

## SÍLABO ACTIVIDADES I: VOLEY

### ÁREA CURRICULAR: HUMANIDADES

CICLO: I

SEMESTRE ACADÉMICO: 2017-I

I. CÓDIGO DEL CURSO : TR000501010

II. CRÉDITOS : 01

III. REQUISITOS : Ninguno

IV. CONDICIÓN DEL CURSO : Obligatorio

#### V. SUMILLA

Introducción. Importancia de las actividades físicas, específicamente del voleibol en su relación las diversas esferas de la actividad humana y en el ejercicio de su profesión, mediante dos aspectos fundamentales de aprendizaje: teoría (reglas de juego) y práctica (acondicionamiento físico y técnica y fundamentos del voleibol) El propósito fundamental del curso es que mediante el aprendizaje teórico y práctico del voleibol complementar el desarrollo intelectual con el desarrollo motor. El contenido del curso comprende las siguientes unidades: I: historia del voleibol y reglas de juego, II: fundamentos técnicos de juego y III: situaciones de juego

#### VI. FUENTES DE CONSULTA

##### Bibliográficas:

- Bosco, C. (2007). Sociedad de prensa deportiva. 257ª edición. Lima - Editorial Revista vóley.
- Matveev, L. (2008). Fundamentos del entrenamiento Deportivo.
- Zhelenzniak, J. y Klessner, J. (2006). La preparación de los voleibolistas jóvenes. Cuba.
- Perlman, M. Preparación física especial para voleibolistas. Madrid. Editorial Stadium

##### Electrónicas:

- <http://www.fivb.org/en/volleyball/Rules/FIVB.20092012.VB.RulesOfTheGame.Spa.TextfileOnly.pdf>

#### VII. UNIDADES DE APRENDIZAJE

##### UNIDAD I: HISTORIA DEL VOLEIBOL Y REGLAS DE JUEGO

##### OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

- Explicar el concepto de voleibol como disciplina a través de su historia y de las reglas de juego.

##### PRIMERA SEMANA

Introducción al curso del voleibol como disciplina deportiva. Historia. Introducción al reglamento de juego y su aplicación en la práctica.

##### SEGUNDA SEMANA

El voleibol moderno y sus actualizaciones - Reglas de juego del voleibol.

##### UNIDAD II: FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE JUEGO

##### OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

- Realizar en forma correcta la técnica a través del aprendizaje de los fundamentos técnicos.

##### TERCERA SEMANA

Calentamiento general. Ejercicios de coordinación. Desplazamientos básicos. Fundamentos técnicos (pase bajo mano o antebrazo).

##### CUARTA SEMANA

Calentamiento general. Ejercicios de coordinación y desplazamientos. Fundamentos técnicos (pase

manos arriba o voleo)

#### **QUINTA SEMANA**

Calentamiento general. Ejercicios de coordinación y desplazamientos. Fundamentos técnicos (Saque bajo mano y tipo tenis). Evaluación 1 (práctica procedimental)

#### **SEXTA SEMANA**

Calentamiento general. Ejercicios de coordinación y desplazamientos. Fundamentos técnicos (Ataque).

#### **SÉPTIMA SEMANA**

Calentamiento general. Ejercicios de coordinación y desplazamientos. Sistema de jugo simple, posiciones específicas.

#### **OCTAVA SEMANA**

Examen Parcial

### **UNIDAD III: SITUACIONES DE JUEGO**

#### **OBJETIVOS DE APRENDIZAJE**

- Aplicar mediante ejercicios las distintas variantes de ejecución de los fundamentos en el juego respetando las reglas de juego.

#### **NOVENA SEMANA**

Posiciones de juego, movimientos básicos, entradas, gestos técnicos.

#### **DÉCIMA SEMANA**

Calentamiento técnico. Ubicación y recepción. Evaluación 2 (práctica procedimental)

#### **UNDÉCIMA SEMANA**

Calentamiento general, acciones de defensa y recepción de campo.

#### **DUODÉCIMA SEMANA**

Calentamiento general, defensa y ataque.

#### **DECIMOTERCERA SEMANA**

Calentamiento general, sistema de juego 3x3. Evaluación 2 (práctica procedimental)

#### **DECIMOCUARTA SEMANA**

Calentamiento general, sistema de juego 4x2.

#### **DECIMOQUINTA SEMANA**

Calentamiento general, juego propiamente dicho.

#### **DECIMO SEXTA SEMANA**

Examen final.

#### **DECIMOSÉPTIMA SEMANA**

Entrega de promedios finales y acta del curso

### **VIII. CONTRIBUCIÓN DEL CURSO AL COMPONENTE PROFESIONAL**

a. Matemática y Ciencias Básicas	<b>0</b>
b. Tópicos de Ingeniería	<b>0</b>
c. Educación General	<b>1</b>

### **IX. PROCEDIMIENTOS DIDÁCTICOS**

**Método Expositivo – Interactivo.** Disertación docente, exposición del estudiante.

**Método de Demostración – Ejecución.** El docente ejecuta para demostrar cómo y con que se hace y el estudiante ejecuta, para demostrar que aprendió.

## X. MEDIOS Y MATERIALES

**Equipos:** Campo de juego completo de voleibol (coliseo FIA)

**Materiales:** Separata de voleibol, balones, conos escaleras polimétricas, etc. Manual universitario, Programa de dibujo asistido por computadora (AutoCAD 2010), aplicaciones multimedia.

## XI. EVALUACION

El promedio final se obtiene del modo siguiente:

$$PF = (PE + EP + EF) / 3$$

$$PE = (P1 + P2 + P3) / 3$$

**Donde:**

**PF** = Promedio Final

**PE** = Promedio de evaluaciones

**EP** = Examen parcial

**EF** = Examen Final

**Donde:**

**P1** = Evaluación 1 (práctica procedimental)

**P2** = Evaluación 2 (práctica procedimental)

**P3** = Evaluación 3 (práctica procedimental)

## XII. APOORTE DEL CURSO AL LOGRO DE RESULTADOS

El aporte del curso al logro de los resultados (Outcomes), para las Escuelas Profesionales de: Ingeniería Electrónica, Ingeniería Industrial, Ingeniería Civil e Ingeniería de Industrias Alimentarias, se establece en la tabla siguiente:

**K** = clave      **R** = relacionado      **Recuadro vacío** = no aplica

(a)	Habilidad para aplicar conocimientos de matemática, ciencia e ingeniería	
(b)	Habilidad para diseñar y conducir experimentos, así como analizar e interpretar los datos obtenidos	
(c)	Habilidad para diseñar sistemas, componentes o procesos que satisfagan las necesidades requeridas	
(d)	Habilidad para trabajar adecuadamente en un equipo multidisciplinario	K
(e)	Habilidad para identificar, formular y resolver problemas de ingeniería	
(f)	Comprensión de lo que es la responsabilidad ética y profesional	K
(g)	Habilidad para comunicarse con efectividad	K
(h)	Una educación amplia necesaria para entender el impacto que tienen las soluciones de la ingeniería dentro de un contexto social y global	
(i)	Reconocer la necesidad y tener la habilidad de seguir aprendiendo y capacitándose a lo largo de su vida	
(j)	Conocimiento de los principales temas contemporáneos	
(k)	Habilidad de usar técnicas, destrezas y herramientas modernas necesarias en la práctica de la ingeniería	

El aporte del curso al logro de los resultados (Outcomes), para la Escuela Profesional de Ingeniería de Computación y Sistemas, se establece en la tabla siguiente:

**K** = clave      **R** = relacionado      **Recuadro vacío** = no aplica

a.	Habilidad para aplicar conocimientos de computación y matemáticas apropiadas para los resultados del estudiante y las disciplinas enseñadas.	
b.	Habilidad para analizar un problema e identificar y definir los requerimientos apropiados para su solución.	
c.	Habilidad para diseñar, implementar y evaluar un sistema basado en computadoras, procesos, componentes o programa que satisfagan las necesidades requeridas.	
d.	Habilidad para trabajar con efectividad en equipos para lograr una meta común.	K
e.	Comprensión de los aspectos y las responsabilidades profesional, ética, legal, de seguridad y social.	K

f.	Habilidad para comunicarse con efectividad con un rango de audiencias.	K
g.	Habilidad para analizar el impacto local y global de la computación en los individuos, organizaciones y la sociedad.	
h.	Reconocer la necesidad y tener la habilidad para comprometerse a un continuo desarrollo profesional.	
i.	Habilidad para usar técnicas, destrezas, y herramientas modernas necesarias para la práctica de la computación.	
j	Comprensión de los procesos que soportan la entrega y la administración de los sistemas de información dentro de un entorno específico de aplicación.	

### XIII. HORAS, SESIONES, DURACIÓN

a) **Horas de clase:**

Teoría	Práctica	Laboratorio
0	2	0

b) **Sesiones por semana:** Una sesiones.

c) **Duración:** 2 horas académicas de 45 minutos

### XIV. JEFE DE CURSO

Entrenador de voleibol nivel internacional I: Lic. Yudy Balcázar Hernández

### XV. FECHA

La Molina, marzo de 2017.