

MEDIO DE ENSEÑANZA PARA PERFECCIONAR LOS ELEMENTOS DEFENSIVOS EN EL VOLEIBOL

MEANS OF TEACHING TO PERFECT DEFENSIVE ELEMENTS IN VOLLEYBALL

Autores: MSc. Idalkis Segura- Rodríguez¹

MSc. Manuel Espinosa- Santana²

Lic. José Antonio Osorio- Anta³

^{1 y 2} Universidad de Holguín. Facultad de Cultura Física Manuel Fajardo

³ Escuela de Iniciación deportiva Escolar “Pedro Díaz Coello”

País. Cuba

RESUMEN

La investigación surge de la necesidad de perfeccionar la enseñanza de los elementos defensivos en el Voleibol, en atletas de la Escuela Integral Deportiva Escolar Pedro Díaz Coello, de Holguín, al presentar insuficiencias en el bloqueo, el apoyo y la defensa. A partir de lo anterior se propone un medio auxiliar para solucionar la problemática. Se emplearon métodos en el orden teórico: histórico-lógico, analítico- sintético, inductivo-deductivo y en los empíricos: la observación simple y el *test pedagógico técnico- táctico*, de Navelo (2004). La aplicación del test pedagógico inicial y final demostró la efectividad del medio elaborado para la enseñanza de los

elementos defensivos en los voleibolistas escolares.

Palabras clave. Voleibol, enseñanza, defensa, bloqueo, defensa de campo, medio de enseñanza

ABSTRACT

The work titled improvement of the teaching of the defensive elements in the Volleyball, describes the interest to carry out studies that generate changes and novelty with regard to the contents, creating in the professionals of the sport the human, ethical effort and professional of to investigate and to propose possible solutions on the diverse outlined problems, and therefore it is one of the reasons for which can be viable and reader the

investigation. They are many the studies that are carried out with the application of specialized means, it is for it that the authors considered the proposal in their study, being directed to achieve the improvement of the teaching of the defensive elements, emphasizing in the blockade and field defense like first and 3era defense lines through a half assistant, allowing improvements in the results.

Key words. Volleyball, teaching, defensive elements, I block, field defense

INTRODUCCIÓN

En esta era de la globalización, del cambio permanente y de la explosión de conocimientos, la riqueza, ahora no reside en los recursos naturales como el petróleo, sino en el conocimiento y el uso que se haga de él. Los países con más crecimiento son los que realizan más innovación la cual está relacionada directamente con la capacidad de las personas para imaginar y crear.

Ello ha llevado a las escuelas a revalorar sus currículos, y a los profesores, a revisar sus metodologías, vías o nuevas propuestas, permitir el fortalecimiento de la ciencias y la tecnología, basadas en un enfoque constructivista, que promuevan el desarrollo de competencias en los

estudiantes, superar los enfoques tradicionales centrados en la memorización y la transmisión de información, ver el aprendizaje relacionado con lo aprendido o conocido en un periodo marcado de la carrera que transita.

En las investigaciones sobre los medios de enseñanza en la pedagogía, de forma general, resaltan los estudiosos de González (1986, 1990), Rosell (1989) y García (2002) quiénes han trazado las pautas sobre definiciones, tipologías, características, requisitos, entre otros, que deben cumplir los mismos para ser utilizados en las clases.

En el caso de la Educación Física autores como Borroto (1999), Costa, Valdez y Ruiz, (2013), Perazas, Gil, Pardo, García y Soler (2017) han particularizado lo expresado por los autores mencionados con anterioridad en las especificidades de esta asignatura.

El Voleibol como clase motivo en la Educación Física y como deporte en el alto rendimiento deportivo no ha estado ajeno a estos estudios realizando sus aportes, Herrera y Ramos (1996), Navelo (2001, 2004) y Charchabal *et al.* (2008), quienes valoran la importancia de su empleo para la obtención de resultados en el proceso

de enseñanza- aprendizaje y en el entrenamiento deportivo.

Desde el punto de vista psicológico Charchabal *et al.* (2008, p.1) refieren que está demostrado que, en la organización de la clase o entrenamiento, los medios crean un estado psicológico favorable y predisponen al alumno para la actividad física, despierta la curiosidad y la actividad creativa y consiente en el proceso de aprendizaje, además eleva considerablemente la motivación y crea un ambiente positivo para conducir y obtener mejores resultados en la adquisición de habilidades.

Por lo que los medios auxiliares son idóneos para el autoentrenamiento al ser manejados con facilidad por un solo estudiante sin presencia de otro compañero, monitor o profesor, existen dos parámetros de exclusiva atención en el proceso de enseñanza aprendizaje en las clases prácticas: la corrección de errores y a la atención a las diferencias individuales. (Charchabal *et al.*, 2008)

La utilización de medios posibilitan que el alumno no se preocupe por la situación espacial del balón en movimiento y dedique más su atención a los parámetros técnicos en la ejecución de las habilidades,

esto le brinda la posibilidad al profesor de trabajar donde realmente está la dificultad, que parte del cuerpo no tiene la posición correcta y sobre esa base corregir los errores de forma individual dedicando más tiempo de trabajo en el medio a los que presentan mayor dificultades, en la atención a las diferencias individuales los medios tienen su papel activo; pues por su filosofía conducen al alumno a adoptar las posiciones correctas, postura básica y realizar movimientos con una mejor ejecución técnica y apropiarse con mayor facilidad de las habilidades.

En relación con la situación espacial del balón los especialistas coinciden en que este es un aspecto fundamental en el rápido aprendizaje de las habilidades básicas del Voleibol, el niño o joven practicante dedica mucho más su atención al vuelo del balón y descuida los movimientos de las parte del cuerpo, se plantea que es tan difícil estereotipar los movimientos de cada parte del cuerpo como coger el tiempo al balón en el ataque, el bloqueo, el pase e incluso en el recibo, en cada medio se realizan los ejercicios con el balón fijo a péndulos con un movimiento similar al del balón en juego pero de forma uniforme, y en algunos casos el balón se mantiene fijo sin

movimiento, ello posibilita que el alumno no se preocupe por la orientación espacial del balón y dedique más la atención a los movimientos técnicos.

Desde una visión psicológica, la utilización de medios durante el desarrollo de las clases prácticas crea un ambiente favorable en el entrenamiento deportivo, es decir una mejor preparación para el trabajo físico, inicialmente despierta la curiosidad de los atletas, en cuanto a su funcionamiento y con la habilidad del profesor se desarrolla la creatividad y el sentido de pertenencia para el cuidado y conservación de los medios, así los predispone para realizar actividades en la clase; ejercen en la actividad cognoscitiva la motivación por el trabajo sistemático en grupo o individual, eleva el nivel competitivo y una mayor disposición para la actividad física a realizar; posibilita mayor corrección de errores y desarrolla así la cooperación, la camaradería y otras cualidades volitivas en el atleta participante.

Hoy, el deporte Voleibol en la provincia de Holguín marca pautas a través de sus estudios y muestra las exigencias de hacer mejores profesionales en esta rama del saber, así se demuestra en la búsqueda de lograr un perfeccionamiento de la

enseñanza de los elementos defensivos, al enfatizar en el bloqueo, el apoyo y la defensa, como 1ra, 2da y 3ra línea, a través de un medio de enseñanza que permita lograr mejoras en los resultados deportivos.

Desde esta concepción los docentes que imparten el deporte deben encaminar sus esfuerzos educativos para lograr mejoras en la realización de las técnicas y que el atleta quede convencido de su tarea y responsabilidad al ejecutar las acciones defensivas.

El estudio que se presenta modela como a partir de la utilización de un medio rústico confeccionado con materiales en desuso se le da salida al conocimiento, para así lograr resultados convencibles a mediano plazo, como consecuencia de la aplicación del diagnóstico fáctico a través de la implementación de los métodos y técnicas científicas (la observación, la entrevista y la encuesta) y la visión adquirida como docentes del deporte, por un periodo de más de 10 años como promedio, posibilitaron identificar, en los atletas investigados, un conjunto de insuficiencias como a continuación se relacionan.

- Limitaciones en el arqueo del tronco al realizar el bloqueo, específicamente en la fase de contacto con el balón
- Nulo el muñequero en el bloqueo ofensivo
- Dificultades en la colocación para la realización del apoyo, como segunda línea de defensa
- Pobre sentido de la ubicación de los atletas, para la realización de la tercera línea o defensa del campo

A partir de las insuficiencias detectadas se declaró como problema científico: ¿Cómo contribuir al perfeccionamiento de la enseñanza de los elementos defensivos en voleibolistas escolares de la Eide Pedro Díaz Coello, de Holguín?

En su solución se propone un medio auxiliar para contribuir al perfeccionamiento de la enseñanza de los elementos defensivos en voleibolistas escolares de la Eide Pedro Díaz Coello, de Holguín.

METODOLOGÍA

El estudio que se realizó es cuantitativo. Para la realización del estudio se tuvo en cuenta los 10 atletas del sexo masculino del equipo escolar de Voleibol de la Eide Pedro Díaz Coello, de la provincia de

Holguín. Se realizó un diagnóstico inicial como elemento regulador de la información, para detectar las insuficiencias que existían con respecto a la enseñanza de los elementos defensivos.

Se aplicó el test pedagógico técnico-táctico para el proceso de entrenamiento para la categoría pioneril, propuesto por Navelo (2004), que consiste en:

El jugador realizará la ejecución del movimiento técnico en tres intentos en condiciones variables sencillas, 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, evaluando como a continuación se relaciona:

- 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

El medio auxiliar, se aplicó por un periodo de 6 meses en específico en el periodo de preparación general y parte del especial, según planificación realizada.

Los métodos del nivel teórico utilizados fueron el *histórico- lógico* para el análisis

de la evolución del proceso de entrenamiento de los voleibolistas escolares y la enseñanza de la técnica en las tres líneas defensivas, que permitió una periodización en su decursar histórico y así conocer sus regularidades. El *analítico-sintético* favoreció el estudio de los fundamentos filosóficos, sociológicos, psicológicos, biomecánicos y pedagógicos que sustentan el proceso de entrenamiento de los voleibolistas escolares con énfasis en la enseñanza de la técnica en las tres líneas defensivas. Se empleó en la sistematización, generalización y concreción de la información procesada; en la interpretación de la información empírica obtenida, así como en la elaboración y creación de la nueva propuesta. El *inductivo-deductivo* al hacer inferencias y generalizaciones del proceso de entrenamiento de los voleibolistas escolares, enfatizando en la enseñanza en la enseñanza de la técnica en las tres líneas defensivas, a partir de las cuales se deducen nuevas conclusiones lógicas y condujo a la creación del medio.

De nivel empírico se utilizó la *observación simple* de 5 entrenamientos, sobre la base de una guía estructurada al efecto, como forma de dirigir la percepción hacia el objeto de estudio y valorar la ejecución de

la técnica de los elementos defensivos. La *encuesta* al colectivo de entrenadores para diagnosticar el conocimiento que poseen sobre los errores fundamentales y el nivel de utilización de medios auxiliares para perfeccionar la enseñanza de los elementos defensivos, así como la aplicación del test pedagógico técnico-tácticos para ser empleados durante el proceso de entrenamiento para la categoría pioneril de Navelo (2004), en específico para el bloqueo y defensa de campo, que establece el Programa de Preparación del Deportista (PPD) de Voleibol, así como el análisis de documentos para revisar y analizar los Programas de preparación integral del deportista (Santana, J.L. *et al.*, 2002, 2012 y 2013), los programas de la asignatura de Voleibol básico, diseñados por la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte, así como circulares, seminarios de preparación del Inder desde el 2007.

En los métodos matemático- estadísticos se empleó la estadística descriptiva, a través del procedimiento cálculo porcentual, para valorar los resultados obtenidos en cada uno de los test aplicados

RESULTADOS

Para la confección del medio los autores tuvieron en cuenta la estructura propuesta por elementos fundamentales que se relacionan a continuación:

- Es fácil de confeccionar
- Seguridad en el soporte al realizar la colocación en la net
- Tiene grado de asequibilidad para el atleta participante, porque permite su regulación y manipulación, según su nivel de preparación
- Las repeticiones serían siempre realizadas con un entrenador al frente
- Tiene un carácter sistemático
- Utilidad y aprovechamiento para las tres líneas de defensa (Desarrollo de habilidades).
- Desarrollo de capacidades condicionales

Los autores cumplimentaron los siguientes pasos a la hora de su creación, propuestos por Charchabal *et al* (2008) adaptados a las condiciones de la categoría y de la existencias de los productos para su confección. (Ver en anexo, imágenes 1, 2 y 3)

Objetivo: enseñanza y consolidación de los elementos técnicos defensivos, sobre todo en edades tempranas.

Antecedentes: varios entrenadores y profesores del mundo emplean medios para la enseñanza de todos los elementos técnicos del deporte de la malla alta, para aumentar su nivel de creatividad e imaginación con un fin preciso y muy bien determinado.

Filosofía: este medio es muy fácil de construir, solo con un soporte que permite su apoyo y seguridad, se le coloca un tubo de litera, en su borde superior se coloca un tornillo y una tuerca para fijar un muelle que se ubica en el tubo que está en el interior del antes mencionado, colocándose el balón en la superficie del mismo, 2 gomas para la protección del atleta con respecto a la punta del muelle, así como la mantención superficial del agarre del balón; todos estos materiales son desechables o en desuso.

Utilidades: este medio es eminentemente práctico por su versatilidad y su fácil construcción, se puede colocar el balón a diferentes alturas, trabajar con varios atletas en la ejecución de los elementos técnicos y en diferentes categorías, al estar el balón fijo y no existe vuelo, le permite al

profesor corregir errores constantemente y los alumnos realizar un mayor número de repeticiones.

Materiales para la confección del medio:

- Tubo de litera en desuso
- Muelle de asiento
- Varillas de soldar o electrodo
- 2 gomas para protección del muelle (20 cm de tamaño)
- Tornillo y tuerca

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

Los autores consideraron necesario realizar un análisis de los resultados obtenidos a partir de cada uno de los métodos aplicados, valorar los intentos realizados y la contabilidad de los errores cometidos por los investigados en cada uno de los test.

Análisis de la encuesta aplicada al colectivo técnico de entrenadores

Se pudo constatar que el 98 % de los entrenadores coinciden en las tres primeras preguntas, que refieren acerca de los errores más comunes en los elementos defensivos del deporte, manifestándose en un 100 % de opiniones similares de las restantes preguntas sobre el entrenamiento del bloqueo, apoyo y

defensa del campo, el tiempo que dedican a la preparación de los elementos técnicos y resaltan la insuficiente utilización de medios auxiliares para la enseñanza de los fundamentos defensivos.

La tabla No 1, muestra los resultados obtenidos en la aplicación del test pedagógico técnico- táctico para ser empleado durante el proceso de entrenamiento para la categoría pioneril, propuesto por Navelo (2004), antes de poner en práctica el medio auxiliar para el perfeccionamiento de la enseñanza de los elementos defensivos en voleibolistas escolares de la Eide Pedro Díaz Coello, de Holguín.

Tabla 1. Resultados obtenidos en la aplicación del test pedagógico técnico- táctico inicial

No	ELEMENTOS DEFENSIVOS							
	Bloqueo (1ra línea) Intentos			Ptos	Defensa de campo (3ra línea) Intentos			Ptos
	1	2	3		1	2	3	
Voleibolistas								
1	X	X	X	0	X	X	X	0
2		X	X	7.5	X	X	X	0
3	X	X	X	0	X	X	X	0
4	X	X	X	0	X	X	X	0
5	X	X	X	0	X	X	X	0
6			X	10.5		X	X	7.5
7			X	10.5		X	X	7.5
8	X	X	X	0	X	X	X	0
9	X	X	X	0	X	X	X	0
10			X	10.5		X	X	7.5

Fuente. Elaboración propia

Tabla 2. Comparación de los valores obtenidos por cada atleta en el pretest, posttest y signos de la diferencia en los elementos técnicos bloqueo y defensa de campo

Atletas	Bloqueo			Defensa de campo		
	Ptos pretest	Ptos posttest	Signos de la diferencia	Ptos pretest	Ptos posttest	Signos de la diferencia
1	0	7.5	+	0	7.5	+
2	7.5	10.5	+	0	7.5	+
3	0	7.5	+	0	7.5	+
4	0	0	0	0	0	0
5	0	0	0	0	0	0
6	10.5	15	+	7.5	15	+
7	10.5	15	+	7.5	15	+
8	0	0	0	0	7.5	+
9	0	10.5	+	0	7.5	+
10	10.5	15	+	7.5	7.5	0

Fuente. Elaboración propia

Análisis comparativo del comportamiento de los elementos técnicos defensivos (pretest y posttest) a partir de los signos de la diferencia

La tabla 2 muestra el comportamiento de cada atleta en relación con los elementos técnicos defensivos (bloqueo y defensa de campo) en el pretest, y posttest, los signos de la diferencia en la comparación de los test inicial y final, luego de poner en práctica la utilización del medio auxiliar elaborado por los autores.

Según el análisis realizado de los 10 atletas muestreados, solo 4 logran bloquear y 3 defienden en la aplicación del pretest que establece el PPD, que representa el 40 % y el 30 % respectivamente de la muestra seleccionada para el estudio, realizan los movimientos técnicos con al menos 2 errores.

Luego de poner en práctica el medio auxiliar confeccionado, se obtienen resultados alentadores en el posttest en ambos elementos técnicos, porque 7 atletas, de los 10 seleccionados para el estudio logran bloquear por las tres zonas delanteras para un 70% e igual porcentaje logran ubicarse en la zona y defender

pelotas después de un ataque suave a la derecha, izquierda o al frente; se observan resultados significativos según establece el análisis matemático- estadístico realizado.

Al analizar los signos de la diferencia enmarcados en la tabla 2, se muestra que 7 atletas, de las 10 seleccionadas para el estudio; mejoran la técnica de los fundamentos defensivos (bloqueo y defensa del campo) para un 70 %; al comparar los resultados obtenidos del posttest respecto al pretest y a pesar que de forma general, los resultados comparativos muestran avances claros y bien marcados, de manera individual resaltan los números 4 y 5, jugadores que no avanzan en el aprendizaje, según las mediciones realizadas después de aplicar la nueva propuesta y el número 10 en específico en el fundamento de defensa de campo mantiene los valores obtenidos en ambos test.

CONCLUSIÓN

La puesta en práctica del medio auxiliar contribuyó al perfeccionamiento de la enseñanza de los elementos defensivos en voleibolistas escolares de la Eide Pedro Díaz Coello, de Holguín con resultados significativos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Borroto, E. (1999). *Rasgos que caracterizan el entrenamiento deportivo en los equipos nacionales de Voleibol de Cuba*. (Tesis de maestría) Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo", Ciudad de La Habana, Cuba.
- Charchabal Pérez, D., Martínez Hernández, L. A., Barinaga, I. Fernández Ramos, J. y Cárdenas, A. (2008) Compendio de medios para la enseñanza del Voleibol. *Revista Efedepportes*. Año 13 (123), 1-10
- Costa, J; Valdez, M. & Ruiz, R. (2013). El papel de los medios en el proceso de enseñanza-aprendizaje en la asignatura de Educación Física. *Revista digital Efedepportes* (181), Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd181/el-papel-de-los-medios-en-educacion-fisica.htm>
- García Otero, J. (2002). *Selección de lectura sobre medios de enseñanza*. La Habana: Pueblo y Educación.
- González Castro, V. (1986). *Teoría y Práctica de los medios de enseñanza*. La Habana: Pueblo y Educación.
- González Castro, V. (1990). *Los medios de enseñanza en la pedagogía contemporánea*. La Habana: Pueblo y Educación.
- Herrera, G. y Ramos, J. L. (1996). *Voleibol: Manual de consulta operativa para el entrenador*. Bilbao: Federación Vasca de Voleibol.
- Navelo, R. (2001) *Modelo didáctico alternativo para la preparación técnico- táctica de los jóvenes Voleibolistas*. (Tesis doctorado) Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo", Ciudad de La Habana, Cuba.
- Navelo, R. (2004) *El Joven Voleibolista*. Ciudad de la Habana: Editorial José Martí.
- Perazas Zamora, C., Gil López, Y., Pardo García, Y. y Soler Cruz, L.O. (2017) Caracterización de los medios de enseñanza en el proceso de enseñanza aprendizaje en la Educación Física. *Revista Podium* Vol. 12(1):4-11 <http://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/681>

Santana, J.L. *et al.* (2000) *Programa de preparación del deportista Voleibol.* Ciudad de la Habana: Comisión Nacional de Voleibol.

Santana, J.L. *et al.* (2012) *Programa de preparación del deportista Voleibol -* Ciudad de la Habana: Comisión Nacional de Voleibol.

Santana, J.L. *et al.* (2013) *Programa integral de preparación del deportista. Voleibol. Ciclo olímpico 2013-2016.* Ciudad de la Habana: Comisión Nacional de Voleibol.

Rosell Puig, W. (1989). *Medios de enseñanza.* La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

Manuel Espinosa Santana
Máster en Actividad Física en la
Comunidad
Profesor Auxiliar
Universidad de Holguín. Facultad de
Cultura Física
mespinosa@uho.edu.cu

José Antonio Osorio Anta
Licenciado en Cultura Física
Escuela de Iniciación deportiva Escolar
“Pedro Díaz Coello”

Recibido: 16062017

Aprobado: 23112017

Datos de los autores:

Idalkis Segura Rodríguez
Máster en Actividad Física en la
Comunidad
Profesora Auxiliar
Universidad de Holguín. Facultad de
Cultura Física
jlrosales@uho.edu.cu

ANEXOS



Imagen 1. Colocación en la net del medio de enseñanza para el perfeccionamiento de los elementos defensivos con el jugador de frente



Imagen 2. Ubicación en la net del medio de enseñanza para la realización del elemento técnico bloqueo (1ra línea de defensa) y la ubicación para la defensa del campo (2da línea de defensa)



Imagen 3. Colocación en la net del medio de enseñanza para el perfeccionamiento de los elementos defensivos sin jugador