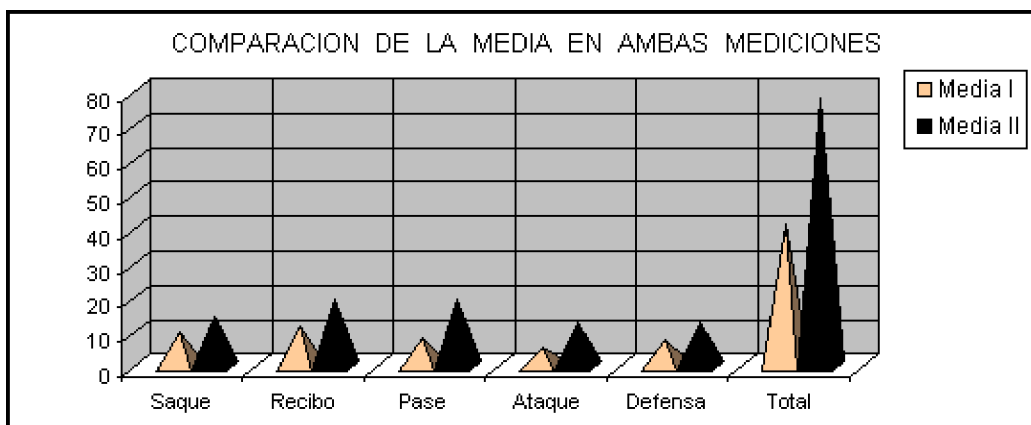


Figura 2

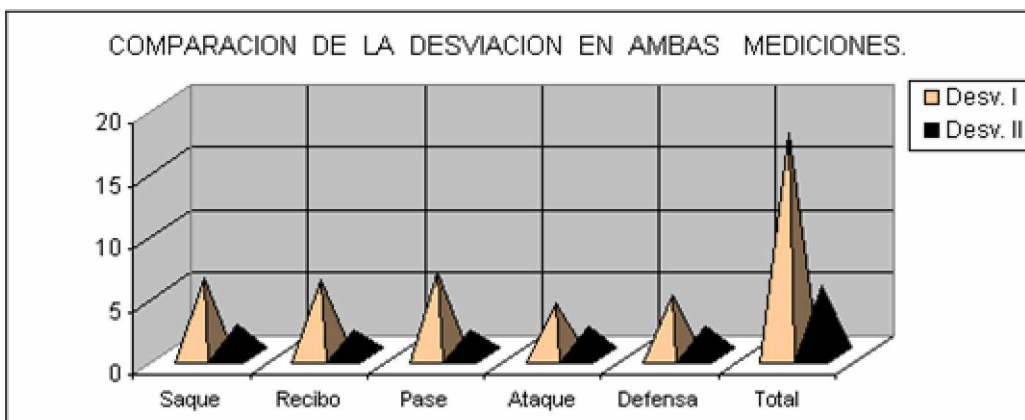


Figura 3

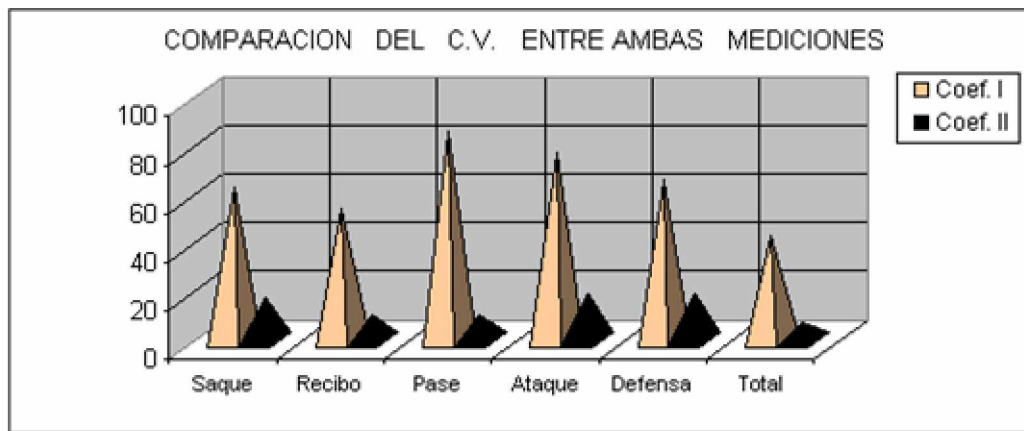
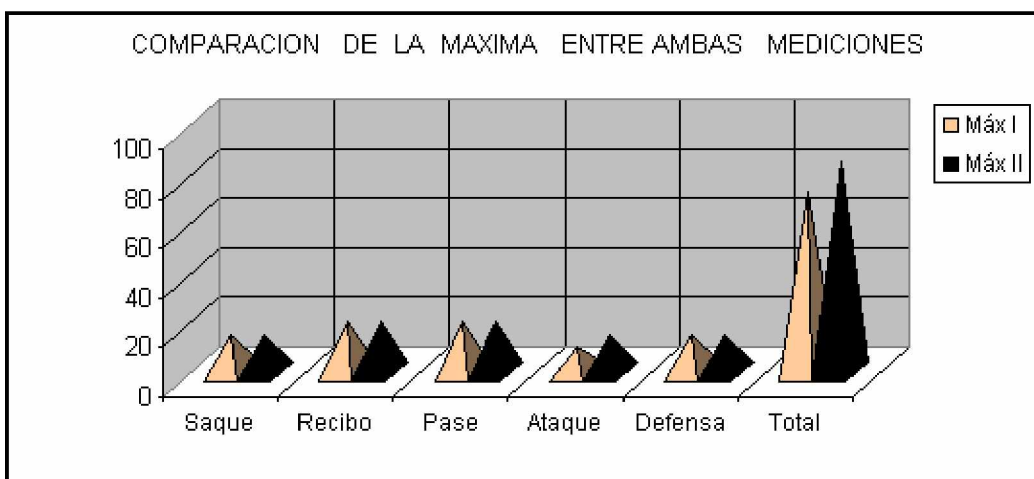


Figura 4









Figura 5



**Tabla 9**

RESULTADOS COMPARATIVOS ENTRE LAS MEDICIONES EN EL GRUPO DE DESARROLLO

| Pruebas | Niveles de probabilidad obtenidos entre la 1ra. y 2da. mediciones.                      | Nivel de significación. |
|---------|---|-------------------------|
| Saque   | 0,078  | 0,05                    |
| Recibo  | 0,014  |                         |
| Pase    | 0,010  |                         |
| Ataque  | 0,007  |                         |
| Defensa | 0,017  |                         |
| Totales | 0,007  |                         |

Simbología:




-  No hay diferencias.
-  Diferencias significativas.
-  Diferencias muy significativas.

Tabla 10.

Resultados por fundamentos del equipo 12-13 (f) en ambas mediciones

| Fundamentos  | Primera medición |        |       |      | Segunda medición. |        |       |      |
|--------------|------------------|--------|-------|------|-------------------|--------|-------|------|
|              | Posit.           | Negat. | Rend. |      | Posit.            | Negat. | Rend. |      |
|              |                  |        | m/m   | %    |                   |        | m/m   | %    |
| Saque        | 15               | 17     | -2    | 46.9 | 7                 | 4      | 3     | 63.6 |
| Recibo       | -                | 9      | -9    | 85   | -                 | 2      | -2    | 90.5 |
| Pase         | -                | 5      | -5    | 91.7 | -                 | 1      | -1    | 95.2 |
| Ataque       | 22               | 12     | 10    | 64.7 | 17                | 9      | 8     | 65.3 |
| Bloqueo      | 9                | 5      | 4     | 64.3 | 4                 | 0      | 4     | 100  |
| Defensa      | -                | 5      | -5    | 91.7 | -                 | 3      | -3    | 85   |
| Faltas técn. | -                | 7      | -7    | 88.3 | -                 | 1      | -1    | 95.2 |
| Totales      | 46               | 60     | -14   | 43.4 | 28                | 21     | 7     | 57.1 |




Tabla 11

Medidas descriptivas de ambas mediciones en el equipo 12-13 (f)

| Fundamentos |     | Primera medición |      |      |      | Segunda medición. |      |      |      |
|-------------|-----|------------------|------|------|------|-------------------|------|------|------|
|             |     | X                | Ds   | Mín. | Máx. | X                 | DS   | Mín. | Máx. |
| Positivos   | Saq | 6.57             | 9.04 | 0    | 22   | 4                 | 6.35 | 0    | 17   |
|             | Ata |                  |      |      |      |                   |      |      |      |
|             | Blo |                  |      |      |      |                   |      |      |      |
| Negativos   | Rec | 8.57             | 4.54 | 5    | 17   | 3                 | 2.08 | 0    | 6    |
|             | Pas |                  |      |      |      |                   |      |      |      |
|             | Def |                  |      |      |      |                   |      |      |      |
|             | Ft  |                  |      |      |      |                   |      |      |      |
| Rendimiento |     | - 2              | 6.73 | - 9  | 10   | 1                 | 5.42 | - 5  | 11   |

Tabla 12

Resultados comparativos entre ambas mediciones en el equipo 12-13 (f).

| Fundamentos |   | Niveles de probabilidad obtenidos entre la primera y segunda medición                   | Nivel de significación |
|-------------|---|---|------------------------|
| Positivos   | Saq   | 0.102  | 0.10                   |
|             | Ata   |   |                        |
|             | Blo   |   |                        |
| Negativos   | Rec   | 0.027  |                        |
|             | Pas   |   |                        |
|             | Def   |   |                        |
|             | FT  |   |                        |
| Rendimiento | 0.042  |   |                        |

Simbología:

Saq: Saque.  
 Ata: Ataque.  
 Blo: Bloqueo.  
 Rec: Recibo.  
 Pas: Pase.  
 Def: Defensa.  
 FT. Faltas técnicas.

No hubo diferencias: 

Diferencias significativas: 

Tabla 13

Resultados por fundamentos del equipo Estrela do Oeste en ambas mediciones

| Fundamentos  | Primera medición |        |       |      | Segunda medición. |        |       |      |
|--------------|------------------|--------|-------|------|-------------------|--------|-------|------|
|              | Posit.           | Negat. | Rend. |      | Posit.            | Negat. | Rend. |      |
|              |                  |        | m/m   | %    |                   |        | m/m   | %    |
| Saque        | 13               | 15     | -2    | 46.4 | 11                | 10     | 1     | 52.9 |
| Recibo       | -                | 16     | -16   | 85   | -                 | 12     | -12   | 86.4 |
| Pase         | -                | 5      | -5    | 95.3 | -                 | 3      | -3    | 96.6 |
| Ataque       | 46               | 18     | 28    | 71.8 | 60                | 22     | 38    | 73.1 |
| Bloqueo      | 4                | 31     | -27   | 11.4 | 10                | 24     | -14   | 29.4 |
| Defensa      | -                | 15     | -15   | 86   | -                 | 3      | -3    | 96.6 |
| Faltas técn. | -                | 14     | - 14  | 87   | -                 | 1      | -1    | 98.9 |
| Totales      | 63               | 108    | - 45  | 36.8 | 81                | 88     | -7    | 47.9 |

Tabla 14




Medidas descriptivas de ambas mediciones en el equipo Estrela do Oeste

| Fundamentos |     | Primera medición |       |      |      | Segunda medición. |       |      |      |
|-------------|-----|------------------|-------|------|------|-------------------|-------|------|------|
|             |     | X                | Ds    | Mín. | Máx. | X                 | DS    | Mín. | Máx. |
| Positivos   | Saq | 9                | 17    | 4    | 46   | 11.57             | 21.92 | 10   | 60   |
|             | Ata |                  |       |      |      |                   |       |      |      |
|             | Blo |                  |       |      |      |                   |       |      |      |
| Negativos   | Rec | 16.29            | 7.7   | 5    | 31   | 11.86             | 8.36  | 3    | 24   |
|             | Pas |                  |       |      |      |                   |       |      |      |
|             | Def |                  |       |      |      |                   |       |      |      |
|             | Ft  |                  |       |      |      |                   |       |      |      |
| Rendimiento |     | -7.29            | 17.55 | -27  | 28   | -0.29             | 17.72 | -14  | 38   |



Tabla 15

Resultados comparativos entre ambas mediciones en el equipo Estrela do Oeste

| Fundamentos |   | Niveles de probabilidad obtenidos entre la primera y segunda medición                   | Nivel de significación |
|-------------|---|---|------------------------|
| Positivos   | Saq   | 0.285  | 0.10                   |
|             | Ata   |   |                        |
|             | Blo   |   |                        |
| Negativos   | Rec   | 0.051  |                        |
|             | Pas   |   |                        |
|             | Def   |   |                        |
|             | FT  |   |                        |
| Rendimiento | 0.042  |   |                        |

Simbología:

Saq: Saque.  
 Ata: Ataque.  
 Blo: Bloqueo.  
 Rec: Recibo.  
 Pas: Pase.  
 Def: Defensa.  
 FT: Faltas técnicas.

No hubo diferencias: 

Diferencias significativas: 

ANEXO 1

GUÍA DE OBSERVACIÓN PARA LAS VISITAS AL ENTRENAMIENTO.

Equipo observado: \_\_\_\_\_ Entrenador: \_\_\_\_\_ Asistencia: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_ Etapa: \_\_\_\_\_ Microciclo: \_\_\_\_\_

Visita realizada por: \_\_\_\_\_

Objetivos del entrenamiento: \_\_\_\_\_

1. Volumen del entrenamiento:

- En la preparación Física: \_\_\_\_\_
- En la preparación Técnico-táctica: \_\_\_\_\_

2. Desarrollo del entrenamiento técnico-táctico:

| Contenido y tiempo del ejercicio | Tipo de ejercicio | Método empleado | Observaciones y evaluación |
|----------------------------------|-------------------|-----------------|----------------------------|
| 1.                               |                   |                 |                            |
| 2.                               |                   |                 |                            |
| 3.                               |                   |                 |                            |
| 4.                               |                   |                 |                            |
| 5.                               |                   |                 |                            |
| 6.                               |                   |                 |                            |
| 7.                               |                   |                 |                            |
| 8.                               |                   |                 |                            |
| 9.                               |                   |                 |                            |
| 10.                              |                   |                 |                            |
| 11.                              |                   |                 |                            |
| 12.                              |                   |                 |                            |

Consideraciones generales:

---

---

## ANEXO 2

Guía para la entrevista a los entrenadores de voleibol participantes en la aplicación del modelo didáctico alternativo para la preparación técnico-táctica

Preguntas.

1. ¿Cómo marcha el desarrollo del proceso de preparación de sus jugadores con la aplicación del modelo?
2. ¿Cuáles son las inquietudes que persisten acerca de la concepción y aplicación del modelo didáctico?
3. ¿Qué diferencias aprecia entre el modelo que utilizaba anteriormente en comparación con el nuevo modelo propuesto?
4. ¿Desea ofrecer alguna sugerencia para perfeccionar el trabajo en la preparación técnico-táctica?
5. Desea plantear alguna otra cuestión que considere importante?

### ANEXO 3

#### GUIA PARA LA EJECUCIÓN DEL TEST PEDAGOGICO EN CATEGORÍAS PRINCIPIANTES.

El atleta realizará la ejecución del movimiento técnico en tres intentos en condiciones variables, los mismos deben permitir la observación de dicho movimiento por parte del entrenador o los entrenadores.

Él o los observadores deberán tomar aquellos errores reincidentes que hayan ocurrido durante la realización de los intentos permitidos. Dichos errores son señalados en la presente planilla.

| Nombre y apellidos: _____ Equipo: _____ Fecha: _____                                |   |    |        |
|---|---|----|--------|
| Fundamentos.  | Errores cometidos   | Sí | Puntos |
| <u>SAQUE.</u><br>Lado derecho e izquierdo después de la señal del entrenador        | No extiende el brazo al golpear.                              |    |        |
|   | Lanza incorrectamente la bola.                                |    |        |
|   | Descoordinación en los movimientos de flexión y extensión.    |    |        |
| <u>RECEPCIÓN.</u><br>Hacia los lados y al frente sin conocimiento previo            | Descoordinación en los movimientos de flexión y extensión.    |    |        |
|   | Recepciona fuera del área de contacto de los antebrazos.      |    |        |
|   | Flexiona los brazos durante el contacto.                      |    |        |
| <u>PASE</u><br>Hacia el frente sobre un lanzamiento a los laterales y al frente.    | Mala colocación debajo del balón.                             |    |        |
|   | Descoordinación de los movimientos de flexión y extensión.    |    |        |
|   | Mala colocación de las manos sobre el balón.                  |    |        |
| <u>ATAQUE.</u><br>De frente sobre lanzamiento del balón.                            | Deficiente el último paso de la carrera de impulso.           |    |        |
|   | No golpea con el brazo extendido.                             |    |        |
|   | No realiza el “muñequero”.                                    |    |        |
| <u>BLOQUEO</u><br>Con balón sostenido a la derecha e izquierda después de la señal. | Deficiencia en los desplazamientos y colocación               |    |        |
|   | Dificultades en la flexión para el despegue.                  |    |        |
|   | Dificultades de introducción de los brazos al terreno opuesto |    |        |
| <u>DEFENSA.</u><br>Después de un ataque suave a la derecha, izquierda y al frente.  | Posición erecta del cuerpo.                                   |    |        |
|   | Recepciona fuera del área de contacto de los antebrazos.      |    |        |
|   | Uso incorrecto de los brazos durante el contacto.             |    |        |

#### Evaluación de los fundamentos.

- |                          |                        |
|--------------------------|------------------------|
| a) Recepción: 20 puntos. | d) Remate: 15 puntos.  |
| b) Pase: 20 puntos.      | e) Defensa: 15 puntos. |
| c) Saque: 15 puntos.     | f) Bloqueo: 15 puntos. |

#### Evaluación del saque, ataque, bloqueo y defensa.

- Si no comete errores: 15 puntos.
- Si comete un error: 10,5 puntos.
- Si comete 2 errores: 7,5 puntos.
- Si comete los 3 errores: 0 puntos.

#### Evaluación del pase y la recepción.

- Si no comete errores: 20 puntos.
- Si comete 1 error: 14 puntos.
- Si comete 2 errores: 10 puntos.
- Si comete los 3 errores: 0 puntos.

ANEXO 4. PLANILLA PARA RECOGER LA INFORMACIÓN DEL RENDIMIENTO DEL EQUIPO EN COMPETENCIAS POR MEDIO DEL MÉTODO MAS-MENOS.

| No. | Función |   | R E N D I M I E N T O P O R F U N D A M E N T O S | EVA |
|-----|---------|---|---|-----|
|     |         | + |   |     |
|     |         | - |   |     |
|     |         | + |   |     |
|     |         | - |   |     |
|     |         | + |   |     |
|     |         | - |   |     |
|     |         | + |   |     |
|     |         | - |   |     |
|     |         | + |   |     |
|     |         | - |   |     |
|     |         | + |   |     |
|     |         | - |   |     |
|     |         | + |   |     |
|     |         | - |   |     |
|     |         | + |   |     |
|     |         | - |   |     |
|     |         | + |   |     |
|     |         | - |   |     |

Leyenda:

Saque: S

Recepción: R

Pase: P

Ataque: A

Finta: F

Bloqueo: B

Defensa: D

Envío: V

Entrega: E

Aseguramiento: G

ANEXO 5

DETERMINACION DE LOS NIVELES DE ARGUMENTACION DE LOS EXPERTOS

Estimado colega:

Por su experiencia y prestigio usted ha sido seleccionado para participar en esta investigación y esa decisión parte de su más absoluta voluntad. Su opinión será muy importante tanto para el mejoramiento del voleibol como para el perfeccionamiento de su nivel técnico-metodológico, por ende le solicito su más absoluta franqueza en el momento de emitir sus opiniones. De antemano le expreso mi más sincero agradecimiento.

Especialidad: \_\_\_\_\_ Años de experiencia : \_\_\_\_\_

Centro de trabajo: \_\_\_\_\_

Función que desempeña: \_\_\_\_\_

1. ¿Siente voluntad para colaborar en este trabajo investigativo?

Si \_\_\_\_ . No \_\_\_\_ .

2. Marque con una cruz en una escala creciente de cero (0) a diez (10) el valor que corresponde con el grado de conocimientos e información que usted posee sobre:

a) La preparación técnico-táctica en los voleibolistas. (Para especialistas en voleibol).

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

b) Las preparación técnico-táctica. (Para otros especialistas conocedores del tema).

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Realice una autovaloración de los niveles de argumentación o fundamentación que usted posee sobre la Preparación Técnico-Táctica.

| Fuentes que argumentan sus conocimientos acerca del tema que tratamos.  | Grado de influencia de las fuentes para usted emitir criterios sobre el tema. |       |      |
|---|---|-------|------|
|   | ALTO  | MEDIO | BAJO |
| 1. Análisis técnicos realizados por usted sobre el tema.  |   |       |      |
| 2. La aplicación creativa de experiencias personales prácticas basadas en sus conocimientos sobre el tema.  |   |       |      |
| 3. Los niveles de preparación técnico-táctica alcanzados por sus alumnos durante su actividad profesional.  |   |       |      |
| 4. La retroalimentación alcanzada en la práctica diaria de los conocimientos y habilidades adquiridas mediante diferentes formas de educación postgraduada. |   |       |      |
| 5. Actividades de superación postgraduada relacionada con el tema.  |   |       |      |
| 6. Participación en eventos científicos con trabajos acerca del tema.   |   |       |      |

## ANEXOS 6

### LA PREPARACIÓN TÉCNICO – TÁCTICA DE LOS JÓVENES VOLEIBOLISTAS

#### CONSULTA DE EXPERTOS

Estimado colega:

Por su experiencia y prestigio Ud. ha sido seleccionado para participar en esta importante investigación y esa decisión parte de su más absoluta voluntariedad. La opinión suya será muy importante tanto para el mejoramiento del voleibol como para el perfeccionamiento de su nivel técnico-metodológico, por ende le solicito su más absoluta franqueza en el momento de emitir sus opiniones. De antemano le expreso mi más sincero agradecimiento.

Las preguntas que usted va a responder a continuación deberá decidir las en niveles cualitativos determinados en la siguiente escala:

- a) Muy aceptable.
- b) Bastante aceptable.
- c) Aceptable.
- d) Poco aceptable.
- e) Nada aceptable.

Estas preguntas son las siguientes:

1. Emplear el modelo didáctico propuesto para elevar los resultados técnico-tácticos de nuestros voleibolistas es un elemento que lo considero:

Muy aceptable \_\_\_\_ . Bastante aceptable \_\_\_\_ . Aceptable \_\_\_\_ . Poco aceptable \_\_\_\_ . Nada aceptable \_\_\_\_ .

2. La relación existente entre los componentes del modelo didáctico propuesto (objetivos, contenidos, métodos, medios, planificación y control) lo declaro como:

Muy aceptable \_\_\_\_ . Bastante aceptable \_\_\_\_ . Aceptable \_\_\_\_ . Poco aceptable \_\_\_\_ . Nada aceptable \_\_\_\_ .

3. Los contenidos técnico-tácticos propuestos abarcan las necesidades para realizar una planificación de manera:

Muy aceptable \_\_\_\_ . Bastante aceptable \_\_\_\_ . Aceptable \_\_\_\_ . Poco aceptable \_\_\_\_ . Nada aceptable \_\_\_\_ .

4. Los medios (ejercicios), permiten desarrollar el trabajo técnico junto al desarrollo del pensamiento táctico de los jugadores de forma:

Muy aceptable \_\_\_\_ . Bastante aceptable \_\_\_\_ . Aceptable \_\_\_\_ . Poco aceptable \_\_\_\_ . Nada aceptable \_\_\_\_ .

5. ¿De qué manera el Modelo Didáctico propuesto permite una mayor objetividad, facilidad y orientación en la labor metodológica del entrenamiento?

Muy aceptable \_\_\_\_ . Bastante aceptable \_\_\_\_ . Aceptable \_\_\_\_ . Poco aceptable \_\_\_\_ . Nada aceptable \_\_\_\_ .

6. La propuesta realizada puede cohesionar el trabajo técnico-metodológico entre los entrenadores de voleibol así como contribuir con el perfeccionamiento de nuestros programas de preparación del deportista de una manera:

Muy aceptable \_\_\_\_ . Bastante aceptable \_\_\_\_ . Aceptable \_\_\_\_ . Poco aceptable \_\_\_\_ . Nada aceptable \_\_\_\_ .

7. ¿Qué valoración en el sentido novedoso de la propuesta usted considera declarar?

Muy aceptable \_\_\_\_ . Bastante aceptable \_\_\_\_ . Aceptable \_\_\_\_ . Poco aceptable \_\_\_\_ . Nada aceptable \_\_\_\_ .

8. Los contenidos y medios propuestos para conducir la preparación técnico-táctica subdivididos en las acciones individuales, de grupos y de equipo lo considero como:

Muy aceptable \_\_\_\_ . Bastante aceptable \_\_\_\_ . Aceptable \_\_\_\_ . Poco aceptable \_\_\_\_ . Nada aceptable \_\_\_\_ .

9. La llegada a nuestros manos de la propuesta metodológica como manual de consulta y orientación para el trabajo de entrenamiento es una idea que la catalogo como:



Muy aceptable \_\_\_\_ . Bastante aceptable \_\_\_\_ . Aceptable \_\_\_\_ . Poco aceptable \_\_\_\_ . Nada aceptable \_\_\_\_ .

10. El empleo vinculado de los métodos estándar y variable dentro de cada paso metodológico, según avanza el proceso contribuye con el desarrollo armónico del componente técnico-táctico naciente de manera:

Muy aceptable \_\_\_\_ . Bastante aceptable \_\_\_\_ . Aceptable \_\_\_\_ . Poco aceptable \_\_\_\_ . Nada aceptable \_\_\_\_ .

11. Tomar la estructura del mesociclo como célula principal para la planificación de los componentes del proceso de preparación técnico-táctico es una propuesta considerada;

Muy aceptable \_\_\_\_ . Bastante aceptable \_\_\_\_ . Aceptable \_\_\_\_ . Poco aceptable \_\_\_\_ . Nada aceptable \_\_\_\_ .

12. El concepto de “*distribución y dosificación lógica*” de los contenidos en la estructura del microciclo propuesto lo considero:

Muy aceptable \_\_\_\_ . Bastante aceptable \_\_\_\_ . Aceptable \_\_\_\_ . Poco aceptable \_\_\_\_ . Nada aceptable \_\_\_\_ .

13. ¿Cómo son las principales vivencias que usted ha experimentado empleando el modelo propuesto? (Señalar solo una de ellas).

- a) Excelentes. \_\_\_\_\_.
- b) Muy buenas. \_\_\_\_\_.
- c) Buenas. \_\_\_\_\_.
- d) Regulares. \_\_\_\_\_.
- e) Malas. \_\_\_\_\_.

14. ¿Qué diferencia percibe en relación con el sistema actual y el antiguo o tradicional?

(Puede señalar varias de ellas).

- Es más racional \_\_\_\_\_ . Es menos racional \_\_\_\_\_
- Es más práctico \_\_\_\_\_ . Es menos práctico \_\_\_\_\_
- Es más fácil \_\_\_\_\_ . Es menos fácil \_\_\_\_\_
- Es más real. \_\_\_\_\_ . Es menos real \_\_\_\_\_

- Es más completo \_\_\_\_\_ Es menos completo \_\_\_\_\_.

15. ¿Dónde están las mayores ventajas que usted observa en la aplicación del modelo?

(Puede señalar varias).

- En el trabajo con los objetivos \_\_\_\_\_.
- En la denominación, elaboración y búsqueda de los ejercicios \_\_\_\_\_
- En la determinación de los métodos a emplear \_\_\_\_\_
- En el empleo de la planificación de los componentes a partir del mesociclo \_\_\_\_\_
- No tiene ninguna ventaja \_\_\_\_\_
- Tiene otras ventajas como son: \_\_\_\_\_

---

---

---

16. ¿Tiene alguna sugerencia que realizar? \_\_\_\_\_

---

---

Muchas gracias.

## ANEXO 7

RELACIÓN DE EXPERTOS SELECCIONADOS.

| Nombre y Apellidos             | Años de exp. | Cargo               | Centro                      |
|--------------------------------|--------------|---------------------|-----------------------------|
| 1. Pedro Torres Robaina.       | 39           | Metod. Prov.        | Sect. Prov. de Deportes.    |
| 2. Rafael Consuegra Terry.     | 17           | Entrenador          | EIDE Prov. de Villa Clara.  |
| 3. Francisco Molina Velas.     | 20           | Entrenador          | EIDE Prov. de Villa Clara.  |
| 4. Luis Martínez Marín.        | 20           | Entrenador          | EIDE Prov. de Villa Clara.  |
| 5. Alejandro Espinosa.         | 10           | Entrenador          | EIDE Prov. de Villa Clara.  |
| 6. Tomas Sánchez Blanco.       | 38           | Entrenador          | EIDE Prov. de Villa Clara.  |
| 7. Raidel Lucas Mora.          | 12           | Entrenador          | EIDE Prov. de Villa Clara.  |
| 8. Emilio Alfonso Abreu.       | 07           | Entrenador          | CEAR Prov. de Villa Clara.  |
| 9. Alberto Capo Mesa.          | 19           | Entrenador          | Combinado Dep. Cascajal.    |
| 10. Jorge Gil Tejeda.          | 17           | Prof.- Entrenad.    | Facultad de Cultura Física. |
| 11. Lázaro Jova Peraza.        | 21           | Prof.- Entrenad.    | Facultad de Cultura Física. |
| 12. José Luis Santana Lugones. | 31           | Profesor de Vb.     | Facultad de Cultura Física. |
| 13. Luis Arana .               | 29           | Profesor de T. y M. | Facultad de Cultura Física. |
| 14. Wilfredo Rodríguez Chávez. | 30           | Profesor de Fútbol. | Facultad de Cultura Física. |
| 15. Roberto Ríos.              | 20           | Entrenador          | CEAR Prov. Villa Clara.     |
| 16. Oscar Pérez Monteagudo.    | 33           | Profesor de Vb.     | Facultad de Villa Clara.    |
| 17. Marcos Martínez Novo.      | 33           | Profesor-Entrenad.  | ISCF. Ciudad Habana.        |

ANEXO 8.

PRINCIPALES INDICADORES PARA LA CONFECCIÓN DE DIFERENTES TIPOS DE OBJETIVOS.

| Tipos de Objetivos. | Habilidad propia del objetivo.  | Contenido que puede abarcar.   | Cumplimiento en el tiempo.               | Tipos de acciones                               |
|---------------------|---|--|--|---|
| GENERALES           | <p>Habilidades que son posibles de alcanzar a largo plazo.</p> <p>Jugar con un sistema...</p>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. El tipo de juego: Normal, Rápido, Semi-combinado o Combinado.</li> <li>2. Los sistemas de juego que se emplearán por el equipo: 5 – 1, 4 – 2, 6 - 2.</li> <li>3. Los sistemas de juego en la defensa del campo: Con el seis atrás, con el seis en el medio o con el seis adentro.</li> <li>4. Los sistemas de juego en la defensa del saque: Con dos, con tres, con cuatro o con cinco al recibo.</li> </ol>   | <p>Macro ciclo y Períodos.</p>           | <p>Acciones de equipo.</p>                      |
| PARCIALES           | <p>Algunas habilidades a alcanzar mediano plazo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jugar.</li> <li>- Perfeccionar.</li> <li>- Sacar</li> <li>- Consolidar.</li> <li>- Pasar.</li> <li>- Ejecutar</li> <li>- Rematar.</li> <li>- Combinar.</li> <li>- Integrar.</li> <li>- Bloquear.</li> <li>- Alcanzar.</li> <li>- Defender.</li> <li>- Dominar.</li> </ul> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. El tipo de juego: Normal, Rápido, Semi-combinado o Combinado.</li> <li>2. Los sistemas de juego que se emplearán por el equipo: 5 – 1, 4 – 2, 6 – 2.</li> <li>3. Los sistemas de juego en la defensa del campo: Con el seis atrás, con el seis en el medio o con el seis adentro.</li> <li>4. Los sistemas de juego en la defensa del saque: Con dos, con tres, con cuatro o con cinco al recibo.</li> <li>5. Los complejos I ó II.</li> <li>6. Los medios complejos I ó II.</li> <li>7. Los fundamentos individuales del juego: El saque, pase, ataque, etc.</li> </ol> | <p>Etapas, Mesociclos y Microciclos.</p> | <p>Acciones de equipo y de grupo.</p>           |
| ESPECÍFICOS         | <p>Algunas habilidades propias de la sesión:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sacar.</li> <li>- Ejecutar.</li> <li>- Colocarse.</li> <li>- Pasar.</li> <li>- Rematar.</li> <li>- Coordinar.</li> <li>- Girar.</li> <li>- Recibir.</li> <li>- Bloquear.</li> </ul>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Las operaciones más simples para lograr la habilidad.</li> <li>2. Las acciones interrelacionadas en el grupo para la ofensiva o la defensa.</li> <li>3. Detalles específicos en los complejos I ó II del juego.</li> </ol>   | <p>Unidad de entrenamiento</p>           | <p>Acciones individ. de grupos o de equipo.</p> |

## ANEXO 9.

LA DISTRIBUCIÓN DE LOS EJERCICIOS EN CORRESPONDENCIA CON EL PREDOMINIO DE LAS ACCIONES Y EL VOLUMEN DE HORAS DE ENTRENAMIENTO TÉCNICO-TÁCTICO

| CON PREDOMINIO DE LAS:  | Cantidad de horas | EJERCICIOS INDIVIDUALES | EJERCICIOS DE GRUPOS | EJERCICIOS DE EQUIPO. |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------|-----------------------|
| <b>1</b><br>ACCIONES INDIVIDUALES                                       | 6 h               | 4 a 7                   | 2 a 4                | 2                     |
|   | 7 h               | 6 a 8                   | 3 a 5                | 2                     |
|   | 8 h               | 7 a 9                   | 4 a 6                | 2 a 3                 |
|   | 9 h               | 8 a 10                  | 5 a 7                | 2 a 3                 |
|   | 10 h              | 9 a 11                  | 6 a 8                | 2 a 3                 |
|   | 11 h              | 10 a 12                 | 6 a 8                | 2 a 3                 |
|   | 12 h              | 11 a 13                 | 7 a 9                | 3 a 4                 |
| <b>2</b><br>ACCIONES DE GRUPO<br>(Con tendencia al trabajo Individual). | 6 h               | 3 a 4                   | 4 a 6                | 1 a 2                 |
|   | 7 h               | 3 a 4                   | 5 a 7                | 2 a 3                 |
|   | 8 h               | 4 a 5                   | 6 a 8                | 2 a 3                 |
|   | 9 h               | 4 a 5                   | 7 a 9                | 3 a 4                 |
|   | 10 h              | 5 a 6                   | 8 a 10               | 3 a 4                 |
|   | 11 h              | 6 a 7                   | 9 a 11               | 3 a 4                 |
|   | 12 h              | 6 a 7                   | 10 a 12              | 4 a 5                 |
| <b>2</b><br>ACCIONES DE GRUPO.<br>(Con tendencia al trabajo De Equipo). | 6 h               | 1 a 2                   | 4 a 6                | 2 a 3                 |
|   | 7 h               | 1 a 2                   | 5 a 7                | 3 a 4                 |
|   | 8 h               | 2 a 3                   | 6 a 8                | 3 a 4                 |
|   | 9 h               | 2 a 3                   | 7 a 9                | 4 a 5                 |
|   | 10 h              | 2 a 3                   | 8 a 10               | 4 a 5                 |
|   | 11 h              | 2 a 3                   | 9 a 11               | 5 a 6                 |
|   | 12 h              | 3 a 4                   | 10 a 12              | 5 a 6                 |
| <b>3</b><br>ACCIONES DE EQUIPO.   | 6                 | 1 a 2                   | 2 a 3                | 3 a 5                 |
|   | 7                 | 1 a 2                   | 3 a 4                | 4 a 5                 |
|   | 8                 | 1 a 2                   | 3 a 4                | 4 a 6                 |
|   | 9                 | 2 a 3                   | 3 a 5                | 5 a 7                 |
|   | 10                | 2 a 3                   | 4 a 6                | 6 a 8                 |
|   | 11                | 2 a 3                   | 4 a 6                | 7 a 9                 |
|   | 12                | 3 a 4                   | 5 a 7                | 8 a 9                 |

El trabajo con la tabla se realiza de la siguiente manera: En la parte superior contiene los tipos de ejercicios que se pueden realizar. En la columna de la izquierda contiene las acciones que pueden ser escogidas según su predominio, relacionadas con la cantidad de horas semanales que puede ir desde las 6 hasta las 12 horas en el microciclo, a la derecha se muestra la cantidad de ejercicios que usted puede seleccionar en correspondencia con el predominio de las acciones y la cantidad de horas planificadas. Por ejemplo; en un microciclo donde usted determinó un predominio de las acciones de equipo (3) y planificó 9 horas técnico – tácticas, entonces va a la última fila (3), acciones de equipo, y se ubica en el número 9, hacia la derecha se observa que se pueden planificar de 2 a 3 ejercicios individuales, de 3 a 5 de grupos y de 5 a 7 de equipo. La selección del número exacto entre el rango que se expresa va a estar determinada por la prioridad que usted desee brindar a esos ejercicios.

Anexo 13 que ilustra tanto la selección de los contenidos como la distribución de los medios, métodos y dosificación.

|                               |   |        |        |        |           |
|-------------------------------|---|--------|--------|--------|-----------|
| ASPECTOS                      | Microciclos                               | 4      | 5      | 6      | 7         |
|                               | Volumen                                   | 7      | 6      | 7      | 8         |
|                               | Predominio de las acciones.               | 1      | 2      | 2      | 3         |
| ACCIONES INDIVID.             | Contenidos \ Ctdad. Ejercic.              | 6      | 4      | 4      | 2         |
|                               | Saque.                                    | 3 A(2) | 3 A(2) | 3 A(2) | 3 A(2)    |
|                               | Recepción.                                | 2 A(2) |        |        |           |
|                               | Pase.                                     | 3 A(1) |        | 3 B(1) |           |
|                               | Ataque.                                   | 3 A(1) | 3 B(1) |        |           |
|                               | Bloqueo                                   |        |        | 3 A(1) |           |
|                               | Defensa.                                  |        | 3 A(1) |        |           |
| ACCIONES DE GRUPOS            | Contenidos \ Ctdad. Ejercic..             | 4      | 5      | 5      | 4         |
|                               | Fundamentos Independientes.               |        |        |        |           |
|                               | Bloqueo.                                  |        | 3 A(1) |        |           |
|                               | Recepción                                 | 5 A(1) |        | 6 B(1) |           |
|                               | Defensa.                                  |        |        |        | 5 A(1)    |
|                               | Fundamentos previos para ambos complejos. |        |        |        |           |
|                               | Pas p/d-ata-ase. s/c blo.                 | 5 B(2) |        | 5 B(1) |           |
|                               | Pas comb.-ata-ase. s/c blo.               |        | 5 A(1) |        |           |
|                               | En el complejo I.                         |        |        |        |           |
|                               | Rec-pas-ata-ase. s/c bloqueo.             | 5 A(1) | 6 A(1) |        | 6 B(2)    |
|                               | En el complejo II                         |        |        |        |           |
|                               | Env-pas-ata comb-ase.s/c blo.             |        |        | 6 A(1) |           |
|                               | Def-pas-ata-ase. s/c bloq.                |        | 5 A(2) |        | 5 B(1)    |
|                               | Blo-def-pas-ata-ase. s/c blo.             |        |        | 6 B(1) |           |
|                               | Para ambos complejos entre sí.            |        |        |        |           |
| ½ Complejo I vs ½ complejo II |   |        | 6 B(1) |        |           |
| ACCIONES DE EQUIPO            | Contenido \ Ctdad. ejercic.               | 2      | 2      | 3      | 5         |
|                               | En el complejo I.                         |        |        |        |           |
|                               | Rec-pas-ata-ase. s/c blo.                 | 7 A(1) |        | 7 B(1) | 6 B(1)    |
|                               | En el complejo II.                        |        |        |        |           |
|                               | Env-pas comb-ata-ase. s/b blo.            |        |        |        | 8 A(1)    |
|                               | Def-pas-ata-ase. s/c blo.                 |        | 8 A(1) |        |           |
|                               | Blo-def-pas-ata-ase. s/c blo              |        |        | 8 A(1) | 8 B(1)    |
|                               | Para ambos complejos entre si             |        |        |        |           |
|                               | Complejo I vs complejo II.                |        |        |        | 7,8 B (1) |
| Juegos.                       | L (1)                                     | T (1)  | T (1)  | T/C(1) |           |

Leyenda:

- pas p/d: pase paralelo o diagonal.      - pas comb: pase combinado.      - s/c blo: sin o contra bloqueo.
- ata: ataque.                                      - rec: recepción.                                      - def: defensa.
- ase: aseguramiento.                              - env: envío.

La anotación que se aprecia, por ejemplo, en una casilla **“3 A (2)”** nos dice que el número que inicia esta anotación significa el tipo de ejercicio a utilizar (según lo explicado cuando estudiamos el uso de los medios). Igualmente se definen los métodos a emplear en los ejercicios. La letra “A” cuando se oriente hacia lo Estándar, la letra “B” cuando se trabaje en lo Variable. Es bueno significar que en un microciclo se pueden trabajar en ambas direcciones. Por último se encierra en un paréntesis (2), la cantidad de veces que se desea repetir tal ejercicio en la semana lo que estará determinado por los objetivos propuestos.