



**INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCACION FISICA N° 2:**  
**“PROFESOR FEDERICO W. DICKENS”**

Asignatura: Voleibol II

Horas Semanales: 2

Profesor/a: Jorge Alberto Gandulfo  
María Alejandra Bouchonville  
Sergio Redi

Año Lectivo: 2010

Curso: 3° Año

Turno: Mañana y Tarde

Presupuesto de 1° Cuatrimestre: 4 vs. 4 e inicio del 6 vs. 6

Tiempo: 2° Cuatrimestre: 6 vs. 6

**UNIDAD 1 – Juego 4 vs. 4**

Formación: 3 delanteros y 1 zaguero

A. Elementos constitutivos del K1.

1. *Recepción de saque:* grupal coordinación de 2 jugadores en planos distintos.

2. *Armado*: desarrollo técnico, armado desde posición 3 adelante – atrás y a mayores distancias; en diagonal.  
Armado al frente desde posición 4-2 y zonas de defensa.
3. *Ataque*: desarrollo de la técnica de remate con:
  - 1° mano desde posición 4.
  - 2° mano desde posición 2.
 Dirección diagonal.  
Toque a 1 mano.
4. *Apoyo al atacante*:  
Conceptual – acercarse.  
Sistema 2-1

#### B. Elementos constitutivos del K2.

5. *Saque*: desarrollo técnico- táctico del saque de abajo. Enriquecimiento variación de altura y colocación.
6. *Bloqueo del central*: Posición básica, desplazamientos, observación, intercepción y salto.
7. *Defensa*: organización táctica de la defensa según bloqueo del central o de las alas; del toque, del ataque diagonal y de la pelota libre.
8. *Contraataque*: priorizar el armado al frente.

#### C. Desarrollo de los temas enunciados a través de:

- Ejercicio analítico.
- Ejercicio analítico sintético.
- Método global.

### **UNIDAD 2 – Juego 6 vs. 6**

Formación de ataque 6-0

Armador a turno por 3

Formación de ataque 4-2 con armador en 3

#### A. Elementos constitutivos del K1.

1. *Recepción*: sistema de recepción con 5 jugadores en W y M.  
*W*: Coordinación de triángulo de recepción: 4-6-5; 2-6-1 y 5-6-1.
2. *Armado*: del central adelante y atrás a 4 y 2, pelotas de tercer tiempo. Se agregan armados diagonales de 1 a 4 y 5 a 2, 5 a 4 y 1 a 2. Se mantienen de 4 a 2, 2 a 4, 6 a 4 y 6 a 2.
3. *Ataque*: remate posición 4 y 2 diagonales y rectos, toque a 1 mano.
4. *Apoyo al atacante*: 2 – 3.

#### B. Elementos constitutivos del K2.

Sistema defensivo con 6 adelantado.

5. *Saque*: de abajo.

Tenis común: desarrollo técnico – táctico.

6. *Bloqueo individual del ala*: incorporación del desplazamiento con pasos laterales y añadidos. Observación, interceptación y salto.
7. *Defensa*: organización táctica de la defensa según tipos de bloqueos, posiciones iniciales y finales 1-2-3.
  - Del remate diagonal y recto.
  - Del toque a 1 mano.
  - De la pelota libre o pelota baja.
8. *Contraataque*: organización a partir del remate y de la pelota libre.

C. Desarrollo de los temas enunciados a través de:

- Ejercicio analítico.
- Ejercicio analítico sintético.
- Método global.

### **UNIDAD 3**

A. Reglamento de la FIVB

B. Arbitraje