

## 1. DATOS BÁSICOS

<b>Asignatura</b>	Voleibol III
<b>Titulación</b>	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.
<b>Escuela/ Facultad</b>	Facultad de Medicina, Salud y Deporte.
<b>Curso</b>	Cuarto
<b>ECTS</b>	6 ECTS
<b>Carácter</b>	Optativa
<b>Idioma/s</b>	Español / Inglés
<b>Modalidad</b>	Presencial
<b>Semestre</b>	S7 / S8
<b>Curso académico</b>	2025/2026
<b>Docente coordinador</b>	Eduardo López Martínez

## 2. PRESENTACIÓN

Este programa corresponde al tercer nivel de uno de los deportes a los que pueden optar los alumnos en el grado en CAFYD.

La asignatura trata de dotar al alumno del conocimiento profundo de los modelos de entrenamiento aplicados al alto rendimiento, así como de las estructuras aplicadas a los niveles de juego de élite con el fin de lograr la capacitación para realizar la planificación, periodización, y programación de entrenamientos y dirección de equipo en voleibol de rendimiento

## 3. COMPETENCIAS Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE

### Competencias básicas:

- CB1: Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio
- CB2: Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.

- CB3: Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.
- CB4: Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.
- CB5: Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

#### **Competencias transversales:**

- CT1: Aprendizaje Autónomo: Habilidad para elegir las estrategias, las herramientas y los momentos que considere más efectivos para aprender y poner en práctica de manera independiente lo que ha aprendido.
- CT12: Razonamiento crítico: Capacidad para analizar una idea, fenómeno o situación desde diferentes perspectivas y asumir ante él/ella un enfoque propio y personal, construido desde el rigor y la objetividad argumentada, y no desde la intuición
- CT13: Resolución de problemas: Capacidad de encontrar solución a una cuestión confusa o a una situación complicada sin solución predefinida, que dificulte la consecución de un fin.
- CT16: Toma de decisiones: Capacidad para realizar una elección entre las alternativas o formas existentes para resolver eficazmente diferentes situaciones o problemas.
- CT18: Utilización de las tecnologías de la información y las comunicaciones (TIC): Capacidad para utilizar eficazmente las tecnologías de la información y las comunicaciones como herramienta para la búsqueda, procesamiento y almacenamiento de la información, así como para el desarrollo de habilidades comunicativas.

#### **Competencias específicas:**

- CE2: Capacidad para transmitir actitudes y valores en la práctica profesional en todos los ámbitos de la actividad física y del deporte, participando en la mejora de la sociedad.
- CE3: Capacidad para planificar, programar, aplicar, controlar y evaluar los procesos de entrenamiento y de la competición en sus distintos niveles y diferentes edades
- CE8: Capacidad para diseñar, planificar, organizar, ejecutar y evaluar programas de actividades deportivas y recreativas de carácter continuado y/o eventual, atendiendo a todos aquellos factores que condicionan su desarrollo en los diferentes contextos profesionales, sociales y económicos.
- CE9: Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y el equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad, identificando las características técnicas de los diferentes espacios deportivos.
- CE 10: Capacidad para participar en la dirección y/o gestión eficiente de entidades, tanto públicas como privadas, que desarrollan servicios de actividad física en cualquiera de sus

espectros (recreación, salud, deporte, educación, etc....), identificando, definiendo y sistematizando los procesos necesarios para la consecución de sus objetivos.

- CE11: Capacidad para intervenir con criterio propio en la sociedad manifestando un discurso teórico, académico y profesional relativo a las ciencias de la actividad física y del deporte.

#### Resultados de aprendizaje:

- RA1: Diseño de un proceso de planificación, periodización y programación del voleibol de alto rendimiento.
- RA2: Desarrollo de la comprensión de conceptos relacionados con los modelos de planificación, periodización de las cargas, programación de los ejercicios y del resto de elementos que condicionan el rendimiento: medios, orientación, etc.
- RA3: Diseño de aplicación, control y evaluación de los procesos de entrenamiento, y de la competición en el alto rendimiento del voleibol.
- RA4: Conductas y actitudes de los estudiantes en las actividades formativas y sesiones prácticas alineadas con los códigos de buenas prácticas de referencia.
- RA5: Análisis de los sistemas de juego en voleibol de alto rendimiento deportivo y su adecuación a las posibilidades de cada equipo para la realización del modelo de juego más apropiado.
- RA6: Análisis de la eficacia de los gestos técnicos del voleibol durante la competición a través de sistemas cuantitativos.

En la tabla inferior se muestra la relación entre las competencias que se desarrollan en la asignatura y los resultados de aprendizaje que se persiguen:

Competencias	Resultados de aprendizaje
CB2, CB4, CT12, CT13, CT16, CE3, CE8, CE10.	RA1: Diseño de un proceso de planificación, periodización y programación del voleibol de alto rendimiento
CB3, CT12, CT18, CE3, CE9	RA2: Desarrollando la comprensión de conceptos relacionados con los modelos de planificación, periodización de las cargas, programación de los ejercicios y del resto de elementos que condicionan el rendimiento: medios, orientación, etc.
CB5, CT12, CT13, CT18, CE3, CE8, CE9	RA3: Diseño de aplicación, control y evaluación de los procesos de entrenamiento, y de la competición en el alto rendimiento del voleibol.
CB1, CB5, CT1, CE2	RA4: Conductas y actitudes de los estudiantes en las actividades formativas y sesiones prácticas alineadas con los códigos de buenas prácticas de referencia.
CB2, CT12, CT13, CT18	RA5: Análisis de los sistemas de juego en voleibol de alto rendimiento deportivo y su adecuación a las posibilidades de cada equipo para la realización del modelo de juego más apropiado.
CB2, CT18	RA6: Análisis de la eficacia de los gestos técnicos del voleibol durante la competición a través de sistemas cuantitativos.

## 4. CONTENIDOS

En este apartado se indica el contenido de cada uno de los temas incluidos en las unidades de aprendizaje:

Tema 1.- Estructuras de juego aplicadas al voleibol de alto rendimiento.

- 1.1 Repaso de conceptos tácticos. Estructuras de juego.
  - 1.1.1 La táctica. Los medios estratégicos básicos y complejos.
  - 1.1.2 Complejos estratégicos.
  - 1.1.3 Funcionalidad y formalidad.
  - 1.1.4 Las permutas y las penetraciones su aplicación al K1 y k2.
  - 1.1.5 La designación de las bolas de ataque.
  - 1.1.6 La especialización de los jugadores
  - 1.1.7 El dispositivo inicial de juego u orden funcional.
  - 1.1.8 El equilibrio táctico
- 1.2 La práctica como medio de conocimiento del juego.
  - 1.2.1 Repaso de técnicas básicas.
  - 1.2.2 El control de balón como elemento imprescindible en la elaboración de juego: la recepción y la entrega de free-ball.
  - 1.2.3 Diferentes variantes de ataque.
  - 1.2.4 Las combinaciones de ataque.
  - 1.2.5 Recursos de ataque: la finta y el block-out.
  - 1.2.6 El bloqueo doble y triple.
  - 1.2.7 La defensa, la lectura del ataque y la anticipación.
  - 1.2.8 Elementos acrobáticos de defensa.
  - 1.2.9 El saque en salto
  - 1.2.10 La finta del colocador.
- 1.3 El k 1 en el alto rendimiento: Sistema funcional 5:1 y Dispositivos funcionales ordenados e inversos.
- 1.4 El K II en el alto rendimiento: Estructuras formales iniciales y finales de defensa. La defensa adaptativa y flexible.
- 1.5 El K III en el alto rendimiento
- 1.6 El K III y el K IV
- 1.7 Diferencias Voleibol masculino y femenino

Tema 2.- Metodología del entrenamiento para la competición: la dirección de equipo.

- 2.1 Los tiempos muertos.
- 2.2 Los cambios.
- 2.3 La táctica del entrenador.
- 2.4 El uso de la intensidad en los entrenamientos.

Tema 3 - Sistemas Cuantitativos y Cualitativos del Análisis del Juego: TIC aplicadas

- 3.1 El análisis del juego en voleibol.
- 3.2 El análisis cuantitativo del juego: estadística.
- 3.3 El análisis cualitativo del juego: scout.

Tema 4 - Planificación de una temporada de un equipo de voleibol. MICROCICLOS MESOCICLOS-MACROCICLOS.

- 4.1 La definición de los objetivos grupales e individuales.
- 4.2 Integración de microciclos, mesociclos y macrociclos.

Tema 5 - La preparación física en el voleibol de Alto Rendimiento: Capacidades Condicionales y Trabajo Preventivo.

- 5.1 Capacidades físicas básicas: necesidades y entrenamiento en voleibol.
- 5.2 Entrenamiento de la fuerza.
- 5.3 Entrenamiento de la velocidad.
- 5.4 Capacidades motrices: Desarrollo y entrenamiento
- 5.5 Test específicos para la valoración de las capacidades físicas y motrices en voleibol.
- 5.6 Trabajo preventivo de lesiones en voleibol.
- 5.7 Psicología en voleibol: Particularidades.

## 5. METODOLOGÍAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

A continuación, se indican los tipos de metodologías de enseñanza-aprendizaje que se aplicarán:

- Clase magistral.
- Método del caso.
- Aprendizaje autónomo.
- Aprendizaje basado en problemas.

## 6. ACTIVIDADES FORMATIVAS

A continuación, se identifican los tipos de actividades formativas que se realizarán y la dedicación en horas del estudiante a cada una de ellas:

**Modalidad presencial:**

Actividad formativa	Número de horas
Tipo A: Lecciones Magistrales.	13 h
Tipo B: Actividades participativas grupales.	65 h
Tipo C: Diseño de estrategias, procedimientos y planes de intervención	10 h
Tipo D: Exposiciones orales	5 h
Tipo E: Tutoría	8 h
Tipo F: Actividades en talleres y/o laboratorio	30 h
Tipo G: Análisis y resolución de casos prácticos	15 h
Tipo H: Lecciones magistrales asíncronas	4 h
<b>TOTAL</b>	<b>150 h</b>

## 7. EVALUACIÓN

A continuación, se relacionan los sistemas de evaluación, así como su peso sobre la calificación total de la asignatura:

### Modalidad presencial:

Sistema de evaluación	Peso
<i>Actividad 1: Carpeta de Aprendizaje</i> – Informes de partidos en directo o prácticas outclass y asistencia y participación en clase.	15% (10-20%)
<i>Actividad 2: Caso/problema</i> – Programación escrita para equipos de medio o alto rendimiento de voleibol.	15% (10-20%)
<i>Actividad 3: Prácticas de laboratorio</i> – Análisis cualitativo y cuantitativo del rendimiento.	30% (30-40%)
<i>Actividad 4: Pruebas presenciales de conocimiento</i>	40% (40-50%)

En el Campus Virtual, cuando accedas a la asignatura, podrás consultar en detalle las actividades de evaluación que debes realizar, así como las fechas de entrega y los procedimientos de evaluación de cada una de ellas.

### 7.1. Convocatoria ordinaria

Para superar la asignatura en convocatoria ordinaria deberás....

- Obtener una media entre los diferentes marcadores de evaluación igual o superior a 5.
- Superar la prueba escrita con nota igual o superior a 5.
- Entregar el informe de prácticas “out class” en el apartado de carpeta de aprendizaje, en el que se demuestre la asistencia y análisis de los entrenamientos o partidos exigidos.
- Asistencia regular al aula en al menos el 80% de las clases de la materia. De forma excepcional, se permite recuperar horas de falta asistiendo a más prácticas out-class de entrenamientos o partidos y presentando sus correspondientes informes. En caso de no alcanzar la presencialidad necesaria al final del periodo lectivo, la asignatura obtendrá una calificación de NO APTO, perdiendo el derecho a superar la materia en convocatoria ordinaria. De la misma forma, cualquier alumno que supere el 50% de faltas de asistencia en la asignatura, perderá el derecho a ser evaluado en la convocatoria ordinaria, debiendo superar la materia en convocatoria extraordinaria conforme a la normativa de la propia Universidad Europea de Madrid.

### 7.2. Convocatoria extraordinaria

Para superar la asignatura convocatoria extraordinaria deberás ....

- Obtener una media igual o superior a 5 en el conjunto de pruebas de evaluación.
- Presentar las actividades o pruebas no presentadas o no superadas en convocatoria ordinaria, incluyendo las prácticas “out class” si no hubieran sido presentadas.

- Superar la prueba escrita con nota igual o superior a 5 si no la hubiera superado previamente.
- En caso de no haber alcanzado la presencialidad mínima exigida en convocatoria ordinaria, el alumno deberá superar una prueba práctica de elementos técnicos o tácticos con una nota igual o superior al 5. En caso de no superar esta prueba, la materia obtendrá una calificación siempre inferior al 5.

## 8. CRONOGRAMA

En este apartado se indica el cronograma con fechas de entrega de actividades evaluables de la asignatura:

Actividades evaluables	Fecha
Actividad 1A. Asistencia y participación en actividades en el aula.	Semana 1 a 15
Actividad 1B. Prácticas out class	Semana 1 a 15
Actividad 2: Programación de mesociclo de equipo de rendimiento.	Semana 10 a 15
Actividad 3A. Trabajo de análisis cuantitativo del rendimiento de un equipo de nivel mundial durante varios partidos	Semana 6 a 9
Actividad 3B. Trabajo de análisis cualitativo del rendimiento de un equipo de nivel mundial durante varios partidos	Semana 3 a 6
Actividad 4. Prueba teórica	Semana 16

Este cronograma podrá sufrir modificaciones por razones logísticas de las actividades. Cualquier modificación será notificada al estudiante en tiempo y forma.

## 9. BIBLIOGRAFÍA

A continuación, se indica la bibliografía recomendada:

- Acero, R. M., & Peñas, C. L. (2005). *Deportes de equipo: comprender la complejidad para elevar el rendimiento* (Vol. 309). INDE.
- Alarcón López, F., Cárdenas Vélez, D., Miranda León, M. T., Ureña Ortín, N., & Piñar López, M. I. (2010). La metodología de enseñanza en los deportes de equipo. *Revista de investigación en educación*, 7, 91-103.
- Álvaro, J. (1996). Modelos de planificación y programación de la condición física en deportes de equipo. *Apuntes del módulo*, 2(7).
- Arias, A. G. (2013). *Efecto de un programa de supervisión reflexiva, en entrenamiento, sobre las variables cognitivas en jugadoras de voleibol* (Doctoral dissertation, Universidad de Extremadura).
- Cárdenas Vélez, D., Conde González, J., & Courel Ibáñez, J. (2013). El uso del match analysis para la mejora del rendimiento físico en los deportes de equipo. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 8(23).
- Cárdenas, D., Conde-González, J., & Perales, J. C. (2015). El papel de la carga mental en la planificación del eUrdiales, D. M., Arrese, A. L., Izquierdo, D. M., & Rodríguez, R.

- E. M. (2010). Características de la planificación del entrenamiento en los deportes de equipo españoles de élite/Characteristics of Training Planning in Elite Spanish Team Sports. *Apunts. Educació Física i Esports*, (102), 62.
- ntrenamiento deportivo. *Revista de psicología del deporte*, 24(1).
- Delgado, H. IG: Planificación del Entrenamiento Deportivo en Voleibol. 2015. *Proceso de edición*.
  - Domínguez, A. M., Arroyo, M. P. M., González, L. G., & Álvarez, F. D. V. (2010). Diferencias en la planificación de estrategias en voleibol entre jugadoras expertas y noveles/Differences Between Expert and Novice Women Volleyball Players in Strategy Planning. *Apunts. Educació Física i Esports*, (102), 31.
  - Esper, A. (2003). Cantidad y tipos de saltos que realizan las jugadoras de voleibol en un partido. *Lecturas: Educación física y deportes*, (58), 21.
  - Esper, A. (2003). Tiempos de juego y pausa en el voleibol femenino y masculino. *Lecturas: Educación física y deportes*, (64), 18.
  - Lidor, R., & Ziv, G. (2013). Características Físicas y Fisiológicas de las Jugadoras de Voleibol. Un Trabajo de Revisión. *PubliCE Standard*.
  - Martín Acero, R. (2004). Planificación y programación en deportes de equipo. In *Tendencias de práctica e investigación, Valencia: Actas II Congreso de la Asociación Española de Ciencias de Deporte*.
  - Martín-Albo, J. N. JL y Navarro, JG (2003). Planificación de un programa de entrenamiento psicológico en voleibol. In *IX Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte "Perspectiva Latina*.
  - Palao, J. M., & Hernández, E. (2012). Tipos de planificación y medios de entrenamiento en voleibol. *Estudio sobre Superliga masculina y femenina (Temporada 2006-2007)*. Murcia: Edición propia.
  - Ruiz, N. M. (2003). Algunas características del saque desde el voleibol tradicional hasta el rally point. *Lecturas: Educación física y deportes*, (66), 10.
  - SEIRUL-LO, F. (1987). Opción de planificación en los deportes de equipo de largo período de competición. *Revista de Entrenamiento Deportivo*, 1, 3.
  - Toyoda, H. (1986). Planificación del entrenamiento de Voleibol. *Editorial Unisport. España*.
  - Urdiales, D. M., Arrese, A. L., Izquierdo, D. M., & Rodríguez, R. E. M. (2010). Características de la planificación del entrenamiento en los deportes de equipo españoles de élite/Characteristics of Training Planning in Elite Spanish Team Sports. *Apunts. Educació Física i Esports*, (102), 62.
  - Vázquez, Á. V., & Gayo, A. A. (2000). Dimensiones de la figura del entrenador profesional en los deportes de equipo. *Apunts. Educación física y deportes*, 4(62), 58-66.
  - Vázquez, Á. V., & Gayo, A. A. (2009). Planificación del entrenamiento en los deportes de equipo: bases conceptuales y estado de la cuestión. *Red: revista de entrenamiento deportivo*, 23(1), 5-14.
  - Villar Domínguez, C. (2016). La planificación del trabajo de fuerza en la temporada 2014-2015 para un equipo de voleibol masculino= Planning work force in the 2014-2015 season for a male volleyball team. *Trabajo Fin de Carrera*. Universidad Politécnica de Madrid.
  - Wegmann, S. F. (2013). Planificación del trabajo de un equipo de voleibol masculino de alto rendimiento: Mesociclo de la fase final de playoffs. *Trabajo Fin de Carrera*. Universidad Politécnica de Madrid.

## 10. UNIDAD DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Desde la Unidad de Orientación Educativa y Diversidad (ODI) ofrecemos acompañamiento a nuestros estudiantes a lo largo de su vida universitaria para ayudarles a alcanzar sus logros académicos. Otros de los pilares de nuestra actuación son la inclusión del estudiante con necesidades específicas de apoyo educativo, la accesibilidad universal en los distintos campus de la universidad y la equiparación de oportunidades.

Desde esta Unidad se ofrece a los estudiantes:

1. Acompañamiento y seguimiento mediante la realización de asesorías y planes personalizados a estudiantes que necesitan mejorar su rendimiento académico.
2. En materia de atención a la diversidad, se realizan ajustes curriculares no significativos, es decir, a nivel de metodología y evaluación, en aquellos alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo persiguiendo con ello una equidad de oportunidades para todos los estudiantes.
3. Ofrecemos a los estudiantes diferentes recursos formativos extracurriculares para desarrollar diversas competencias que les enriquecerán en su desarrollo personal y profesional.
4. Orientación vocacional mediante la dotación de herramientas y asesorías a estudiantes con dudas vocacionales o que creen que se han equivocado en la elección de la titulación.

Los estudiantes que necesiten apoyo educativo pueden escribirnos a:

[orientacioneducativa@universidadeuropea.es](mailto:orientacioneducativa@universidadeuropea.es)

## **11. ENCUESTAS DE SATISFACCIÓN**

¡Tú opinión importa!

La Universidad Europea te anima a participar en las encuestas de satisfacción para detectar puntos fuertes y áreas de mejora sobre el profesorado, la titulación y el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Las encuestas estarán disponibles en el espacio de encuestas de tu campus virtual o a través de tu correo electrónico.

Tu valoración es necesaria para mejorar la calidad de la titulación.

Muchas gracias por tu participación.