

Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte
“Manuel Fajardo”
Facultad: Villa Clara.



Acciones metodológicas para mejorar la ejecución técnico – táctica del pase en los atletas masculinos de Voleibol de Playa escolar del Combinado Deportivo Milagros Jiménez de Ranchuelo.

Trabajo para optar por el título de licenciado en
Cultura Física.

Autor: Edel Hernández Abreu.

Tutor: Lic. Orestes Griego Cairo.

Año 2014.

AGRADECIMIENTO.

Agradezco a dios y la vida por haberme dado esta oportunidad de elegir esta carrea, a mi tutor por su tiempo, dedicación y entrega.

Agradezco a mi madre por guiarme, a mi esposa y a mi hijo por formar parte de este hermoso momento.

Agradezco a todas aquellas personas que de una forma u otra tuvieron que ver con mi carrera.

DEDICATORIA

Dedico esta tesis a mis padres Pura y Luis por el apoyo incondicional que me brindaron.

A Susana, mi segunda madre por los momentos que me dedicó y en especial a mi hijo Anthuan que es mi inspiración y por el he realizado con amor este proyecto.

Resumen.

El Voleibol de Playa es un deporte relativamente nuevo en el área competitiva mundial, en nuestro país, desde el año 2005, es que se compite en categorías escolares, por lo que aún falta mucho por perfeccionar en el trabajo del entrenador de base para el entrenamiento en la categoría escolar en las áreas deportivas de nuestra provincia, que nos permitan formar a un atleta con un mayor nivel técnico - táctico, ya que esta es la base de la pirámide deportiva cubana del Alto Rendimiento. La presente investigación responde a las demandas tecnológicas actuales de La Federación Cubana de Voleibol. El Programa de Preparación Integral del Deportista **(P.P.I.D)** no contiene elementos suficientes para desarrollar el trabajo del entrenador de base, lo que provoca que existan deficiencias en el accionar metodológico de los entrenadores que trabajan a nivel de base en Villa Clara, razón más que suficiente para proyectarnos en ese sentido.

Tomando esto en consideración nos propusimos aplicar, a nuestros atletas del sexo masculino en el municipio Ranchuelo, una propuesta de Acciones Metodológicas para el entrenamiento del pase en el Voleibol de Playa escolar, para mejorar la ejecución técnico-táctica de los atletas en este elemento del juego. Ya que se trabaja adaptando la metodología del Voleibol de Sala, sin considerar las características propias del Voleibol de Playa y el contexto donde se desarrolla.

ABSTRACT

Beach Volleyball is a relatively new sport in the global competitive arena in our country since 2005, is that they play in school categories, so still a lot to improve in the coach's job base for training on school category in the sports areas of our province, that allow us to train an athlete with a higher technical level - tactical, as this is the basis of the Cuban sports High Performance pyramid. This research responds to the technology demands of the Cuban Volleyball Federation. The Integral Program Athlete Preparation (PPID) does not contain sufficient information to develop the coach's job base, causing deficiencies exist in the methodological actions of coaches working at the grassroots level in Villa Clara, reason enough to project in this regard. With this in mind we decided to apply, our athletes Ranchuelo Township, a proposal Methodological Actions for training through the School Beach Volleyball, to improve the performance of athletes in the execution of this technical-tactical element of the game. Since it works by adapting the methodology Volleyball Hall without considering the characteristics of Beach Volleyball and context in which it develops.

INDICE GENERAL		Pág.
INTRODUCCION		1
CAPITULO I: MARCO TEÓRICO REFERENCIAL		7
1.1-	La preparación técnico-táctica como componente de la preparación.	7
1.2-	El saque como elemento técnico-táctico en el Voleibol de Playa.	9
1.3-	Estrategia del saque en el Voleibol de Playa.	12
1.4-	Algunas de las principales diferencias entre el Voleibol de Sala y el Volibol de Playa.	14
CAPÍTULO II: MARCO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN		16
2.1-	Población	16
2.2-	Métodos y técnicas	17
2.3-	Fases de la investigación	18
CAPITULO III. ANÁLISIS DE RESULTADOS		19
3.1-	Fase de análisis y Planificación.	19
3.2-	Fase de aplicación.	26
3.3-	Fase de comparación de los resultados.	27
CONCLUSIONES		30
RECOMENDACIONES		31
BIBLIOGRAFIA		
ANEXOS		

Introducción

El Voleibol de Playa es una modalidad del voleibol que en breve tiempo ha alcanzado los más altos niveles de competencia mundial, debido a que no sólo se trata de un juego espectacular en un ambiente de alegría y diversión. Sino que es una disciplina de alta exigencia técnica, táctica y que requiere una preparación física específica extraordinaria.

Se jugó por primera vez en las playas de las Islas Hawái en 1920 con equipos de 6 personas y a manera de diversión, pero ya 30 años después en 1950 en las playas de California (Estados Unidos) se comenzó con la modalidad de duplas (2 x 2).

Para iniciar la práctica del Voleibol de Playa no se requiere de muchos recursos, por otro lado es excitante y al principio simple. Aunque en la medida en que se van desarrollando las habilidades técnicas por parte de los jugadores, el juego va ofreciendo alternativas tácticas complejas y variadas. Además de que se puede jugar en casi cualquier lugar.

Actualmente no solo se juega en áreas de playas, sino que también se puede jugar y competir en terrenos artificiales hechos en lugares alejados del mar. De hecho, en las sedes más importantes de Europa, en la actualidad no se está jugando en playas, sino en terrenos artificiales portátiles que se montan muy próximos al centro de grandes urbes.

En Cuba se practica oficialmente desde 1987 asistiéndose a Circuitos Mundiales y Torneos Internacionales con resultados relevantes. Desde el año 2005, es que se compite en categorías escolares, por lo que aún falta mucho por hacer en materia de entrenamiento en la categoría base, que nos permitan formar a un atleta con un nivel técnico- táctico y competitivo mucho mayor para el Alto Rendimiento de la provincia y el país.

En la actualidad el Programa de Preparación Integral del Deportista (**PPID**) para esta modalidad se encuentra en proceso de perfeccionamiento ya que en su concepción está estructurado para el alto rendimiento y adolece de indicaciones que oriente al entrenador para el trabajo en las áreas deportivas de base.

Por lo tanto, en cuanto a metodologías para el entrenamiento los entrenadores están adaptando en la planificación y el entrenamiento la metodología del Voleibol de Sala a la Playa sin que se tome en consideración las características propias de esta modalidad deportiva y su contexto. Todo esto implica la necesidad de buscar alternativas en función de lograr mejorar el rendimiento técnico-táctico de los atletas a nivel de base y sobre todo en el pase que garantiza la estabilidad de un buen resultado en el juego.

Para lograr una buena estabilidad en el juego de Voleibol de Playa se necesita de una exquisita ejecución técnico-táctica del pase y cuando no se logra este tan importante aspecto, el resultado en un partido no es el mejor. Los atletas del municipio Ranchuelo específicamente los del sexo masculino presentan dificultades en la ejecución técnico-táctica del pase y la manera en que los entrenadores desarrollan la preparación no ha garantizado solucionar este aspecto tan necesario para un mejor desempeño en el accionar del juego.

Esta razón fue el motivo para tomar como antecedente de nuestro trabajo la propuesta de acciones metodológicas para el entrenamiento del pase realizadas por la Lic. Nancy Barrera García en aras de mejorar el accionar metodológico de los entrenadores. La autora elaboró una propuesta de acciones metodológicas en función de alcanzar una mejor ejecución en este tan importante elemento del juego de Voleibol de Playa.

Tomando en consideración todo lo anteriormente expuesto es que se desprende la siguiente **Situación Problémica** de la presente investigación:

Insuficiencias en el accionar metodológico de los entrenadores para mejorar la ejecución técnico – táctica del pase en atletas del sexo masculinos de Voleibol de Playa escolar del Combinado Deportivo Milagros Jiménez de Ranchuelo.

De ahí que se defina como **Problema Científico**:

¿Cómo resolver las insuficiencias en el accionar metodológico de los entrenadores para mejorar la ejecución técnico – táctica del pase en los atletas del sexo masculino de Voleibol de Playa escolar del Combinado Deportivo Milagros Jiménez de Ranchuelo?

Se declara en nuestra investigación como **Objeto** el siguiente:

El pase en el Voleibol de Playa escolar.

Teniendo como **Campo de Acción** de dicho trabajo investigativo:

Las acciones metodológicas para la ejecución técnico-táctica del pase en el Voleibol de Playa escolar.

Para dar cumplimiento al problema científico se plantea el siguiente **Sistema de Objetivos**:

- 1- Analizar la objetividad de la aplicación en su concepción inicial de las acciones metodológicas para mejorar la ejecución técnico – táctica del pase en los atletas masculinos de Voleibol de Playa escolar del Combinado Deportivo Milagros Jiménez de Ranchuelo.

- 2- Rediseñar la propuesta de acciones metodológicas para mejorar la ejecución técnico – táctica del pase en los atletas masculinos de Voleibol de Playa escolar del Combinado Deportivo Milagros Jiménez de Ranchuelo.
- 3- Aplicar por parte de los entrenadores en el entrenamiento las acciones metodológicas para mejorar la ejecución técnico – táctica del pase en los atletas masculinos de Voleibol de Playa escolar del Combinado Deportivo Milagros Jiménez de Ranchuelo.
- 4- Comparar los resultados de la aplicación de las acciones metodológicas para mejorar la ejecución técnico-táctica del pase en el Voleibol de Playa escolar del Combinado Deportivo Milagros Jiménez de Ranchuelo.

Por tal razón se determina como **Hipótesis** de la investigación la siguiente:
Si se aplican por parte de los entrenadores las acciones metodológicas rediseñadas para mejorar la ejecución técnico – táctica del pase en los atletas masculinos de Voleibol de Playa en la categoría escolar del Combinado Deportivo Milagros Jiménez de Ranchuelo permitirá obtener mejoras significativas..

Población.

La investigación fue desarrollada tomando en cuenta las siguientes poblaciones:

La población 1:

Los dos entrenadores del Combinado Deportivo Milagros Jiménez del municipio Ranchuelo.

La población 2:

Los ocho atletas del sexo masculino de Voleibol de Playa del Combinado Deportivo Milagros Jiménez del municipio Ranchuelo en la categoría escolar.

La población 3:

El Comisionado Provincial y la Metodóloga Provincial de Voleibol.

La población 4:

Los dieciocho entrenadores de Voleibol de Playa que trabajan en la actualidad en la provincia Villa Clara.

Métodos y Técnicas.

Métodos del nivel teórico:

- Analítico – sintético.
- Inductivo - deductivo.

Métodos del nivel empírico:

- Análisis de documentos.
- Observación abierta estructurada.
- Pre-experimento de control mínimo.
- Medición. (antes y después)

Método Matemático Estadístico:

- Pruebas de Hipótesis. (Prueba de los signos).

Técnicas empleadas:

- Taller Metodológico.
- Tormenta de Ideas.

Línea de investigación: Perfeccionamiento de los Programas de Preparación del Deportista.

Proyecto al que tributa la tesis: Metodología para la preparación técnico-táctica en el Voleibol de Playa escolar.

Capítulos contenidos en la tesis:

La tesis está conformada por tres capítulos.

Capítulo I: Denominado Marco Teórico Referencial que aborda todo el referente cognitivo relacionado la preparación técnico-táctica y la enseñanza del pase en el Voleibol de Playa.

Capítulo II: Denominado Marco Metodológico donde se explica el procedimiento seguido en el proceso de investigación.

Capítulo III: Denominado Análisis de los Resultados donde se analiza toda la información obtenida y se llega a conclusiones.

CAPITULO 1: MARCO TEÓRICO REFERENCIAL

1.1 La preparación técnico-táctica como componente de la preparación.

Sobre la preparación técnico-táctica en el Voleibol se han abierto amplios espacios de reflexión, no así en el caso específico del Voleibol de Playa. Los principales autores que han tratado esta temática proponen variantes a los modelos independientes, técnicos o tácticos, para dar paso también a modelos en los que se integren la técnica y la táctica.

Un abanderado en este sentido es el Dr. C. Rafael de Mato Navelo Cabello (2002), autor del PPID del Voleibol de Sala, el cual enfatiza en que la toma de decisiones debe organizarse sobre diferentes pilares, entre ellos: un cierto dominio motriz y un conocimiento previo significativo en relación con la propia toma de decisiones. Tal es la importancia de la preparación técnico – táctica para el Voleibol de Playa, que se cita entre los componentes principales del proceso de entrenamiento de los atletas, especialmente determinantes para la consecución y perfeccionamiento de la maestría deportiva.

Este deporte de equipo, ha organizado sus acciones en condiciones de interrelación e interdependencia ya que su juego se desarrolla por pasajes, con una fase de pausa o semi pausa relativa y fases dinámicas de actividad. Tiene carácter significativamente técnico-táctico, debido a la variedad y complejidad de su accionar táctico, lo que hace que se desarrolle bajo un influjo constante de situaciones imprevistas.

Verkhoshansky (1990) expresa al referirse a este componente de preparación técnico-táctica: *“La preparación técnico-táctica garantiza principalmente el perfeccionamiento de la habilidad del deportista para aprovechar su potencial motriz en la resolución efectiva de las tareas motoras”*.

Sobre el tema, vale analizar lo expresado en la siguiente cita: *“Desde nuestra perspectiva, planteamos la opción de empezar simultáneamente por el aprendizaje técnico y también por el aprendizaje de los dominios tácticos. Asimismo, y puesto que el aprendizaje de la técnica y de la táctica deportivas es un proceso largo y complejo, proponemos que este aprendizaje sea simultáneo en el sentido de que se vayan aprendiendo ambos aspectos de forma compensada. Es decir, que vaya creciendo el bagaje técnico acorde con el táctico y viceversa”* (Castejón Oliva y López Ros, 2002).

Se reconoce también la idea de que como los elementos técnicos y tácticos acontecen a la vez y uno (lo técnico) da sentido a lo otro (lo táctico) y viceversa, se requiere aplicar el principio básico de contextualización, concretado en que se planteen situaciones reales del juego como elementos básicos para el aprendizaje y perfeccionamiento en los juegos deportivos, considerando esto como camino a seguir para organizar los propios entrenamientos.

Esta idea la han desarrollado otros autores de los juegos deportivos, coherentes con esta posición al expresar: *“La preparación técnico - táctica es un proceso pedagógico donde se produce la transmisión y asimilación de la técnica y la táctica deportiva en 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”* citado por Navelo.

Así también en las reflexiones del Dr. De la Paz, se explica: *“El complejo de habilidades es la etapa en la cual se integran varias habilidades en una situación cada vez más real de juego y donde se produce por primera vez, la interrelación de varios jugadores del mismo equipo, frente o no a jugadores*

adversarios, con el objetivo de darle solución exitosa a un determinado problema táctico con una alta exigencia de rendimiento” (De la Paz, P. L, 2004). Como puede observarse no separa estas preparaciones sino que las integra en complejos de habilidades.

1. 2 El pase como elemento técnico-táctico en el Voleibol de Playa escolar.

El Pase en el Voleibol de Playa es una técnica muy compleja para su enseñanza y dominio de la misma, es un arte más que una ciencia por el número tan elevado de variantes que tiene y su gran complejidad. Parece fácil pero es una de las técnicas más difíciles de dominar, si se piensa emplear las manos en el pase del Voleibol de Playa dispóngase a someterse a incontables horas de pases, así mismo, prepárese para soportar distintas formas de que le canten el voleo, sobre lo que es una falta y lo que no lo es.

La ejecución técnica del pase en el Voleibol de Playa: “Es el sistema de movimiento dirigido a la solución de determinada tarea motora, distinguiéndose por el alto nivel de coordinación de los movimientos, su estabilidad y rendimiento, para facilitar al compañero alcanzar los más altos resultados en la acción de remate”. (Novo 2003).

El pase es la técnica más elegante del Voleibol de Playa. Observar como un jugador pasa el balón y se eleva suavemente con un voleo de seda, es todo un espectáculo, teniendo en cuenta las reglas rigurosas sobre el pase en esta modalidad, esto ha provocado que muchos jugadores hayan optado por realizar el pase con los antebrazos. No siempre fue de esa forma, en los primeros años había una sola regla estricta sobre el pase, los jugadores tenían que colocarse de frente al lugar donde dirigían el pase.

Al analizarse la técnica del pase, los conceptos más sustanciales son los relativos a la estructuración, estabilidad y variabilidad de los movimientos. El perfeccionamiento técnico nos permitirá llegar hasta la maestría deportiva. Durante la realización de un cuadro externo de movimientos, ésta se determina por la correspondencia que existe entre la ejecución correcta, las exigencias estéticas y los estilos tradicionales, sobre una base de una estructura rítmica perfeccionada por el atleta, con una alta variabilidad de adaptación y corrección de la dinámica en correspondencia con el medio.

Al comienzo del entrenamiento técnico-táctico del pase, cualquiera que sea el método empleado o variante empleada, el jugador debe imitar un modelo con la mayor exactitud posible. Este modelo está generalmente representado por el entrenador (o un buen jugador), quien muestra la ejecución correcta de la técnica.

Para reproducir el modelo con exactitud, el jugador debe tener una imagen mental precisa del movimiento a la hora de ejecutar el pase. Los métodos audiovisuales pueden resultar muy útiles en este sentido, una serie de fotos en secuencia, una filmación, la observación de jugadores exitosos durante una competencia, son estos métodos de los cuales puede servirse el entrenador.

Sin embargo, es importante enfatizar que la atención de los jugadores debe centrarse sólo en los elementos esenciales de esa etapa, debido a la complejidad del medio y la exactitud técnico-táctica que se necesita para ello. Los detalles técnicos deberán ir a la par de la realización técnica, si de una vez se quiere lograr un jugador habilidoso. Así, podemos ver una evolución sistemática, en la que el acento principal de los ejercicios pasa de un segmento particular o una parte del movimiento a la ejecución completa del movimiento.

El pase es un elemento intermedio que brinda la posibilidad de lograr un juego estable y facilitar las acciones ofensivas de ataque y contraataque. No obstante en nuestro deporte tiene la peculiaridad de convertirse en un momento determinado en una acción ofensiva, por lo que estaríamos en presencia de una acción de pase-ataque.

El profesor Marco Martínez Novo llegó a establecer 27 Fase Típicas del Voleibol de Playa para el alto rendimiento, pero en trabajos realizados por el proyecto de Voleibol de Playa de la Facultad de Cultura Física de Villa Clara dirigido por Lic. Orestes Griego, se han llegado a establecer varias fases adicionales para el Voleibol de Playa escolar. Donde una de ellas es el Pase- ataque y se ha demostrado por este mismo investigador que resulta en esta categoría escolar una acción que marca puntos con mucha frecuencia.

Un aspecto de gran importancia en la realización del pase es que en el juego antes del saque del contrario no se tiene definición de que jugador será el encargado de realizarlo, hasta que no se define hacia que jugador se dirige la acción del saque. Solo así el jugador que realizará el pase se desplaza a la red para ejecutarlo, parece muy sencillo, pero se necesita una práctica intensa para dominar la técnica, mediante lo cual los pases salen de tus manos con buena precisión, sin giro alguno, sin importar cuantos efectos posea al balón o desde que altura desciende.

1.3- Estrategia del Pase en el Voleibol de Playa.

Es crucial tener un objetivo específico en mente antes realizar cada pase, disponer de un pase planificado no solo reducirá el número de errores, sino que también le permitirá que su atacador pueda conseguir más puntos obligándole a reflexionar sobre las debilidades de sus oponentes y el modo de explotarlos.

Es importante que se estudie a los contrarios y también las fortalezas y debilidades de nuestro compañero. Si se da una situación de igualdad con respecto a los dos jugadores que están al otro lado de la cancha la planificación del punto puede suponer la diferencia entre ganar y perder. Es importante determinar cuál es la mejor opción de pase para nuestro atacador y su intención de ataque. Esa es una de las cuestiones que identifica al Voleibol de Playa, solo hay un jugador para atacar o el propio jugador que pasa puede buscar una acción ofensiva.

Con cualquier tipo de pase la meta principal es lograr dificultarle el Complejo 2 (K- II) al equipo contrario, la estrategia básica debe ser pasar y avisar al rematador la zona más vulnerable de la cancha contraria, obligando al defensor desplazarse constantemente e ingeniárselas para lograr defender.

Reglas de oro al momento de ejecutar el Pase en el Voleibol de Playa.

El propio Karch Kiraly dice en su libro que existen reglas de oro que cumpliéndolas se puede aspirar a lograr un buen resultado en la realización del pase en el Voleibol de Playa. Estas son las siguientes:

- 1 – Conocer las características de tu compañero, saber el pase que le gusta.
- 2 – Tener presente las condiciones climáticas en el momento de realización del pase.
- 3 – Avisar a tu compañero la zona más vulnerable para la defensa del jugador contrario.

- 4 – Determinar si tienes opción de realizar alguna acción ofensiva en segundo contacto para no dar posibilidad al contrario de organizar la defensa.

Aspectos importantes de la táctica del Pase en el Voleibol de Playa:

El jugador que ejecuta el pase en el Voleibol de Playa debe observar desde el punto de vista táctico:

- ✓ Las condiciones climáticas.
- ✓ Hacia donde va a pasar y por qué.
- ✓ Las características del terreno.
- ✓ Quien recibirá el saque al centro.
- ✓ Si va a realizar un recibo pase.
- ✓ Su nivel técnico.
- ✓ La comunicación con su compañero.

El pasador en el Voleibol de Playa tiene que tener presente:

- ✓ La parábola del balón después del recibo.
- ✓ El propio dominio técnico-táctico.
- ✓ Características de su rematador.
- ✓ Virtudes y deficiencias del bloqueador contrario.
- ✓ Las condiciones climáticas.
- ✓ Tipo de pase que va a realizar. (arriba – abajo)

1.4 Algunas de las principales diferencias entre Voleibol de Sala y Voleibol de Playa.

Existen diferencias muy importantes entre Voleibol de Sala y Voleibol de Playa. En la actualidad algunos entrenadores por desconocimiento piensan que no son significativas, pero sin dudas pensar de esta manera es un error. A continuación reflejamos algunas de las principales diferencias entre uno y otro.

- ✓ Solo juegan dos atletas y no hay sustitución, lo que implica compartir el terreno y lograr un gran acople entre los jugadores.
- ✓ Los jugadores son libres de colocarse en cualquier posición, no hay posiciones predeterminadas en la cancha.
- ✓ La defensa de un “Remate Violento” puede ser en voleo por arriba y el balón puede ser retenido momentáneamente. Si es un remate suave esto no procede.
- ✓ El contacto en el bloqueo se cuenta como el primer toque del equipo, teniendo derecho a solo dos más.
- ✓ Un jugador lesionado se le concederá un máximo de 5 minutos de tiempo para recuperarse. Si el jugador no se recupera o no regresa a la cancha, el equipo será declarado incompleto.
- ✓ El terreno es más pequeño (16 metros de largo por 8 de ancho). Lo que representa un total de 17 metros cuadrados menos de superficie).
- ✓ Se debe retener levemente el balón al momento de ejecutar el pase por arriba.
- ✓ Cada atleta tiene 15 segundos después de un rally para tomar nuevamente las acciones.
- ✓ Los jugadores que reciben tienen derecho a pedir visibilidad del sacador contrario y está obligado a concederla el equipo que tiene el saque.

- ✓ Partidos de tres set a ganar dos. 21 puntos los dos primeros y 15 puntos el tercero.
- ✓ Los jugadores no cambian de silla durante todo el encuentro.
- ✓ Un jugador puede penetrar en el espacio de juego del equipo contrario con tal que su acción no interfiera la acción del adversario.
- ✓ La superficie de juego es blanda e irregular, lo que obliga a modificar los desplazamientos y la manera de saltar.
- ✓ La ejecución técnica del bloqueo es diferente y no existe carrera de impulso para el remate, sino pasos transitorios para saltar al remate.
- ✓ No se permite el recibo en voleo por arriba. (infracción del reglamento).
- ✓ Se cambia constantemente de cancha cada vez que se juegan 7 puntos por ambos equipos, en los dos primeros set y cada 5 en el tercero.
- ✓ Todo contacto con el balón tiene que ser golpeo.
- ✓ Es obligatorio jugar descalzo.
- ✓ La anotadora del partido está obligada a decir el orden al saque, es decir, a que jugador le corresponde el saque señalándolo con una pancarta.

Se considera después de realizar una revisión bibliográfica minuciosa que el Voleibol de Playa y la dinámica de su juego, a la ofensiva y defensiva requiere de una lucha constante para encontrar calidad y resultados. Es necesario por tanto, creatividad en los entrenamientos, búsqueda de soluciones desde la base, ya que es allí donde se encuentran los futuros campeones del país.

El Voleibol de Playa es un juego diferente del Voleibol de Sala desde el punto de vista técnico y táctico, además de ser diferentes en cuanto a superficie de juego y dimensiones del terreno.

CAPITULO 2: MARCO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN

2.1- Población.

Para el desarrollo de esta investigación trabajó con las siguientes poblaciones:

La población 1 integrada por:

Los dos entrenadores del Combinado Deportivo Milagros Jiménez del municipio Ranchuelo. Estos profesores fueron seleccionados porque son los responsables de llevar a cabo el trabajo con la categoría escolar en el Combinado Deportivo.

La población 2 Integrada por:

Los ocho atletas del sexo masculino que forman parte de la matricula del Voleibol de Playa en el Combinado Deportivo Milagros Jiménez del municipio Ranchuelo en la categoría escolar (12 – 13 años). Con pleno conocimiento y aprobación para ser sujeto motivo de investigación.

La población 3 integrada por:

El Comisionado Provincial de Voleibol y la Metodóloga Provincial de Voleibol, ya que según la estructura de dirección en la provincia, son los máximos responsables de todo el Voleibol en Villa Clara.

La población 4 integrada por:

Los dieciocho entrenadores de Voleibol de Playa que trabajan en la actualidad en la provincia Villa Clara.

2.2- Métodos y Técnicas.

Métodos.

Nivel teórico:

Inductivo Deductivo: Mediante el análisis de lo particular a lo general del objeto de estudio estableciendo posteriores generalizaciones.

Análisis y Síntesis: Se analizó de lo general a lo particular un gran cúmulo de información determinando los elementos fundamentales, que serían utilizados en el desarrollo de la investigación.

Nivel Empírico:

Análisis de documentos: Se emplea durante el diagnóstico en la revisión de documentos para indagar en la información referente al tema motivo de la investigación. (Programas de enseñanza, planes de clases de profesores, documentos rectores del deporte y el Programa de Preparación Integral del Deportista.

Observación: Permitió determinar las deficiencias en la ejecución técnica del voleo a partir de los criterios evaluativos establecidos a tal efecto.

Pre-experimento de control mínimo: Se realiza para provocar cambios de manera intencional en el aprendizaje, para analizar los efectos que producen los cambios. Se realiza una comparación del mismo grupo en dos momentos diferentes.

Medición: Se desarrolla con el objetivo de obtener la información numérica acerca del resultado de las mediciones realizadas en los diferentes momentos de la investigación. Es decir es la atribución de valores numéricos a las ejecuciones de la habilidad.

Métodos Matemático Estadístico: Se utilizaron para el procesamiento de los datos.

- La Prueba de Hipótesis, (Prueba de los signos) para validar la hipótesis planteada en la investigación.

Técnicas empleadas:

Taller Metodológico: Se emplea durante la fase de diagnóstico, en la concepción del rediseño de la propuesta y el establecimiento de tareas colectivas para la investigación, así como en el establecimiento de las etapas de investigación.

Tormenta de Ideas: Se emplea en la fase diagnóstico para determinar la forma de utilizar las acciones metodológicas y sus modificaciones. También el establecimiento de la escala de evaluación.

2.3 Fases de la investigación.

Esta investigación se desarrolla en **3** fases diferentes.

Una primera fase denominada de **Análisis y Planificación.**

Que tiene como objetivos desarrollar una amplia revisión bibliográfica, realizar un profundo análisis de la objetividad de la forma de aplicación de las acciones metodológicas. Además valorar como sería la aplicación y establecer la forma de aplicación de estas acciones para el desarrollo de todo el proceso de la investigación.

La segunda fase de **Aplicación.**

En la cual se procede a realizar las mediciones mediante la aplicación del test técnico-táctico y la aplicación de la propuesta de acciones metodológicas.

La tercera fase de **Comparación de resultados.**

Que tiene como objetivo el procesamiento de la información obtenida para el posterior análisis de los resultados.

CAPITULO 3: ANÁLISIS DE RESULTADOS.

3.1 Fase de Análisis y Planificación:

En el desarrollo de esta fase se procedió a realizar una revisión de documentos oficiales y personales de los profesores. Se revisó el **P.P.I.D** del Voleibol de Playa, aún cuando es menester aclarar que no se tiene una versión actualizada pues la Comisión Nacional de Voleibol se encuentra en franco proceso de perfeccionamiento de este documento.

Se pudo apreciar que el PPID se encuentra estructurado para orientar el trabajo del Alto Rendimiento y no contiene elementos suficientes para desarrollar el trabajo del entrenador de base, en relación al trabajo que se debe desarrollar a nivel de área deportiva; fundamentalmente en el tema del pase, lo que provoca que existan deficiencias en el accionar metodológico de los entrenadores que trabajan a nivel de base en Villa Clara. Por lo que el entrenador realiza su trabajo de manera empírica.

Todo esto se corrobora también al revisar el Trabajo de Diploma defendido por la Lic. Nancy Barrera García en el curso 2009 – 2010, la cual realiza una propuesta de Acciones Metodológicas para mejorar la enseñanza del pase en el Voleibol de Playa escolar del municipio Ranchuelo y que sirve como base y antecedente de nuestro trabajo. **(Anexo # 1)**

La autora desarrolló un profundo diagnóstico de la manera en que se desarrolla la enseñanza a nivel de base en la provincia, lo cual asumimos y al quedar su trabajo solo en propuesta nos propusimos valorarlas, aplicarlas y comprobar su efectividad práctica.

Se revisó además los Programas de Enseñanza de los entrenadores de la provincia para constatar de qué manera se desarrollaba el proceso de enseñanza-aprendizaje del pase y cómo realizaban el control de este durante el proceso de preparación.

Aquí nos dimos cuenta que no se realiza un control efectivo de la ejecución técnico-táctica del pase durante la preparación y en ocasiones ni siquiera lo realizan. Pudiéndose apreciar también que se adapta para el entrenamiento de los elementos técnico-tácticos la misma metodología del Voleibol de Sala al Voleibol de Playa, sin tomar en consideración las características propias del Voleibol de Playa y el contexto donde este se desarrolla.

En esta fase también se desarrolló un taller metodológico con los dieciocho entrenadores de Voleibol de Playa de la provincia y los máximos directivos del Voleibol en la provincia. Este se realizó en el marco de las actualizaciones metodológicas convocadas por la Comisión Provincial de Voleibol concentrando a todos los entrenadores de la provincia.

En este taller se procedió en primer lugar a realizar un profundo análisis del reglamento vigente y de los cambios que se estudian en la actualidad por parte de la Federación Internacional de Voleibol (**FIVB**). Con relación al pase, se estudia y discute con los entrenadores los cambios de regla que motivan también la modificación del gesto técnico.

Otra de las actividades que se realiza en este taller con los entrenadores y directivos del Voleibol en la provincia fue hacer un análisis de la propuesta que constituye nuestro antecedente y a partir de los cambios ocurridos en el reglamento, analizar si era objetivo la aplicación en su concepción inicial de acciones metodológicas para mejorar la ejecución técnico – táctica del pase en el Voleibol de Playa escolar del Combinado Deportivo Milagros Jiménez de Ranchuelo.

Tomando en consideración que el antecedente que sirve como base de nuestra investigación se desarrolló en el año 2010 y hay aspectos de la ejecución técnica que se han tenido que modificar. A partir de los cambios en el reglamento en lo referente al pase, éste aspecto motivó una gran discusión y debate entre los participantes.

A partir del análisis y discusión que se produjo, es que se llega a comprender por parte de los entrenadores, la necesidad de la aplicación de las acciones metodológicas. Pero que era evidente, establecer en la propuesta, un rediseño de las mismas y reorganizarlas de modo tal que se agruparan las acciones para que los entrenadores de la base pudieran utilizarlas según el momento en que transcurre la preparación. Teniendo como fundamento para ello las características de la formación de la Habilidad Motriz Deportiva.

De este taller resultó que como la autora las propuso de manera muy general, se agruparon las acciones que sirven de base en este trabajo en tres grupos:

- Las acciones que sirven para el entrenamiento del pase en la etapa de **familiarización** del atleta con la habilidad motriz deportiva.
- Las acciones que sirven para el entrenamiento del pase en la etapa de **desarrollo** de la habilidad motriz deportiva en el atleta.
- Las acciones que sirven para el entrenamiento del pase en la etapa de **perfeccionamiento** de la habilidad motriz deportiva en el atleta.

Esto facilitaría que el entrenador pueda utilizarlas según el momento en que transcurre la preparación y se le facilitará la comprensión de las mismas. También resultó del análisis, la necesidad de añadir o modificar acciones debido a que la propuesta se realiza en el año 2010 y los cambios que se han producido en el reglamento obligan a atemperarse a ellos.

De esta manera quedaron definidas las acciones de la forma en que se presentan a continuación:

Acciones metodológicas establecidas para ser utilizadas según el momento en que transcurra la preparación.

(Familiarización – Desarrollo – Perfeccionamiento)

Acciones metodológicas correspondientes al momento de la **familiarización** con el conocimiento de la Habilidad Motriz Deportiva.

- 1- Aspectos teóricos sobre el Pase en el Voleibol de Playa. **(Añadida)**
- 2- Coordinación para la entrada al pase.
- 3- Familiarización con la técnica de retención y salida del balón.

La acción número uno se decide que sea añadida porque es importante dotar al atleta del conocimiento teórico suficiente para poder asimilar con mayor facilidad el aprendizaje de la habilidad técnico-táctica, si se toma en consideración las etapas de la formación de la Habilidad Motriz Deportiva y las fases del pensamiento táctico planteado por Malho . Quedó definida de esta manera:

1- Aspectos teóricos sobre el Pase en el Voleibol de Playa.

Objetivo: Dotar al atleta de conocimientos teóricos sobre el pase en el Voleibol de Playa.

Tareas.

- Tipos de pase, su objetivo e importancia en el Voleibol de Playa.
- Cuestiones que debe considerar el jugador que ejecuta el pase en el Voleibol de Playa.
- Aspectos tácticos a considerar por el jugador que ejecuta el pase.
- Consejos útiles para el pasador en el Voleibol de Playa.

Acciones metodológicas correspondientes al momento del **desarrollo** del conocimiento de la Habilidad Motriz Deportiva.

4- Con balón lanzado

5- Pase después del recibo.

6- Entrar a pasar y avisar al compañero la zona señalada por el profesor.

7- Entrada a pasar y realizar pase-ataque.

8- Juego con doble voleo. **(Modificada).**

La acción número ocho se decide que debe ser modificada porque el reglamento ha variado, en cuanto a la retención y la forma de manipular el balón. Quedó definida de esta manera:

Juego con doble voleo.

Objetivo: Consolidar la técnica del voleo pase.

Tarea:

- Se juega de 1 vs. 1 en un área de 6 metros de largo por 4 de ancho, (sobre la red). El balón para el saque es lanzado fácil al jugador contrario, este lo recibe.

Desarrollo:

- Realiza un doble pase y devuelve al terreno contrario con un toque de dedos. No habrá bloqueo y contratiempo siempre será con doble pase.

Acciones metodológicas correspondientes al momento del **perfeccionamiento** del conocimiento de la Habilidad Motriz Deportiva.

9- Pase al compañero después de rematarle.

10- Complejo - 1 con balón lanzado.

11- Juego de estudio con control de pase. **(Añadida)**

La acción número once se decide que debe ser añadida porque el reglamento ha variado en la forma de manipular el balón en el momento de la retención. Quedó definida de esta manera:

Juego de estudio con control de pase.

Objetivo: Consolidar la técnica del voleo pase.

Tarea:

- Se juega de 2 vs. 2 en un área de dimensiones normales. El jugador que pasa tendrá que realizarlo según la orientación del profesor para el set, donde se rematará por delante o por detrás según la tarea.
- Ídem, pero realizando un doble pase.

El resto de las acciones se mantienen como en la propuesta inicial. Cada una de ellas se muestra en el **anexo # 1**. Los ejemplos anteriores, su objetivo y posibles tareas a desarrollar; las cuales el entrenador puede asumir en su totalidad, en partes o establecer nuevas, siempre y cuando no deje de cumplir con el objetivo que se persigue en cada una de ellas. Esto estará determinado por las condiciones y las características propias de los jugadores que tenga cada entrenador.

Después de haber realizado este taller se establecen los momentos, donde queda definido, la forma en que se aplicarían y evaluarían estas acciones. En tal sentido se decide tomar para la evaluación el test técnico-táctico para el pase propuesto por el Lic. Orestes Griego (2013). **(Anexo # 2)**

Otra de las acciones desarrolladas en esta fase fue la observación a los atletas, en la ejecución de la habilidad técnico- táctica en juego. Para ello se utilizó una guía de observación con parámetros muy similares, a los que se evalúan para el pase, en la prueba técnico-táctica que se realiza en las competencias provinciales de este deporte. Esta acción permitió constatar las marcadas deficiencias de los atletas del sexo masculino en la ejecución técnico-táctica del voleo-pase.

3.2 Fase de Aplicación:

Durante el desarrollo de esta fase se trabajó con los ocho atletas masculinos de Voleibol de Playa en la categoría escolar (12–13 años) del Combinado Deportivo “Milagros Jiménez” en el municipio Ranchuelo. A estos atletas en el mes de septiembre de 2013 se les realizó la primera evaluación correspondiente al primer momento. Se realizó el test técnico-táctico ya antes mencionado, para la medición y evaluar la ejecución técnico-táctica del pase.

Esta medición se realiza en el horario de las 4:30 pm, estableciendo un orden de ejecución y la organización acorde para el cumplimiento de la tarea.

A partir de ahí se comienza a aplicar las acciones metodológicas al grupo en la fecha comprendida entre septiembre 2013 hasta abril de 2014 y dos semanas antes de la competencia provincial, se realizó nuevamente el test en las mismas condiciones, horario, el mismo número de investigadores, en el mismo orden de realización, etcétera, para lograr la estandarización de la misma y así de esta manera poder facilitar una evaluación en un segundo momento que permitiera comparar y procesar los resultados obtenidos.

Como se trabajó con todo el grupo en el pre-experimento, era necesario controlar las variables que me permitieran determinar que producto de la influencia aplicada es que obtienen los resultados y que en ello no influyen otros factores.

Como los entrenadores están realizando su trabajo relacionado con el proceso de enseñanza aprendizaje del recibo adaptando la metodología del Voleibol de Sala, la variable a controlar fue la planificación de la unidad de entrenamiento, y para ello el procedimiento a utilizar fue que los entrenadores planificaran sus clases bajo las orientaciones de los investigadores. Cada sábado se planificaban las calases de la semana y estas eran supervisadas y revisadas por los investigadores.

Además los investigadores también supervisaban las sesiones de entrenamiento de modo tal que se trabajara con las orientaciones establecidas al respecto. Llegado el mes de abril, dos semanas antes de la competencia provincial, se realizó nuevamente el test en las mismas condiciones, horario, el mismo número de investigadores, en el mismo orden de realización, etcétera. Para una evaluación en un segundo momento que permitiera comparar y procesar los resultados obtenidos.

3.3 Fase de comparación de resultados:

En el transcurso de esta fase se analizan los resultados obtenidos en cada una de las mediciones realizadas a los atletas. Estas se realizaron en el horario de las 4:30 pm. Todos en igualdad de condiciones y con los mismos medios.

Resultados obtenidos por los atletas en el primer momento:

Atletas	Sexo	Pase por Arriba	Pase por Abajo
1	M	2	3
2	M	2	3
3	M	2	2
4	M	2	3
5	M	3	2
6	M	2	2
7	M	2	2
8	M	2	3

Al analizar los resultados de este primer momento se puede apreciar que los resultados son muy similares, donde predominan ampliamente los resultados de **mal**, en el caso del pase por arriba. Este elemento técnico-táctico tiene una ejecución mucho más compleja, por lo que llegar a dominarla es más difícil, de hecho el resultado de la medición muestra a un solo atleta con evaluación de **regular**.

En el caso del pase por abajo tiene cuatro atletas evaluados de **mal** y cuatro de **regular** mostrándose un dominio más parejo de la habilidad. **(Anexo # 4)**

Debemos aclarar que de estos atletas sólo dos, son nuevo ingreso en el área y los demás no han recibido otro entrenamiento que no sea el mismo que normalmente desarrollaban con sus entrenadores.

Transcurrido el tiempo y llegado el mes de abril se realizó nuevamente el test técnico-táctico para la evaluación en el segundo momento.

Resultados obtenidos por los atletas en el segundo momento:

Atletas	Sexo	Pase por Arriba	Pase por Abajo
1	M	4	4
2	M	4	5
3	M	5	3
4	M	4	5
5	M	5	4
6	M	4	4
7	M	3	5
8	M	4	5

Al analizar los resultados del segundo momento se puede apreciar que luego de cambiar el proceder metodológico de los entrenadores en el entrenamiento dirigido específicamente para el pase, se observa que existió mejoría en sentido general. Sigue siendo la variante del pase por abajo la de mejor resultado, donde predominan las evaluaciones de **muy bien** y sólo un atleta queda con evaluación de **regular**.

En el caso de la variante de pase por arriba también existió una gran mejoría en los resultados, aun cuando predominan las evaluaciones de **bien** con cinco atletas en ese rango, hay dos que se evalúan de **muy bien** y sólo uno queda con evaluación de **regular**. **(Anexo # 4)**

Con estos resultados que se obtienen, se procede a realizar el procesamiento estadístico que nos permitiría comprobar la hipótesis planteada en nuestra investigación. Para ello se procedió a utilizar el paquete estadístico **SPSS** para Windows versión 15.0.

Para determinar si las diferencias que hubo en la ejecución del pase entre un momento y otro fueron o no significativas, se realiza el Análisis Inferencial mediante la aplicación de la prueba de hipótesis no paramétrica “Prueba de los Signos”.

Se obtuvo el siguiente resultado:

Atletas	Pase por arriba 2do momento Pase por arriba 1er momento	Pase por abajo 2do momento Pase por abajo 1er momento
Masculino	0.00	0.00

Al analizar los resultados arrojados en esta prueba, los mismos permiten afirmar que los cambios alcanzados en la ejecución técnico-táctica del pase de los atletas del sexo masculino, fueron significativos al comparar ambos momentos.

Por tanto, queda demostrada de esta manera la hipótesis planteada en la investigación: Si se aplican por parte de los entrenadores las acciones metodológicas rediseñadas para mejorar la ejecución técnico – táctica del pase en atletas del sexo masculino de Voleibol de Playa en la categoría escolar del Combinado Deportivo “Milagros Jiménez” del municipio Ranchuelo permite obtener mejoras significativas.

Conclusiones

- 1- El análisis realizado con los entrenadores permitió determinar que no era objetivo la aplicación de las Acciones Metodológicas en su estado inicial.
- 2- La propuesta de Acciones Metodológicas para mejorar la ejecución técnico – táctica del pase en atletas masculinos de Voleibol de Playa escolar necesitó ser rediseñadas y agrupadas para una mejor comprensión por parte de los entrenadores y en dicho proceso se adicionaron y modificaron algunas.
- 3- La Acciones Metodológicas para mejorar la ejecución técnico – táctica del pase en atletas masculinos de Voleibol de Playa escolar del Combinado Deportivo “Milagros Jiménez” del municipio Ranchuelo fueron aplicadas con modificaciones por los entrenadores en correspondencia con la etapa de la preparación.
- 4- Al comparar los resultados obtenidos de la aplicación de estas acciones metodológicas se observó que los atletas masculinos de Voleibol de Playa del Combinado Deportivo “Milagros Jiménez” del municipio Ranchuelo mejoraron significativamente la ejecución técnico – táctica del pase.

Recomendaciones.

Desarrollar esta investigación en el resto de los elementos técnicos del Voleibol de Playa para valorar sus resultados.

Bibliografía.

- 1- Castillo, P. R. (1993). *Estudio de la efectividad de los pasajes de juego en el Voleibol de Playa escolar*. Ciudad Habana: ISCF.
- 2- Clemente, J. D. (2002). *La enseñanza del Voleibol en las escuelas deportivas de iniciación*. Madrid: Editorial Gymnos.
- 3- Collazo, A. (2006). *Teoría y metodología del Entrenamiento deportivo. Tomo I*. La Habana: ISCF.
- 4- Düerrwäechter, G. (1998). *Iniciación al Voleibol. Aprender Jugando*. Buenos Aires: Editorial Stadium.
- 5- Estéves Cullell, M. (2004). *La investigación Científica en la Actividad Física: su Metodología*. Ciudad de la Habana: Editorial Deporte.
- 6- Forteza, A. (1988). *Bases metodológicas del Entrenamiento Deportivo*. La Habana: Editorial Ciencia y Técnica.
- 7- Frahuer, H. (1986). Pasajes de juego en el Voleibol de Playa. *Revista internacional DAFK*, 50-65.
- 8- Griego Cairo, O. (2013). *Propuesta de test para el control del rendimiento técnico-táctico*. Santa Clara: FCF-VC.
- 9- Groseer, M. (1989). *Test de condición física*. Barcelona: Ediciones Martínez roca, S. A.
- 10- Grosser, M. (1990). *Alto rendimiento deportivo. Planificación y Desarrollo*. México: Editorial Martínez Roca S. A.
- 11- Harre, D. (1989). *Teoría del entrenamiento deportivo*. Ciudad de la Habana: Editorial Científico-técnica.
- 12- Hechavarria, M. (2006). *Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo*. La Habana: Editorial Deportes.
- 13- Herman, R. & Gabriele, F. (1994.). *Aprendizaje deportivo. Metodología y Didáctica*. Madrid: Editorial Martínez Roca S.A.
- 13- Hessing, W. (1999). *Voleibol para principiantes: entrenamientos, técnica y táctica (tercera edición)*. Barcelona: Editorial Paidotribo.
- 14- J. García Manso, R. & Valdivieso, N. (1996). *Planificación del Entrenamiento Deportivo*. Madrid: Editorial Gymnos.

- 15- Lugones, J. L. (1999). *Curso de deporte de medio ambiente: Una alternativa para la formación ambiental de los profesionales del eslabón de base de alto rendimiento*. Santa Clara: ISCF-VC.
- 16- Mata, D. (1994). *Voley Playa. Aprendizaje, entrenamiento y organización*. Barcelona: Editorial Alianza.
- 17- Meinel, K. (1977). *Didáctica del movimiento*. La Habana: Editorial ORBE.
- 18- Morales, A. (1996). La planificación individual de la preparación deportiva. El entrenamiento deportivo personalizado; un camino hacia la victoria. *Acción*, 50.
- 19- Navarro, F. (21 de Diciembre de 2003). Modelos de planificación según deportistas y deportes. Buenos Aires, Argentina: Buenos Aires, Argentina.
- 20- Platonov, V. N. (1991). *La Adaptación en el Deporte*. Barcelona: Editorial Paidotribo.
- 21- Recio, J. B., & Ranzola Ribas, A. (1998). *Manual para el deporte de iniciación y desarrollo*. La Habana: Editorial Deportes.
- 22- Reider Herman, F. G. (1994.). *Aprendizaje deportivo. Metodología y Didáctica*. Madrid: Editorial Martínez Roca S.A.
- 23- Reinaldo, F. (2011). *Modelos de entrenamiento de significación táctica para deportes de equipo, Beisbol*. La Habana: Editorial Deportes.
- 24- Voleibol, F. C. (2007). *Programa de Preparación del Deportista*. La Habana: INDER.
- 25- Weineck, J. (1994). *Entrenamiento óptimo*. Barcelona: Editora Hispano Europea.
- 26- Zatsiorski, V. M. (1989). *Metrología Deportiva*. Moscú: Editorial Planeta.

Anexos.

Anexo # 1. Acciones metodológicas para la enseñanza del Pase en el Voleibol de Playa escolar propuestas por la Lic. Nancy Barrera García.

Acciones metodológicas para la enseñanza del pase en el Voleibol de Playa.

- 1- Coordinación para la entrada al pase.
- 2- Familiarización con la técnica de retención y salida.
- 3- Pase con balón lanzado
- 4- Pase después del recibo.
- 5- Entrar a pasar y avisar al compañero la zona señalada por el profesor.
- 6- Entrada a pasar y realizar pase-ataque.
- 7- Juego con doble pase
- 8- Pase al compañero después de rematarle.
- 9- K-1 con balón lanzado.

Acciones metodológicas para la enseñanza del pase en el Voleibol de Playa.

- 1- **Coordinación para la entrada al pase.**

Objetivo: Familiarizar al jugador en la coordinación y entrada al pase.

Tareas:

- Los jugadores ubicados en el terreno. Después de un balón lanzado a uno de los jugadores este recibe al centro, el otro tiene que hacerse a la red desde el momento que el balón se define a que jugador se irá lanzado y colocarse debajo del balón, sostenerlo en la posición de pase. Tiene que estar estático.

Desarrollo:

- La acción se ejercitará por ambos lados del terreno, es decir ambos jugadores. El jugador no llega a realizar el pase sino que agarra o sostiene el

balón a la altura de la línea media del cuerpo con los brazos extendidos para el pase por abajo o sostenerlo a la altura de la frente acompañando el balón en el gesto de rotación, si es pase por arriba.

2- Familiarización con la técnica de retención y salida.

Objetivo: Desarrollar habilidades en la técnica de retención y salida del balón en el voleo- pase por arriba.

Tareas:

- El atleta se coloca en la zona del pase, se lanza el balón alto dando vueltas, se coloca de forma estática y realiza el voleo _ pase por arriba, reteniendo el balón y tratando de que salga de sus manos sin dar vueltas. El pase será primero alto y después medio y/o al extremo del terreno próximo a la varilla.
- Ubicado el pasador igual que el ejercicio anterior se lanza un balón dando vueltas, el atleta se coloca debajo del balón, estático y realiza el voleo por arriba

Desarrollo:

- El balón no puede salir dando vueltas, se bolea, ni bajar los brazos en la retención es obligatorio

3- Pase con balón lanzado

Objetivo: Realizar pase a diferentes zonas con balón lanzado.

Tareas:

- El jugador colocado en la zona centro del terreno próximo a la red realiza por abajo alto al centro, al frente, extremo y/o atrás. Idéntico con voleo pase por arriba.
- El jugador colocado en la zona centro del terreno próximo a la red, realiza pase por abajo medio al centro, al frente extremo y/o atrás. Igual con voleo pase por arriba.

- El jugador se coloca en la banda paralelo a la red, al ser el balón lanzado al centro se anticipará desplazándose al centro para realizar pase alto al centro, al frente extremo y/o atrás. Idéntico con voleo pase por arriba.
- El jugador se coloca en la banda paralelo a la red, al ser el balón lanzado al centro se anticipará desplazándose al centro para realizar pase por abajo al centro, al frente extremo y/o atrás. Idéntico con voleo pase por arriba.

Desarrollo:

- El ejercicio se realizará por uno y otro extremo de la cancha y por ambos terrenos.

4- Pase después del recibo.

Objetivo: Realizar pase a diferentes zonas después de un recibo.

Tareas:

- Los jugadores estarán colocados en sus posiciones en el terreno, el profesor desde el otro terreno lanza un balón a uno de ellos. Al que no le lanzan el balón se anticipan a realizar un doble pase, el otro realiza el recibo al centro del terreno. Se ejecuta el doble pase por abajo alto al centro, al frente extremo y/o atrás.
- Idéntico al anterior pero con voleo pase por arriba y un solo pase.
- Los jugadores estarán colocados en sus posiciones en el terreno, el profesor desde el otro terreno lanza un balón a uno de ellos, el que no se lanza el balón (el otro realiza recibo al centro). Se anticipa a realizar el pase por abajo desde el centro al frente-extremo y/o atrás.
- Idéntico al anterior pero con voleo por arriba y un solo pase.

Desarrollo:

- El pase primero se practicará realizándolo alto, y en la medida que el atleta domine el pase se podrá pasar a la altura media. Primero trabajar el pase por abajo y después el pase por arriba.

- El doble pase consiste en un voleo pase arriba del jugador y el otro se realiza normal al jugador establecido.
- El ejercicio se realiza por el jugador en ambos extremos y por cada lado del terreno.

5- Entrar a pasar y avisar al compañero la zona señalada por el profesor.

Objetivo: Ejecutar el pase y lograr que el pasador indique correctamente a su rematador la zona indicada o descubierta.

Tareas:

- Los jugadores se colocaran a mitad del terreno, el profesor estará situado por detrás de ello, le lanza un balón a uno de los jugadores (ya avisado) que debe desplazarse al centro a realizar pase por abajo alto. Tiene además después que ejecuta el pase que mirar el terreno contrario donde estará un compañero o profesor que indicará uno a otro lado (zona 1 o zona 2) El pasador tiene que avisar a su rematador la zona indicad, pues hacia allí se realizará el remate.
- Idéntico pero con voleo pase alto por arriba.

Desarrollo:

- El pase primero será alto y luego según sea el dominio que alcance el jugador se podrá hacer pase medio. Es importante la comunicación y coordinación entre los dos jugadores, ya que el remate será a la zona indicada por el pasador. El pasador indicará alto y claro **1** o **2**.
- Una variante de este ejercicio es en vez de que el profesor indique una zona sea un jugador que se anticipa a la defensa y el pasador indica a su atacante la zona opuesta.

6- Entrada a pasar y realizar pase-ataque.

Objetivo: Desarrollar habilidades en el pase ataque.

Tareas:

- El jugador entra a pasar observa la ubicación de los jugadores contrario (situados según entienda el profesor) y realizará el pase ataque al frente o atrás.

Desarrollo:

- De realizar el pase ataque por arriba se tiene que tener presente la técnica correcta para el voleo por arriba. El pase será sobre un balón lanzado. Otra variante de este ejercicio es hacerlo con recibo de un compañero.

7- Juego con doble pase.

Objetivo: Consolidar la técnica del voleo pase.

Tarea:

- Se juega de 1 vs. 1 en un área de 6 metros de largo por 4 de ancho, (sobre la red). El balón para el saque es lanzado fácil al jugador contrario, este lo recibe.

Desarrollo:

- Realiza un doble pase y devuelve al terreno contrario con un toque de dedos. No habrá bloqueo y contratiempo siempre será con doble pase.

8- Pase al compañero después de rematarle.

Objetivo: Desarrollar habilidades en el pase en relación con la coordinación y acople de los jugadores.

Tareas:

- El jugador colocado al centro del terreno, le remata al compañero que defenderá por el centro o los extremos de la cancha y realiza el pase al centro o los extremos según corresponda.

Desarrollo:

- El pasador tiene que indicar la zona de remate.

9- K-1 con balón lanzado.

Objetivo: Desarrollar habilidades en el pase con situaciones de juego.

Tareas:

- Los jugadores estarán colocados en sus zonas, el entrenador lanza balones para que se reciba. Se realiza el doble pase y después el remate.
- Idéntico pero sin el doble pase.

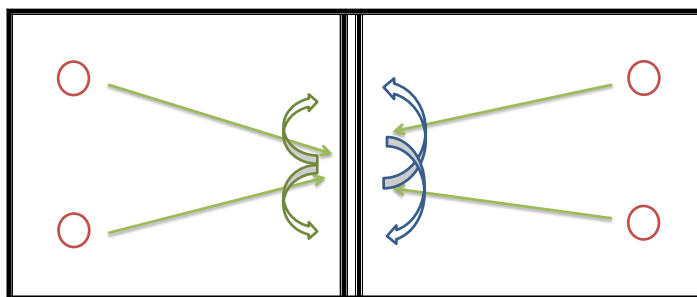
Desarrollo:

- El ejercicio se realiza en ambos terrenos, según sea posible se deja de lanzar balones y se realiza el ejercicio con saque suave dirigido.

La propuesta de acciones metodológicas para la enseñanza del pase en el Voleibol de Playa en futuras investigaciones con un control más riguroso contribuirá a producir un resultado superior en cuanto al pase dentro de los entrenamientos y en las competencias.

Las acciones metodológicas para la enseñanza del pase en el Voleibol de Playa contribuyen a garantizar dicho pase en el juego, a elevar el nivel de los atletas y a diferenciar este deporte de su homólogo, el Voleibol de Sala.

Anexo # 2. Test para el control del rendimiento técnico- táctico del Pase en el Voleibol de Playa escolar.



Para desarrollar el test, el atleta debe partir de una formación de recibo con su compañero. Luego que el balón es sacado (lanzado) es que se desplaza a realizar su pase, este será en dependencia de lo que solicite el rematador, para esto de antemano el entrenador dará instrucción al atacador de por donde debe pedir el pase para rematar.

El atleta que va a ejecutar el pase tiene que ejecutarlo por el lado derecho **(1)** y por el lado izquierdo **(2)**. Por cada lado deberá realizar un pase hacia el frente y otro hacia atrás, completado estos pases realiza un 5to pase que será por el lado que determine el atleta, pero el atacador estará libre de pedir el pase hacia la dirección que el desee. De esta manera se completan 5 pase por un terreno y se repetiría los mismos **5** pases por el otro terreno con las mismas características para un total de **10** pases.

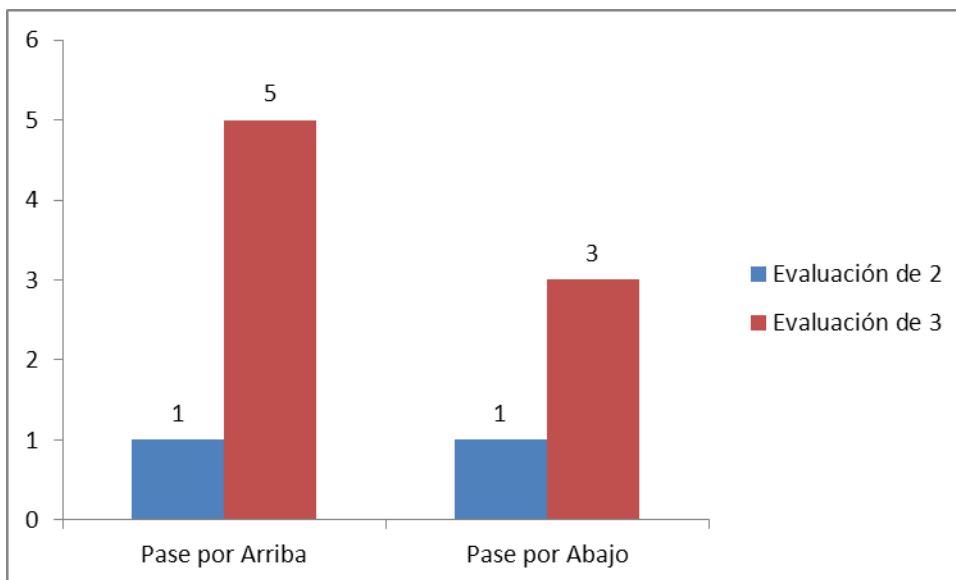
Cuando el atleta le corresponda realizar su 5to pase tendrá un equipo contrario en el otro terreno. Cuando ejecute su pase debe avisar la zona descubierta al atacador o avisar si esta este sin bloqueo al rematar.

Crterios de evaluaci3n para el rendimiento t3cnico-t3ctico del pase en el Voleibol de Playa escolar de base en Villa Clara.

- **De 90% - 100% MB (5)**
- **De 70% - 80% B (4)**
- **De 50% - 60% R (3)**
- **- 50% M (2)**

Anexo # 4 Representación gráfica de los resultados.

Representación gráfica de los resultados de las evaluaciones en el primer momento.



Representación gráfica de los resultados de la evaluación en el segundo momento.

