

Fecha de aprobación: 01/07/2024

Guía docente de la asignatura

**Especialización Deportiva:
Voleibol (28811NI)**

Grado	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte	Rama	Ciencias Sociales y Jurídicas				
Módulo	Entrenamiento Deportivo	Materia	Especialización Deportiva				
Curso	4 ^o	Semestre	1 y 2 ^o	Créditos	12	Tipo	Optativa

PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES

Ninguno

BREVE DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS (Según memoria de verificación del Grado)

Aplicación específica del entrenamiento deportivo al voleibol

COMPETENCIAS ASOCIADAS A MATERIA/ASIGNATURA

COMPETENCIAS GENERALES

- CG01 - Capacidad de análisis y síntesis
- CG02 - Capacidad de organización y planificación
- CG03 - Comunicación oral y escrita
- CG05 - Destrezas informáticas y telemáticas
- CG06 - Capacidad de acceso y gestión de la información
- CG07 - Capacidad de resolución de problemas
- CG08 - Capacidad de toma de decisiones de forma autónoma
- CG09 - Capacidad de trabajo en equipo
- CG11 - Habilidades en las relaciones interpersonales
- CG13 - Capacidad crítica y autocrítica
- CG14 - Compromiso ético en el desarrollo profesional
- CG17 - Autonomía en el aprendizaje
- CG18 - Flexibilidad y capacidad de adaptación a nuevas situaciones
- CG19 - Capacidad de Liderazgo y Empatía
- CG20 - Capacidad de Creatividad
- CG22 - Iniciativa y espíritu emprendedor
- CG23 - Motivación por la calidad



COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

- CE07 - Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad
- CE09 - Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de entrenamiento y de actividades físico deportivas
- CE11 - Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza/aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas
- CE19 - Planificar, desarrollar y evaluar la realización de actividades físico-deportivas recreativas
- CE21 - Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada actividad físico-deportiva recreativa
- CE23 - Aplicar las tecnologías de la información y de la comunicación (TIC) al ámbito de las CC del a A F y D.
- CE24 - Desarrollar habilidades de liderazgo, relación interpersonal y trabajo en equipo
- CE25 - Desarrollar competencias para la adaptación a nuevas situaciones de resolución de problemas y para el aprendizaje autónomo
- CE26 - Desarrollar hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional

RESULTADOS DE APRENDIZAJE (Objetivos)

1. Demostrar dominio de los procesos y criterios para evaluar las características de personas y equipos que están aprendiendo/ entrenando voleibol y aplicar propuestas de aprendizaje demostrando fundamentos de las ciencias del deporte
2. Demostrar dominio de la metodología y recursos para analizar el juego en cualquiera de sus problemáticas y niveles.
3. Demostrar dominio comprensivo del juego, de sus principios, funciones, estructuras e indicadores de rendimiento.
4. Demostrar la comprensión de la especificidad en el entrenamiento físico.
5. Demostrar la comprensión y el dominio de la epidemiología de las lesiones en el voleibol, los mecanismos de lesión, los fundamentos para la evaluación y la intervención preventiva y aplicar una propuesta a partir de un caso real

PROGRAMA DE CONTENIDOS TEÓRICOS Y PRÁCTICOS

TEÓRICO

1. La lógica del juego
 1. El juego desde una perspectiva sistémica
 2. Bases científicas para explicar la acción del juego
 3. Principios del juego
2. Análisis del juego
 1. Cualitativo
 2. Cuantitativo
 3. Presentación de la información
3. Aprendizaje y voleibol
 1. Teoría aplicada
 2. Aprendizaje implícito de la acción de juego
 3. Aprendizaje explícito de la acción de juego



4. Toma de decisiones para asentar principios del juego
4. Bases para una preparación física aplicada
 1. Aspectos diferenciales de la disciplina deportiva
 2. Evaluar al deportista
 3. Evaluar la carga
 4. Entrenamiento de la condición física aplicada
5. Prevención de lesiones
 1. Demandas físicas del voleibol
 2. Epidemiología de las lesiones en voleibol
 3. Caracterización y mecanismos de lesión
 4. Factores de riesgo y poblaciones específicas
 5. Desempeño profesional

PRÁCTICO

1. La lógica del juego
 1. Fases y rotaciones
 2. Secuencias típicas y atípicas
 3. Principios del juego
2. Aprendizaje y voleibol
 1. Aprendizaje implícito de la acción de juego
 2. Aprendizaje explícito de la acción de juego
 3. Toma de decisiones para asentar principios del juego
3. Preparación física aplicada
 1. Evaluación de la condición física del jugador
 2. Entrenamiento de la condición física
4. Prevención de lesiones
 1. Evaluación de factores de riesgo
 2. Entrenamiento preventivo

BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA FUNDAMENTAL

- Araújo, D. (2014). La toma de decisiones en el deporte bajo la perspectiva del sistema individuo-entorno. En: F. Del Villar y L. García-González (Eds.). *El entrenamiento táctico y decisional en el deporte* (pp. 43-58). Madrid: Editorial Síntesis.
- Araújo, D., Davids, K., Chow, J. Y., & Passos, P. (2009). The development of decision making skill in sport: an ecological dynamics perspective. In D. Araújo, H. Ripoll & M. Raab (Eds.), *Perspectives on cognition and action in sport* (pp. 157- 170). New York: Nova Science Publishers.
- Araújo, D., Travassos, B., Torrents, C., & Vives, M. (2011). La toma de decisiones en deporte. Un ejemplo aplicado al fútbol. *Innovació en Educació Física (IN & EF)*, 3(2), 1-7.
- Carvalho, J., Correia, V., & Araújo, D. (2014). Entrenamiento basado en la manipulación de los constreñimientos en deportes individuales. En F. Del Villar y L. García-González (Eds.), *El entrenamiento táctico y decisional en el deporte* (pp. 209-222). Madrid: Editorial Síntesis.
- Brenton, John & Muller, Sean. (2018). Is visual-perceptual or motor expertise critical for expert anticipation in sport?. *Applied Cognitive Psychology*. 32. 10.1002/acp.3453.
- Dos Santos Oliveira, L., Alfaro Moura, T. B. M., Rodacki, A. L. F., Tilp, M., & Alves Okazaki, V. H. (2020). A systematic review of volleyball spike kinematics: Implications for practice and research. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 15(2), 239-255.
<https://doi.org/10.1177/1747954119899881>



- López-Serrano, Carlos & Moreno, M. & Mon, Daniel & Molina-Martin, Juan. (2022). Elite coaches' approach to quantifying technical actions and relative participation in volleyball players' performance. *Journal of Human Sport and Exercise*. 18. 10.14198/jhse.2023.182.10.
- Moreno, M.P., & Moreno, A. (2014). Desarrollo de los procesos cognitivos y decisionales en voleibol de alto nivel. En: F. Del Villar y L. García-González (Eds.). *El entrenamiento táctico y decisional en el deporte* (pp. 161-174). Madrid: Editorial Síntesis.
- Moreno, M.P., Moreno, A., García, L., Ureña, A., Hernández, C., & Del Villar, F. (2016). An Intervention Based on Video Feedback and Questioning to Improve Tactical Knowledge in Expert Female Volleyball Players. *Perceptual and Motor Skills* 122(3):911-932
- Peña, J. P. L. (2013). *El entrenamiento de la condición física en el voleibol* /. Fundación CIDIDA.
- Petiot, G.H., Bagatin, R., Aquino, R., & Raab, M. (2021). Key characteristics of decision making in soccer and their implications. *New Ideas in Psychology*, 61, 100846. doi.org/10.1016/j.newideapsych.2020.100846
- Reeser, J., & Bahr, R. (2017). *Volleyball, Second Edition. Handbook of Sport Medicine and Science*. Blackwell Science.
- Rienhoff R, Tirp J, Strauß B, Baker J, Schorer J.(2016). The 'Quiet Eye' and Motor Performance: A Systematic Review Based on Newell's Constraints-Led Model. *Sports Med*. 2016 Apr;46(4):589-603. doi: 10.1007/s40279-015-0442-4. PMID: 26712511.
- Romero Rodríguez, D., & Tous Fajardo, J. (2010). *Prevención de lesiones en el deporte: clave para un rendimiento deportivo óptimo* / Daniel Romero Rodríguez, Julio Tous Fajardo. Editorial Médica Panamericana.
- Ureña Espa, A. (2021). *Método 5C voleibol*. Ed. Real Federación Española de Voleibol
- Ureña Espa, A. (2024). Bases teóricas para el Programa Voleibol 2025 (I): transferencia y especificidad. Zenodo. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10753580>
- Ureña Espa, A. (2024, marzo 3). Fundamentos de la técnica. Nivel II. Federación Andaluza de Voleibol. Zenodo. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10774886>
- Ureña Espa, A., Millán-Sánchez, A., & Moreno Arroyo, M. P. (2022). Modelo dual convergente para la iniciación al voleibol: 20 aplicaciones prácticas. *JUMP*, (5), 43-67. <https://doi.org/10.17561/jump.n5.5>
- Ureña, A., & Moreno, M. P. (2024). Definición de los componentes del juego en voleibol desde un enfoque sistémico. *Retos*, 57, 570-580. DOI: <https://doi.org/10.47197/retos.v57.106594>
- Yu Ozawa, Shuichi Uchiyama, Keita Ogawara, Kazuyuki Kanosue & Hiroshi Yamada (2021) Biomechanical analysis of volleyball overhead pass, *Sports Biomechanics*, 20:7, 844-857

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

- Alessandra Marzari, Oreste Vacondio & Alberto E. Minetti (2015) Shoulder 3D range of motion and humerus rotation in two volleyball spike techniques: injury prevention and performance. *Sports Biomechanics*, 14:2, 216-231,
- Blazevich, Anthony J. (2017). *Sports Biomechanics : The Basics: Optimising Human Performance*. London : Bloomsbury Sport.
- Bompa, T. O. (2009). *Entrenamiento de equipos deportivos*. Paidotribo.
- McMorris, T. (2014) *Acquisition and performance of sports skills*.
- Molina, J.J. y Salas, C.(2008) *Voleibol táctico*. Barcelona: Paidotribo
- Turner, A. (2018). *Routledge handbook of strength and conditioning: sport-specific programming for high performance* / edited by Anthony Turner. (A. Turner, Ed.; 1st ed.). Routledge.

ENLACES RECOMENDADOS

- [Programa 2025. Metodología](#)



- [Programa 2025. Técnica](https://www.youtube.com/watch?v=mNWSQa4Qfbk&list=PLC24zYxMml6SRX8QMYbXYlqhQAxVVh5mm)
<https://www.youtube.com/watch?v=mNWSQa4Qfbk&list=PLC24zYxMml6SRX8QMYbXYlqhQAxVVh5mm>
- [Volleytotal](#)
- [Voley TV \(RFEVB\)](#)
- [FIVB](#)
- [Curso de Kinovea](#)
- <https://www.youtube.com/@VolleyballProMindset/about>
-

METODOLOGÍA DOCENTE

- MD01 - Lección magistral/expositiva
- MD02 - Sesiones de discusión y debate
- MD03 - Resolución de problemas y estudio de casos prácticos
- MD05 - Prácticas de campo
- MD06 - Prácticas en sala de informática
- MD07 - Seminarios
- MD08 - Ejercicios de simulación
- MD09 - Análisis de fuentes y documentos

EVALUACIÓN (instrumentos de evaluación, criterios de evaluación y porcentaje sobre la calificación final)

EVALUACIÓN ORDINARIA

Actividades y proporción de la calificación máxima

1. Examen sobre la lógica del juego (5 ptos)
2. Examen de condición física aplicada (5 ptos)
3. Examen de prevención de lesiones (5 ptos)
4. Examen sobre técnica y su aprendizaje (5 ptos)
5. Examen sobre toma de decisiones aplicada a principios del juego colectivo (5 ptos)
6. Proyecto e intervención para el aprendizaje de las habilidades específicas del voleibol (15 ptos)
7. Proyecto e intervención para desarrollar la toma de decisiones aplicada a principios del juego colectivo (15 ptos)
8. Análisis cualitativo y cuantitativo del juego (15 ptos)
9. Proyecto e intervención para un entrenamiento preventivo (15 ptos)
10. Proyecto e intervención para un entrenamiento de la preparación física de un equipo (15 ptos)

Es necesario superar cada parte para hacer la ponderación de la calificación final.

EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA

Se respeta la calificación de la parte correspondiente de la evaluación ordinaria que fuese superada.



1. Examen sobre la lógica del juego (5 pts)
2. Examen de condición física aplicada (5 pts)
3. Examen de prevención de lesiones (5 pts)
4. Examen sobre técnica y su aprendizaje (5 pts)
5. Examen sobre toma de decisiones aplicada a principios del juego colectivo (5 pts)
6. Proyecto y resolución de problemas para el aprendizaje de las habilidades específicas del voleibol (15 pts)
7. Proyecto y resolución de problemas para desarrollar la toma de decisiones aplicada a principios del juego colectivo (15 pts)
8. Análisis cualitativo y cuantitativo del juego (15 pts)
9. Proyecto y resolución de problemas para un entrenamiento preventivo (15 pts)
10. Proyecto y resolución de problemas para un entrenamiento de la preparación física de un equipo (15 pts)

Es necesario superar cada parte para hacer la ponderación de la calificación final.

EVALUACIÓN ÚNICA FINAL

- Examen sobre la lógica del juego (10 puntos)
- Proyecto para el aprendizaje de una habilidad específica del voleibol evolucionando de metodología implícita a explícita (30 pts)
- Proyecto para desarrollar la toma de decisiones aplicada a principios del juego colectivo (15 pts)
- Análisis cualitativo y cuantitativo del juego (15 pts)
- Plan para un entrenamiento preventivo (15 pts)
- Auditoría sobre la preparación física de un equipo (15 pts)

INFORMACIÓN ADICIONAL

Información de interés para estudiantado con discapacidad y/o Necesidades Específicas de Apoyo Educativo (NEAE): [Gestión de servicios y apoyos \(https://ve.ugr.es/servicios/atencion-social/estudiantes-con-discapacidad\)](https://ve.ugr.es/servicios/atencion-social/estudiantes-con-discapacidad).

