



Universidad Veracruzana  
Dirección General de Desarrollo Académico e Innovación Educativa  
Dirección de Innovación Educativa / Departamento de Desarrollo Curricular  
**Área de Formación de Elección Libre**  
**Programa de experiencia educativa**

**1. Área Académica**

Todas las áreas académicas
----------------------------

**2. Programa Educativo**

Todos los programas educativos
--------------------------------

**3. Entidad(es) Académica(s)**

Dirección de Actividades Deportivas

**4. Región(es)**

- Xalapa;
- Veracruz-Boca del Río;
- Orizaba-Córdoba
- Poza Rica-Tuxpan;
- Coatzacoalcos – Minatitlán

**5. Código**

ADEX 80073

**6. Nombre de la Experiencia Educativa**

Voleibol

**7. Área de Formación del Modelo Educativo Institucional**

Área de Formación de Elección Libre

**8. Carácter**

N/A

**9. Agrupación curricular distintiva**

Salud y bienestar

**10. Valores**

Horas Teóricas	Horas Prácticas	Horas Otras	Total de horas	Créditos	Equivalencia (s)
2	2	No Aplica	60	6	No Aplica

**11. Modalidad y ambiente de aprendizaje**

Curso-Taller	Presencial	Múltiple	Multidisciplinaria	Ordinario
--------------	------------	----------	--------------------	-----------

**12. Espacio****13. Relación disciplinaria****14. Oportunidades de evaluación****15. EE prerequisito(s)**

No Aplica
-----------

**16. Organización de los estudiantes en el proceso de aprendizaje**

Máximo	Mínimo
25	5

**17. Justificación**

El voleibol es un deporte que implica movimientos intensos y variados, lo que lo convierte en una excelente forma de ejercicio cardiovascular. Además, mejora la coordinación, la agilidad y la fuerza, lo

que contribuye a una mejor salud física en general. Es un deporte de equipo que requiere una comunicación efectiva, colaboración y confianza entre los jugadores, promoviendo la sana convivencia. Asimismo, fomenta y fortalece habilidades de trabajo en equipo, que son valiosas tanto en el ámbito deportivo como en el profesional. Requiere del desarrollo de la aptitud física con una combinación de habilidades motoras finas y gruesas reflejadas en fundamentos técnicos característicos del deporte como el golpe bajo, el saque, voleo y el remate. Brindando la oportunidad de disfrutar de este deporte en un entorno estructurado y guiado, lo que aumenta la diversión para todos los involucrados.

### **18. Unidad de competencia (UC)**

El estudiante aplica el reglamento y los fundamentos técnicos – tácticos en un ambiente de cooperación, empatía, respeto, honestidad, disciplina y constancia, con la finalidad de desarrollar las habilidades necesarias para jugar voleibol. Se centrará en el dominio de los fundamentos de golpe bajo, saque, voleo y remate, así como en la comprensión de las tácticas básicas del juego, como la distribución en la cancha, la coordinación en equipo y la toma de decisiones rápida y estratégica.

### **19. Saberes**

Heurísticos	Teóricos	Axiológicos
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acceso, evaluación, recuperación y uso de información en fuentes diversas en español e inglés.</li> <li>• Manejo de paquetería básica de Office.</li> <li>• Habilidades básicas y analíticas de pensamiento.</li> <li>• Desarrollo de destrezas psicomotoras.</li> <li>• Desarrollo de la técnica del voleibol: servicio, golpe bajo, voleo y remate.</li> <li>• Desarrollo de la táctica del voleibol: posiciones, desplazamientos y uso de estrategias.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Historia del voleibol</li> <li>• Reglamento del voleibol <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Cancha</li> <li>○ Red</li> <li>○ Posiciones</li> <li>○ Rotaciones</li> <li>○ Sustituciones</li> <li>○ Faltas/Puntos</li> </ul> </li> <li>• Fundamentos técnicos del voleibol <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Servicio</li> <li>○ Golpe bajo</li> <li>○ Voleo</li> <li>○ Remate</li> </ul> </li> <li>• Hoja de anotación</li> <li>• Sistemas básicos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Colaboración</li> <li>• Compromiso</li> <li>• Confianza</li> <li>• Constancia</li> <li>• Cooperación</li> <li>• Disciplina</li> <li>• Disposición</li> <li>• Honestidad</li> <li>• Interés</li> <li>• Perseverancia</li> <li>• Respeto</li> <li>• Responsabilidad</li> <li>• Solidaridad</li> <li>• Liderazgo</li> <li>• Autocontrol</li> <li>• Tolerancia a la frustración</li> </ul>

### **20. Estrategias generales para el abordaje de los saberes y la generación de experiencia**

Señale las actividades necesarias, puede indicar más de una.	( X ) Actividad presencial	( ) Actividad virtual ( ) Actividad en línes
De aprendizaje	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aprendizaje colaborativo <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Resolución de problemas en equipos</li> </ul> </li> <li>• Aprendizaje interactivo <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Exposición de motivos y metas</li> <li>○ Imitación de modelos</li> <li>○ Repetición simple y acumulativa</li> <li>○ Ejecución de movimientos</li> </ul> </li> <li>• Autoaprendizaje</li> </ul>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Búsqueda y consulta en fuentes de información</li> </ul>	
De enseñanza	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Encuadre</li> <li>• Evaluación diagnóstica de capacidades físicas</li> <li>• Análisis de recursos audiovisuales</li> <li>• Demostración</li> <li>• Modelaje</li> <li>• Simulaciones</li> <li>• Visita a torneos locales</li> <li>• Foro con expertos</li> <li>• Exposición con apoyo tecnológico variado</li> </ul>	

## 21. Apoyos educativos.

Materiales Didácticos:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reglamento de la FIVB</li> <li>• Libros</li> <li>• Revistas</li> <li>• Antologías</li> <li>• Páginas web</li> <li>• Multimedia</li> </ul>	
Recursos Didácticos:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kit de apoyo: Balones, cuerdas, conos, aros, platos, escaleras, tapetes, balones medicinales, bancos, silbato, cronómetro, flexómetro, estadímetro, etc.</li> <li>• Computadora</li> <li>• Proyector</li> <li>• DVD-VCR</li> <li>• Pizarrón</li> <li>• Plumones</li> <li>• Borrador</li> </ul>	

## 22. Evaluación integral del aprendizaje.

Evidencias de desempeño por demostración	Indicadores generales de desempeño	Procedimiento(s), técnica(s) e instrumento(s) de evaluación	Porcentaje
Evaluación Teórica	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocimiento y manejo del tema: (Historia, reglas básicas y los fundamentos técnicos básicos del voleibol)</li> </ul>	Examen	20%

Evaluación de Capacidades Físicas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mostrar un incremento y correcta ejecución durante la realización de las pruebas físicas.</li> </ul>	Test de aptitud física: <ul style="list-style-type: none"> <li>Resistencia</li> <li>Fuerza</li> <li>Flexibilidad</li> </ul>	20%
Demostración del dominio de las técnicas básicas del voleibol	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dominio de los fundamentos básicos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saque</li> <li>Golpe bajo</li> <li>Voleo</li> <li>Remate</li> </ul>	30%
Simulación de juego	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dominio y aplicación de fundamentos básicos</li> <li>Conocimiento y aplicación de las reglas básicas</li> <li>Conocimiento básico del llenado de la hoja de anotación</li> <li>Sistemas básicos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Juego</li> </ul>	20%
Asistencia	<ul style="list-style-type: none"> <li>80% de asistencia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lista de Asistencia</li> </ul>	10%
<b>TOTAL</b>			<b>100%</b>

### 23. Acreditación de la EE

Para acreditar esta experiencia educativa el estudiante deberá haber presentado con suficiencia cada evidencia de desempeño, es decir, que en cada una de ellas haya obtenido cuando menos el 60% y contar con un mínimo de 80% de asistencias.

### 24. Perfil académico del docente

Lic. En Educación Física Deporte y Recreación preferentemente con posgrado en el área a fin, con cursos y/o certificaciones en entrenamiento deportivo en la disciplina de voleibol de sala, con 2 años de experiencia profesional y 2 años de experiencia docente en nivel superior.

### 25. Fuentes de información

- Estepa Monroy, S. (2020). *Una mirada a la planificación deportiva y tendencias del entrenamiento aplicadas al Voleibol*. Bogotá: Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales, 2020.
- Federación Internacional de Voleibol (2021). *REGLAS OFICIALES DE VOLEIBOL 2021 – 2024*.
- García, L. G. G. (2019). *Voleibol con "V"... de Vida*. Wanceulen Editorial.
- Grupo de Estudio Kinesis. (2002). *Voleibol básico: fundamentos técnico-tácticos*. Kinesis.
- Huamán Cárdenas, Á. D. (2017). *Fundamentos técnicos del voleibol*.
- Lucas, J. (2005). *El voleibol: iniciación y perfeccionamiento*. Barcelona: Paidotribo.
- FIVB. HISTORY, consultada en la página web <https://www.fivb.com/en/thefivb/history> el 30 de abril de 2024.
- Claves para los entrenadores y sistemas especiales para un voleibol moderno / Eduardo Guzmán Moscoso. Gabriel González García, Alberto Marbán Moreno - Veracruz : Facultad de Educación Física, U. V., 1996 - 71 p : il.

### 26. Formalización de la EE

Fecha de elaboración	Fecha de modificación	Cuerpo colegiado de aprobación
	Agosto 2024	<i>Consejo Técnico de la dirección de Actividades Deportivas</i>

**27. Nombre de los académicos que elaboraron/modificaron**

*MC. María Eugenia Ramírez Cobos*