



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN HUMANÍSTICAS Y  
TECNOLOGÍAS**

**CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y  
DEPORTE**

**“La coordinación óculo-manual en la recepción del ecuavoley”**

**Trabajo de titulación, requisito previo a la obtención del título de:**

**Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y el Deporte**

**Autores:**

**José Luis Chuqui Chicaiza**

**Jhon Javier Quishpe Tura**

**Tutor:**

**Mgs. Isaac Germán Pérez Vargas**

**Riobamba, Ecuador. 2022**

## DERECHOS DE AUTORÍA

Nosotros, José Luis Chuqui Chicaiza, portador de cédula de ciudadanía número 0605344480 y Jhon Javier Quishpe Tura portador de la cedula de ciudadanía número 1723161459, por medio del presente documento certificamos que el contenido de este proyecto de investigación es de nuestra autoría, por lo que eximo expresarme a la Universidad Nacional de Chimborazo para que realice la digitalización y difusión pública de este trabajo en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.



-----  
**Jhon Javier Quishpe Tura**

C.I. 1723161459



-----  
**José Luis Chuqui Chicaiza**

C.I. 0605344480

## **DICTAMEN FAVORABLE DEL PROFESOR TUTOR**

Quien suscribe, Mgs. Isaac Pérez catedrático adscrito a la Facultad de CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN HUMANÍSTICAS Y TECNOLOGÍAS, por medio del presente documento certifico haber asesorado y revisado el desarrollo del trabajo de investigación titulado: “La coordinación óculo-manual en la recepción del ecuavoley”, bajo la autoría de José Luis Chuqui Chicaiza y Jhon Javier Quishpe Tura; por lo que se autoriza ejecutar los trámites legales para su sustentación.

Es todo cuanto informar en honor a la verdad; en Riobamba, a los 7 días del mes de junio del 2022



Firmado electrónicamente por:  
**ISAAC GERMAN  
PEREZ VARGAS**

---

Mgs. Isaac Pérez  
**TUTOR (A)**



## CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

Quienes suscribimos, catedráticos designados Miembros del Tribunal de Grado para la evaluación del trabajo de investigación “**LA COORDINACIÓN ÓCULO-MANUAL EN LA RECEPCIÓN DEL ECUAVOLEY**” por José Luis Chuqui Chicaiza con C.I. 0605344480, y Jhon Javier Quishpe Tura con C.I. 1723161459, bajo la tutoría de Mgs. Isaac Pérez; certificamos que recomendamos la **APROBACIÓN** de este con fines de titulación. Previamente se ha evaluado el trabajo de investigación y escuchada la sustentación por parte de sus autores; no teniendo más nada que observar.

De conformidad a la normativa aplicable firmamos, en Riobamba 22 días del mes de Julio del año 2022

Presidente del Tribunal de Grado  
Mgs. Susana Paz V.



Firmado electrónicamente por:  
**BERTHA  
SUSANA PAZ**

Miembro del Tribunal de Grado  
Mgs. Henry Gutiérrez C.



Firmado electrónicamente por:  
**HENRY RODOLFO  
GUTIERREZ CAYO**

Miembro del Tribunal de Grado  
Mgs. Vinicio Sandoval G.



Firmado electrónicamente por:  
**FAUSTO VINICIO  
SANDOVAL GUAMPE**



# CERTIFICACIÓN

Que, **JOSE LUIS CHUQUI CHICAIZA** CON CC: **0605344480** y **JHON JAVIER QUISHPE TURA** CON CC: **1723161459**, estudiantes de la Carrera de **Pedagogía de la Actividad Física y Deporte**, Facultad de **CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN HUMANÍSTICAS Y TECNOLOGÍAS**; han trabajado bajo mi tutoría el trabajo de investigación titulado "**LA COORDINACIÓN ÓCULO-MANUAL EN LA RECEPCIÓN DEL ECUAVOLEY**", cumple con el 10%, de acuerdo al reporte del sistema Anti plagio **URKUND**, porcentaje aceptado de acuerdo a la reglamentación institucional, por consiguiente autorizo continuar con el proceso.

Riobamba, 6 de mayo de 2022



Firmado electrónicamente por:  
**ISAAC GERMAN  
PEREZ VARGAS**

---

Mgs. Isaac Pérez  
**TUTOR (A)**

## **AGRADECIMIENTO**

Agradecemos a Dios por bendecirnos la vida, por guiarnos a lo largo de nuestra existencia, ser el apoyo y fortaleza en aquellos momentos de dificultad y de debilidad.

Gracias a nuestros padres por ser los principales promotores de nuestros sueños, por confiar y creer en nuestras expectativas, por los consejos, valores y principios que nos han inculcado.

Agradecemos a nuestros docentes de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte de la Universidad Nacional de Chimborazo, por haber compartido sus conocimientos a lo largo de la preparación de nuestra profesión, de manera especial, al máster Isaac Pérez tutor de nuestro proyecto de investigación quien ha guiado con su paciencia, su rectitud como docente y por su valioso aporte para nuestra investigación.

José Luis Chuqui Chicaiza

Jhon Javier Quishpe Tura

## **DEDICATORIA**

El presente trabajo investigativo lo dedicamos principalmente a Dios, por ser el inspirador y darnos fuerza para continuar en este proceso de obtener uno de los anhelos más deseados.

A nuestros padres, por su amor, trabajo y sacrificio en todos estos años, gracias a ustedes hemos logrado llegar hasta aquí y convertirnos en lo que somos. Ha sido el orgullo y el privilegio de ser sus hijos, son los mejores padres.

A nuestras hermanas (os) por estar siempre presentes, acompañándonos y por el apoyo moral, que nos brindaron a lo largo de esta etapa de nuestras vidas.

A todas las personas que nos han apoyado y han hecho que el trabajo se realice con éxito en especial a aquellos que nos abrieron las puertas y compartieron sus conocimientos.

José Luis Chuqui Chicaiza

Jhon Javier Quishpe Tura

# ÍNDICE

<b>PORTADA .....</b>	<b>1</b>
<b>DERECHOS DE AUTORÍA .....</b>	<b>2</b>
<b>DICTAMEN FAVORABLE DEL PROFESOR TUTOR.....</b>	<b>3</b>
<b>PÁGINA DE REVISIÓN DEL TRIBUNAL.....</b>	<b>4</b>
<b>ÍNDICE.....</b>	<b>8</b>
<b>ÍNDICE DE TABLAS .....</b>	<b>12</b>
<b>ÍNDICE DE GRÁFICOS .....</b>	<b>13</b>
<b>RESUMEN .....</b>	<b>14</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>15</b>
<b>CAPÍTULO I .....</b>	<b>16</b>
<b>I. INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>16</b>
<b>II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....</b>	<b>18</b>
<b>III. JUSTIFICACIÓN.....</b>	<b>19</b>
<b>IV. OBJETIVOS .....</b>	<b>20</b>
4.1. Objetivo general.....	20
4.2. Objetivos específicos .....	20
<b>CAPITULO II.....</b>	<b>21</b>
<b>V. MARCO TEÓRICO.....</b>	<b>21</b>
5.1 Antecedentes de la Investigación.....	21
5.2 Capacidades coordinativas especiales .....	21
5.2 La coordinación motriz.....	22
5.3. Clasificación de la coordinación.....	22
5.4. Coordinación óculo-manual.....	23
5.5. Fases de la coordinación óculo-manual .....	24
5.6. Importancia y beneficios de la coordinación óculo-manual .....	24
5.7. La motricidad.....	24



5.8. Postura corporal .....	25
5.9. Concepto del Ecuavoley .....	25
5.10. Historia del Ecuavoley .....	26
5.11. Cronología del Ecuavoley .....	27
5.13. Características del Ecuavoley .....	28
5.14. Variantes del Ecuavoley .....	28
5.15. Reglas del juego .....	29
5.16. Importancia .....	30
5.17. Ventajas del Ecuavoley .....	31
5.18. Desventajas .....	31
5.19. Características del interaprendizaje del Ecuavoley .....	32
5.20. La cancha .....	32
5.21. Los jugadores .....	32
5.22. La red .....	32
5.23. La pelota .....	33
5.24. Interacción dinámica del interaprendizaje .....	33
5.25. Metodología de enseñanza del Ecuavoley .....	33
5.26. Técnica de enseñanza .....	33
5.27. Estilos de enseñanza .....	33
5.28. Comunicación Feed Back .....	34
5.29. Canales a utilizar .....	34
5.30. Fundamentos del Ecuavoley .....	34
5.30.1. Definición de fundamentos .....	34
5.30.2. Fundamentos ofensivos .....	34
5.30.3. El saque .....	35
5.30.4. Remate .....	35
5.30.5. Fundamentos defensivos .....	35

5.30.6. Recepción .....	36
5.30.7. Servicio o pase.....	36
5.30.8. Técnica y táctica .....	36
5.30.9. El colocador.....	37
5.30.10. El servidor .....	37
5.30.11. El volador .....	37
5.30.12. Estrategias.....	37
5.30.13. Los apodos.....	38
5.30.14. La recepción en el Ecuavoley .....	39
5.30.15. Clasificación de la recepción.....	39
<b>CAPITULO III .....</b>	<b>41</b>
<b>VI. METODOLOGÍA.....</b>	<b>41</b>
6.1. Diseño .....	41
6.2. Tipo de Investigación.....	41
7.3. Población. ....	41
8.4. Muestra .....	41
9.5. Criterios De Selección .....	41
9.6. Variables .....	42
9.6.1. Variable Independiente.....	42
9.6.2. Variable dependiente .....	42
9.7. Técnicas e instrumento de investigación .....	42
9.8. Análisis de datos .....	43
<b>CAPITULO IV.....</b>	<b>44</b>
<b>VII. RESULTADOS .....</b>	<b>44</b>
7.1. Resultados de la prueba (Pre-test y Post-test).....	44
7.2. Resultados de la evaluación de la Ficha Pre y Post. ....	45
<b>VIII. PROPUESTA .....</b>	<b>60</b>

8.1. Título.....	60
8.2. Justificación .....	60
8.3. Fundamentación.....	60
8.3.1. Fundamentos técnicos para el Ecuavoley .....	61
8.4. Objetivos.....	62
8.4.1. Objetivo general .....	62
8.4.2. Objetivos específicos.....	62
8.5. Ubicación sectorial .....	63
8.6. Desarrollo de la propuesta .....	63
8.7. Guía metodológica.....	64
8.8. Impactos generados.....	84
8.8.1. Social:.....	84
8.8.2. Económico:.....	84
8.8.3. Educativa: .....	84
8.9. Conclusiones .....	84
8.10. Recomendaciones .....	85
<b>CAPITULO V .....</b>	<b>86</b>
<b>IX. CONCLUSIONES .....</b>	<b>86</b>
<b>X. RECOMENDACIONES .....</b>	<b>87</b>
<b>XI. BIBLIOGRAFÍA .....</b>	<b>88</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>92</b>

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1</b>	<i>Tabla del tamaño de la muestra de estudio</i> .....	41
<b>Tabla 2</b>	<i>Tabla de valoración de baremo de la prueba de Lanzamiento Diana</i> .....	42
<b>Tabla 3</b>	<i>Tabla de valoración cuantitativa y cualitativa</i> .....	42
<b>Tabla 4</b>	<i>Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Test vs Post-Test del lanzamiento a la Diana</i> .....	44
<b>Tabla 5</b>	<i>Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Ficha vs Post-Ficha del golpe y dirección del balón en volea alta (Recepción Alta)</i> .....	45
<b>Tabla 6</b>	<i>Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Ficha vs Post-Ficha del golpe correcto del balón, aunque le cueste conseguir la dirección (Recepción alta)</i> .....	46
<b>Tabla 7</b>	<i>Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Ficha vs Post-Ficha de la colocación adecuada de manos sin flexión de codos (Recepción Alta)</i> .....	47
<b>Tabla 8</b>	<i>Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Ficha vs Post-Ficha de la posición inadecuada para recibir el saque alto (Recepción Alta)</i> .....	48
<b>Tabla 9</b>	<i>Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Ficha vs Post-Ficha del golpe y dirección del balón con antebrazo en posición media (Recepción Media)</i> .....	49
<b>Tabla 10</b>	<i>Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Ficha vs Post-Ficha del golpe correcto del balón, aunque le cueste conseguir la dirección (Recepción Media)</i> .....	50
<b>Tabla 11</b>	<i>Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Ficha vs Post-Ficha de la colocación correcta de los antebrazos, pero no flexiona rodillas (Recepción Media)</i> .....	51
<b>Tabla 12</b>	<i>Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Ficha vs Post-Ficha de la colocación incorrecta de los antebrazos (Recepción Media)</i> .....	52
<b>Tabla 13</b>	<i>Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Test vs Post-Test del golpe y dirección del balón con antebrazo en posición baja (Recepción Baja)</i> .....	53
<b>Tabla 14</b>	<i>Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Ficha vs Post-Ficha del golpe correcto del balón, aunque le cueste conseguir la dirección (Recepción Baja)</i> .....	54
<b>Tabla 15</b>	<i>Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Ficha vs Post-Ficha de la colocación correcta de antebrazos, pero no flexiona rodillas (Recepción Baja)</i> .....	55
<b>Tabla 16</b>	<i>Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Ficha vs Post-Ficha de la colocación incorrecta de antebrazos en posición baja (Recepción Baja)</i> .....	56
<b>Tabla 17</b>	<i>Tabla resumen de estadísticos de frecuencia de Pre-Ficha</i> .....	57
<b>Tabla 18</b>	<i>Tabla resumen de estadísticos de frecuencia de Post-Ficha</i> .....	58

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

<b>Gráfico 1:</b> Lanzamiento a la Diana Pre-test.....	44
<b>Gráfico 2:</b> Lanzamiento a la Diana Post-test .....	44
<b>Gráfico 3:</b> Evaluación de golpe y dirección del balón .....	45
<b>Gráfico 4:</b> Evaluación de golpe del balón y dificultad en la dirección .....	46
<b>Gráfico 5:</b> Colocación adecuada de manos, sin flexión de codos .....	47
<b>Gráfico 6:</b> Posición inadecuada para recibir el saque alto.....	48
<b>Gráfico 7:</b> Golpe y dirección del balón con antebrazo en posición media.....	49
<b>Gráfico 8:</b> Golpe correcto del balón y dificultad en la dirección.....	50
<b>Gráfico 9:</b> Colocación correcta de antebrazos, pero sin flexión de rodillas.....	51
<b>Gráfico 10:</b> Colocación incorrecta de los antebrazos en posición media.....	52
<b>Gráfico 11:</b> Golpe y dirección del balón con antebrazo en posición baja .....	53
<b>Gráfico 12:</b> Golpe correcto del balón y dificultad en la dirección.....	54
<b>Gráfico 13:</b> Colocación correcta de antebrazos en posición baja, pero sin flexión de rodillas.....	55
<b>Gráfico 14:</b> Colocación incorrecta de antebrazos en posición baja .....	56
<b>Gráfico 15:</b> Resultados generales obtenidos del pre-Ficha y post-Ficha .....	59

## RESUMEN

La presente investigación consistió en proponer una guía para “La coordinación óculo-manual en la recepción del Ecuavoley” en la que se plantean estrategias que permita mejorar falencias en cuanto a la técnica de coordinación en las edades mencionadas, estableciendo que la formación de los estudiantes en el Ecuavoley es muy amplia y que existen áreas indispensables que son pilares de un jugador de calidad como la coordinación y el equilibrio relacionado con los ejercicios recreativos para el desarrollo fundamental de la técnica de recepción en el Ecuavoley. El objetivo principal fue mejorar la coordinación óculo-manual en la recepción del Ecuavoley en estudiantes de primero bachillerato Construcciones Metálicas de la Unidad Educativa Licto año lectivo 2021-2022. Por otro lado, se determinó cómo influye la coordinación óculo manual en la técnica de la recepción del Ecuavoley en los estudiantes de 14 y 15 años de la Unidad Educativa “Licto” que se constituyó como la muestra. Se utilizó un test y ficha de observación como instrumento para la presente investigación, teniendo en cuenta su condición física y la coordinación que deben desarrollar para poder participar en este deporte popular como es el Ecuavoley. El desarrollo de esta investigación tiene como finalidad ofrecer una guía didáctica de ejercicios que ayudaran a mejorar la recepción, que a mi punto de vista es uno de los principales gestos técnicos que debería enseñarse. Se diseñó una guía didáctica de ejercicios coordinativos y lúdicos enfocados al progreso técnico de la recepción del Ecuavoley para los estudiantes de primero bachillerato Construcciones Metálicas de la Unidad Educativa Licto, en donde los alumnos podrán realizar diferentes ejercicios orientados a la mejora de la coordinación. Se concluyó que, al realizar la evaluación del pre-test y la ficha, el 65% de los alumnos encajaba con una actividad irregular, mientras que posterior a la aplicación del post-test y la ficha los alumnos alcanzan un 60,7% actividad bueno y tan solo un 39,3% se mantiene en regular.

**Palabras clave:** Coordinación, Ecuavoley, recepción, ejercicios, técnica.

## ABSTRACT

The present investigation consisted in proposing a guide for "Oculo-manual coordination in the reception of the Ecuavoley" in which strategies are proposed that allow to improve shortcomings in terms of the coordination technique in the aforementioned ages, establishing that the training of the students in Ecuavoley is very broad and that there are essential areas that are pillars of a quality player such as coordination and balance related to recreational exercises for the fundamental development of the reception technique in Ecuavoley. The main objective was to improve eye-hand coordination in the reception of the Ecuavoley in first-year high school students of Metal Constructions of the Educational Unit Licto school year 2021-2022. On the other hand, it was determined how hand-eye coordination influences the Ecuavoley reception technique in 14- and 15-year-old students from the "Licto" Educational Unit, which was constituted as the sample. A test and observation sheet were used as an instrument for the present investigation, taking into account their physical condition and the coordination they must develop to be able to participate in this popular sport such as Ecuavoley. The development of this research aims to offer a didactic guide of exercises that will help improve reception, which in my opinion is one of the main technical gestures that should be taught. A didactic guide of coordination and playful exercises focused on the technical progress of the reception of the Ecuavoley was designed for the first-year high school students Metallic Constructions of the Licto Educational Unit, where the students will be able to carry out different exercises oriented to the improvement of coordination. It was concluded that, when carrying out the evaluation of the pre-test and the record, 65% of the students fit with an irregular activity, while after the application of the post-test and the record the students reach 60.7% activity. good and only 39.3% remain regular.

**Keywords:** Coordination, Ecuavoley, reception, exercises, technique.



Firmado electrónicamente por:  
**ANA ELIZABETH  
MALDONADO LEÓN**

Reviewed by:

Ms.C. Ana Maldonado León

ENGLISH PROFESSOR

C.I.060197598

# CAPÍTULO I

## I. INTRODUCCIÓN

El tema a desarrollarse en la presente investigación se refiere a un deporte popular como es el Ecuavoley, es un deporte en el que se busca ampliar las habilidades de cada persona puesto que las técnicas y metodologías van evolucionando con el pasar del tiempo, en la actualidad varias instituciones educativas no cuentan con los implementos adecuados, donde muchos de los docentes trabajan directamente con desconocimiento sobre los fundamentos defensivos del Ecuavoley.

La coordinación óculo-manual, es la relación entre el campo visual y las extremidades superiores, es una destreza cognitiva compleja de gran importancia en la vida humana, que nos permite realizar simultáneamente actividades en donde los ojos están fijos en un objeto y las manos realizan una tarea específica, pudiendo realizar una acción o ejercicio en particular (Vernetta Santana et al., 2019).

La coordinación motora está asociada a los siguientes puntos de vista: a) la pedagogía, que se ocupa del orden de las fases del movimiento o acciones parciales y para el aprendizaje de nuevas habilidades; b) fisiológico, relacionado con la regulación de los procesos de contracción muscular; c) biomecánica, sobre el orden de los impulsos durante las operaciones motrices y el orden de los acontecimientos con respecto a dos o tres ejes perpendiculares (Tan Guevara et al., 2021).

Los verdaderos orígenes del Ecuavoley no se conocen, pero en algunas fuentes existen varias posibles explicaciones para ello, a principios del siglo XIX se sabía que su práctica estaba familiarizada con el voleibol y se consideraba que era un deporte no federativo debido a su falta de reconocimiento internacional. En el mundo existen diferentes países como Estados Unidos, Italia, España, Suiza, Gran Bretaña, Colombia, Perú y Ecuador; en los cuales la práctica de deportes híbridos es promovida abiertamente. (Salinas, 2021).

El Ecuavoley apareció en Ecuador hace unos 80 a 85 años, siendo este un evento cien por ciento ecuatoriano variante del voleibol internacional. Varias versiones cuentan que este deporte nació en el ejército cuando militares chilenos llegaron a Ecuador para visitar y dar a conocer a los lugareños sobre el voleibol. Los ecuatorianos empezaron a practicar el deporte, pero por falta de 12 jugadores lo redujeron a 6 y establecieron nuevas reglas (Mata, 2017).

Es innegable que, en el Ecuador este juego no ha sido reconocido como un deporte de alto nivel ni para las olimpiadas, pero ahora se ha popularizado y practicado en todo el país y en



otros países habitados por ecuatorianos. Este deporte también se ha introducido en las instituciones educativas, en el cual los estudiantes podrán adaptar diferentes habilidades y aprender nuevos fundamentos técnicos del Ecuavoley gracias a la inteligencia motriz de cada persona. (Mata, 2017).

Es importante recalcar que los fundamentos básicos del Ecuavoley están relacionados con los del voleibol donde la coordinación óculo-manual y los elementos como la recepción alta, media y baja es el primer camino para involucrarse en este deporte. La falta de docentes especializados y recursos didácticos es la dificultad en el proceso de enseñanza -aprendizaje, sin embargo, se optó por una guía didáctica de ejercicios que ayudaran positivamente en el problema.

## **II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Durante la etapa de estudiantes universitarios realizamos practicas preprofesionales de observación los primeros semestres posterior de ejecución donde percibimos falencias de los estudiantes en la coordinación óculo-manual en las distintas actividades planificadas por el docente como son la práctica del Ecuavoley un deporte popular en nuestro país practicado hoy en día con más frecuencia e incluido en los juegos internos e interinstitucionales.

El desarrollo insuficiente de las capacidades físicas coordinativas condicionales en edades tempranas con lleva al desinterés y la poca practica de este deporte, dificultando el aprendizaje en cierto grado de los fundamentos de Ecuavoley. Se ha puesto de manifiesto este problema ya que los estudiantes de 14 a 15 años presentan dificultades al momento de receptar el balón con un rasgo del déficit coordinativo y de la técnica durante las acciones de juego en el Ecuavoley, mismas que pueden mejorarse desarrollando una guía didáctica de ejercicios coordinativos y lúdicos, por esta razón que se presenta el interés en el estudio.

El fundamento principal de este trabajo es dar a conocer una guía que permita mejorar estos errores en las edades mencionadas, estableciendo que la formación de los estudiantes en el Ecuavoley es muy amplia y que existen áreas indispensables que son pilares de un jugador de calidad como la coordinación y el equilibrio relacionado con los ejercicios recreativos para el desarrollo fundamental de la técnica de recepción en el Ecuavoley.

### **III. JUSTIFICACIÓN**

Esta investigación tiene como objetivo conocer el grado de coordinación óculo-manual en la recepción de Ecuavoley, debido a la pandemia algunos alumnos de la institución se han apasionado por el deporte, mismos que han presentado una técnica defectuosa en la recepción del balón, dado que se ha observado en la práctica de este deporte.

El presente trabajo es fundamental para darse cuenta de que la coordinación óculo-manual es la base para mejorar la receptividad alta, media y baja del Ecuavoley, tanto individualmente como en grupo. Es necesario poner énfasis en ejercicios colaborativos, divertidos y de bajo impacto, fáciles de hacer para evitar lesión y que puede adaptarse a cada alumno con materiales y herramientas accesibles para los profesores de educación física, contribuyendo a mejorar esta técnica.

Este trabajo ayudará para indagar en los cursos inferiores, considerando la condición física de los estudiantes, la coordinación que deben desarrollar desde temprana edad para poder participar en el Ecuavoley. Debemos considerar la coordinación, recepción y técnica que vamos a analizar como una de las cosas más importantes en el proceso de enseñanza-aprendizaje ya que la correcta implementación facilitará que la táctica en el juego sea más eficiente.

El desarrollo de este estudio tuvo como objetivo proponer una guía didáctica de ejercicios para mejorar la receptividad, que en mi opinión es uno de los principales movimientos técnicos que necesitan ser enseñados. La Unidad Educativa Licto, docentes y estudiantes con insuficiente conocimiento de coordinación óculo-manual en la recepción de Ecuavoley se beneficiarán de este trabajo de investigación.

Puede haber información relevante en libros, literatura, internet y libros de texto para respaldar científicamente esta investigación. Se desarrolló la colaboración y parcialidad de la institución educativa para realizar este estudio y muy poca información de la investigación fue adaptada de la internacionalización del voleibol.

## **IV. OBJETIVOS**

### **4.1. Objetivo general**

Mejorar la coordinación óculo-manual en la recepción del ecuavoley en estudiantes de primero bachillerato Construcciones Metálicas de la Unidad Educativa Licto año lectivo 2021-2022

### **4.2. Objetivos específicos**

- Diagnosticar la coordinación óculo-manual en la recepción del ecuavoley en los estudiantes de primero bachillerato Construcciones Metálicas de la Unidad Educativa Licto mediante un test y ficha de observación.
- Diseñar una guía didáctica de ejercicios orientado al mejoramiento de la coordinación óculo-manual en la recepción del ecuavoley en los estudiantes de primero bachillerato Construcciones Metálicas de la Unidad Educativa Licto
- Comparar los resultados obtenidos en el test y ficha de observación de los estudiantes de primero bachillerato Construcciones Metálicas de la Unidad Educativa Licto.

## CAPITULO II

### V. MARCO TEÓRICO

#### 5.1 Antecedentes de la Investigación

En investigaciones realizadas por las diferentes instituciones educativas del cantón Riobamba y específicamente en la Universidad Nacional de Chimborazo, no se encontró trabajos con temas relacionados con la coordinación óculo-manual en la recepción del Ecuavoley, por lo que considero ser la primera persona que realiza este tipo de investigación en nuestra provincia.

#### 5.2 Capacidades coordinativas especiales

Son características clave para lograr métodos específicos de personajes para desarrollar cada movimiento, basados en las prácticas de movimientos. La habilidad de coordinación es equivalente a la velocidad, un signo aprende habilidades motoras, también se asocia con la coordinación de movimientos es el asiento deportivo, para realizar movimientos posteriores (Buitrón Fuentes, 2017) y se clasifican en:

- **Orientación:** es la capacidad que tiene nuestro cerebro de indicarnos en dónde y cómo estamos ubicados en un lugar determinado al momento de realizar un movimiento o desplazamiento.
- **Combinación:** es la capacidad de integrar movimientos con diferentes partes del cuerpo en una sola acción motriz, de manera simultánea o secuencial.
- **Adaptación:** permite modificar adecuadamente patrones o secuencias de movimiento cuando se presentan situaciones variables e inesperadas.
- **Reacción:** es la capacidad que permite al cuerpo responder ante un estímulo de manera rápida y adecuada.
- **Equilibrio:** es la capacidad para resolver una acción contando con una superficie pequeña de apoyo, o en su defecto, logrando mantener una postura o posición del cuerpo cuando recibimos una influencia o fuerza externa.
- **Ritmo:** es la capacidad para relacionar e integrar varias partes de nuestro cuerpo para generar movimientos armoniosos.
- **Percepción Espacio Tiempo:** es la capacidad que nos permite sincronizar e integrar el movimiento de nuestro propio cuerpo con el movimiento de diferentes objetos,

considerando la relación existente entre su velocidad, la distancia y el peso de los mismos.

## **5.2 La coordinación motriz**

La coordinación motriz es uno de los elementos cualitativos del movimiento, que va a depender del grado de desarrollo del Sistema Nervioso Central, potencial genético de los alumnos para controlar el movimiento y los estímulos, y de las experiencias de aprendizajes motores que hayan adquirido en las etapas anteriores. La coordinación se define según varios autores como la capacidad neuromuscular de ajustar con precisión lo querido y pensado de acuerdo con la imagen fijada por la inteligencia motriz a la necesidad del movimiento (Galeano-Terán, 2021).

Estos autores hacen referencia a la coordinación, como el control que se ajusta con precisión para regular y procesar los actos motores. En este sentido, la coordinación es una capacidad de ordenar componentes de manera precisa y eficaz, es decir, es todo aquello que permite que el cuerpo realice movimientos sincronizados en función de los músculos. Un alto nivel de capacidades coordinativas permite adquirir de una forma racional destrezas deportivas y técnicas procedentes de otras modalidades, que se puedan aprovechar por ejemplo, para la condición física general y para el entrenamiento compensatorio (Prasetya, 2017).

## **5.3. Clasificación de la coordinación**

Se ha investigado el temario de la coordinación en cuanto a la clasificación, existen varias propuestas dadas por los autores de prestigio internacional que muestran su punto de vista de cada estructuración de la coordinación, también se observa una diversidad de terminología que se incluyen sinónimos (Alcarás, 2014). A continuación, se expresa clasificaciones de tipos de coordinación motriz:

- ✓ Coordinación Óculo manual
- ✓ Coordinación dinámico general
- ✓ Coordinación óculo manual y dinámico manual
- ✓ Coordinación viso motriz
- ✓ Coordinación dinámico general
- ✓ Coordinación específica o segmentaria Según la intervención muscular:
- ✓ Coordinación intramuscular
- ✓ Coordinación intermuscular

- ✓ Coordinación viso motriz
- ✓ Coordinación intramuscular
- ✓ Coordinación intermuscular

La coordinación es un factor clave en el posicionamiento espacial y las respuestas direccionales precisas. La percepción sensorial juega un papel importante en el desarrollo, la percepción de todos los de nuestros sentidos será la base para la coordinación (Medina & Vigilio, 2020).

#### **5.4. Coordinación óculo-manual**

La coordinación óculo manual es una habilidad cognitiva compleja, en la cual se requiere una coordinación precisa entre la vista y los movimientos de la mano; la vista debe guiar los movimientos de la mano mediante un proceso de retroalimentación de información que crea un plano de ubicación y estímulo visual. Las personas, desde los primeros años de su vida, ponen en práctica la coordinación óculo manual utilizando la vista para crear un cálculo exacto del plano físico que lo rodea y de acuerdo con la información obtenida, desempeñar alguna actividad (Lechón Quimbia, 2017).

Esta habilidad cognitiva es muy importante para el desarrollo normal de los niños y debe ser tratada si se presenta alguna irregularidad respecto a la misma, es necesaria para el desarrollo y aprendizaje de los niños en la escuela. La lectura, la escritura y los deportes son actividades que se desarrollan con un uso continuo de la coordinación óculo manual (Ocaña, 2021). De igual manera, es utilizada en gran parte de las actividades que realizamos a diario que requieren una coordinación entre ojos y manos (Quevedo, 2020). La coordinación óculo manual, en algunos casos, puede verse afectada por algunas patologías visuales, siendo las siguientes las más comunes:

**Estrabismo:** Es la desviación del alineamiento de un ojo respecto al alineamiento del otro. Normalmente, las personas deben poseer alineaciones paralelas en los ojos, de otra forma se perdería la fijación bifocal, por lo que esta situación afecta la fijación de la mirada de ambos ojos en un objeto o punto en el espacio al mismo tiempo. Esto crea una patología donde se presenta una visión binocular adversa que afecta la percepción de la profundidad (Almeida, 2012).

**Ambliopía:** Consiste en una disminución de la agudeza visual, la cual, normalmente, no se encuentra precedida por alguna lesión orgánica que ocasione el padecimiento. En algunos

casos, esta patología puede estar acompañada de una miopía, sin embargo, ésta no suele justificar la pérdida de visión presentada (Almeida, 2012).

**Lateralidad cruzada:** Patología mediante la cual la persona desarrolla una lateralidad distinta en los miembros de su cuerpo, o sea, puede ser zurdo de las manos y derecho de los pies. La lateralidad cruzada puede afectar en diversos casos la coordinación óculo manual (Almeida, 2012).

## **5.5. Fases de la coordinación óculo-manual**

*Fase de detención de objetos:* Se localiza y analiza el objeto, se extrae la información necesaria para poder realizar una trayectoria precisa hacia el objeto.

*Fase orbital:* Los programas de desempeño motor desarrollados serán modelos motores que colocan las manos y los dedos en las posiciones adecuadas para agarrar objetos.

*Interacción sintética entre el escaneo de la mano y el ojo:* Donde el ojo posterior predice el movimiento de la mano y se adapta perfectamente al escaneo (Gálvez, 2012).

## **5.6. Importancia y beneficios de la coordinación óculo-manual**

La capacidad de utilizar la coordinación viso manual es muy importante ya que durante la edad escolar conviene prestar bastante atención al desarrollo de la coordinación óculo-manual; puesto que de ella va a depender en enorme medida la menor o mayor facilidad del alumno para el aprendizaje de la escritura. Las actividades para desarrollar y mejorar la coordinación viso manual, son: lanzar, recibir pelotas u otros objetos, dibujar, pegar, entre otros (GUAMAN. D.A et al., 1967).

Gracias a este tipo de coordinación, el niño llega a obtener la precisión necesaria para dominar el lápiz en la escritura y en las técnicas artísticas y a la vez la percepción visual necesaria para el desarrollo de las artes. Una de las actividades para mejorar la coordinación viso manual es el collage o pegado, actividad que se realiza con materiales de desecho; consiste en rasgar y pegar sobre una superficie plana, ya que permite que el niño desarrolle su destreza y habilidad viso manual y creativa, para introducir al niño en la lectura y escritura (GUAMAN. D.A et al., 1967).

## **5.7. La motricidad**

El movimiento humano ha sido estudiado por varias disciplinas científicas en los últimos tiempos, por eso es importante resaltar la importancia de la Educación Física en el accionar



humano cotidiano, y necesaria para gozar de tan buena calidad. Es la capacidad del hombre de generar movimiento por sí mismos. La motricidad puede clasificarse en motricidad fina y gruesa (GUAMAN. D.A et al., 1967).

*Motricidad fina:* Se refiere a la destreza manual que se adquiere solo con la práctica, aunque en casos específicos no solo se refiere al trabajo con las manos sino con otras partes del cuerpo. Es el desarrollo de movimientos de la mano, de la coordinación ojo y mano que permite, por ejemplo, agarrar una llave, tocar un punto de objeto; este tipo de motricidad es la que más tarde permitirá realizar actividades como escribir. La motricidad fina incluye movimientos controlados y deliberados que requieren el desarrollo muscular y la madurez del sistema nervioso central (GUAMAN. D.A et al., 1967).

*Motricidad gruesa:* Se refiere a la destreza de los movimientos de todo el cuerpo como referencia para realizar trabajos de coordinación general. Hace referencia a movimientos amplios, por lo cual permite el desarrollo de los músculos grandes y la realización de movimientos como rodar sobre sí mismo, agarrar una pelota, abrazar, correr, entre otros. Se puede enfocar que la motricidad gruesa implica hacer movimientos; mientras la fina supone coordinar los movimientos con los órganos sensoriales. La motricidad gruesa se va desarrollando en orden, descendiendo desde la cabeza hacia los pies, con un orden definido y previsible (GUAMAN. D.A et al., 1967).

## **5.8. Postura corporal**

Se define como la posición adoptada por alguien en un cierto momento o respecto de algún asunto, generalmente se asocia a la correlación entre las extremidades y el tronco y las posiciones de las 26 articulaciones (Medina & Vigilio, 2020). La postura corporal, por lo tanto, es la posición del cuerpo humano y se distinguen los siguientes tipos:

- a) Endomorfo: predominio de redondeces, del desarrollo visceral.
- b) Mesomorfo: predominio muscular y óseo. Son sujetos relativamente fuertes.
- c) Ectomorfo: desarrollo muscular y visceral débil. Son sujetos de extremidades largas y delgadas (Medina & Vigilio, 2020).

## **5.9. Concepto del Ecuavoley**

El Ecuavoley es un deporte creado en Ecuador tan o más popular que el fútbol. En este sentido, se menciona que el Ecuavoley es actualmente uno de los deportes más practicados, superando incluso al fútbol, debido a esta popularidad que es considerado un “deporte

tradicional” en el currículo abierto y flexible del Ecuador en el campo de la educación física, aprobado por (Acuerdo Ministerial 0011/2016) del Ministerio de Educación del Ecuador, se incluye en el bloque extracurricular: “práctica deportiva”. Actualmente, cientos de aficionados y jugadores de Ecuavoley se reúnen diariamente en los principales polideportivos y canchas, en este sentido se afirma que a pesar de la importancia del Ecuavoley en esta época, existen muy pocos estudios sobre su historia, de ahí la importancia de investigar sus inicios (Galeano-terán, 2020).

Los procesos migratorios, junto con las características distintivas que tiene el Ecuavoley, han permitido que se acelere el proceso de masificación dentro y fuera del Ecuador, resultando en un gran impacto sociocultural. El primer campeonato internacional de Ecuavoley se llevó a cabo en Madrid, España el 29 de abril de 2007, siendo el sábado el día más ocupado en el campo, reflejando la paridad de género reflejada en la práctica del Ecuavoley desde entonces, el 1,3% del polideportivo ha sido para mujeres y el 58,7% para hombres (Galeano-terán & Chuquin, 2021).

### **5.10. Historia del Ecuavoley**

El Ecuavoley es un deporte de pelota destinado a meter la pelota en la red del adversario, descendiente directo del Pelota Maya, un juego tradicional mexicano que se juega en un campo rectangular con una pelota. En el chaaj, el objetivo es pasar la pelota a través de un círculo ubicado a unos tres metros de altura y en el centro de una madera. juego de pelota de tablonos. La estructura tiene entre 6 y 10 metros de largo, metros de alto y se inclina en un ángulo de 70 a 60 grados desde el suelo (Galeano Terán, 2020).

Particularmente en Ecuador según registros históricos que se explicarán posteriormente el Ecuavoley tienen sus inicios en el siglo XIX, comenzando su práctica en ciudades fronterizas debido a la influencia de deportes extranjeros, afirmaciones que aún no han sido confirmadas, esto como resultado de la escasez de investigaciones sobre el tema. Cabe recalcar, que debido al reducido número de estudios sobre este deporte, ha conllevado a tergiversar su origen, sin embargo este aspecto no le ha restado importancia cultural al Ecuavoley, ya que en su creación lleva la esencia ecuatoriana (Galeano Terán, 2020).

Cada época crea su propio deporte, y en él se refleja la esencia de cada uno. Como mencionó el autor, el carácter distintivo del Ecuavoley se ha reflejado a lo largo de los años en el hecho de que los ecuatorianos lo practican no solo dentro de los límites de su país de origen, sino

también más allá de las fronteras en todo el mundo. Bueno, en cualquier parte del mundo con seis ecuatorianos harían una cancha de Ecuavoley (Galeano Terán, 2020).

### **5.11. Cronología del Ecuavoley**

Según (Secretaría del Deporte, 2015), se encuentra detallada la cronología del Ecuavoley de la siguiente forma:

- En 1938 se expandió a través de la migración y repartos militares, iniciativa del Gral. Antonio Hidalgo.
- En 1943 se inició el deporte barrial, y se organizó una serie de ligas en distintos lugares de la urbe.
- 1944-1957 Las Parroquias la Magdalena, Santa Prisca y los Barrios La Tola, Chimbacalle y San Juan conforman sus propias ligas deportivas barriales.
- En 1949 correspondiente a la realización de la primera olimpiada militar y la fuerza aérea efectuada en el batallón Vencedores.
- En 1957 se fundó la federación de Ligas Deportivas Barriales y Parroquiales del cantón Quito por iniciativa de Don Carlos Castañeda
- 1958 se realizó el “Primer Campeonato de Campeones de Ecuavoley”.
- En 1960-1970 se organizan en Quito campeonatos de fútbol, básquet, Ecuavoley, natación, billar, juegos Inter barriales que incluyen el motociclismo.
- Entre 1965-1975 en la ciudad de Sto. Domingo se inician campeonatos como “La Red de Oro” en el coliseo Zaracay.
- En mayo de 1971 se fundó la Asociación de Clubes y Ligas Barriales de ImbaburaIbarra, al cabo de un mes se inauguró campeonatos de fútbol y Ecuavoley.
- En 1980 el Msc. Jorge Carrera Chinga agrega el prefijo “ecua” a la palabra, otorgándole identidad al vocablo.
- 1989 se reforma la Ley de Educación Física Deportes y Recreación y se incorpora el delegado de FEDENALIGAS al Consejo Nacional de Deportes.
- En 1998 Daniel Cantos entrevista a Henry Soria ecuatoriano residente de Italia y precursor de la primera Federación Mundial de Ecuavoley.
- En 2008 se consolida la Federación Mundial del Ecuavoley a través de su primer campeonato internacional en Génova, donde participaron delegaciones de Inglaterra, España, Suiza e Italia.

- En 2010 se realizó el II campeonato en Europa.

Por mucho tiempo Chimbacalle ha sido considerada como la “Universidad del Ecuavoley”, por lo que jugadores de otros lugares del país acudían a ella para perfeccionarse y porque las apuestas eran simplemente las mejores. No se puede olvidar la existencia de otras canchas en sectores como el Camal, El Ejido, La Alameda y La Carolina, esta última considerada el nuevo lugar donde los voleibolistas se gradúan, pues para jugar ahí se requiere un gran nivel (Secretaría del Deporte, 2015).

### **5.13. Características del Ecuavoley**

La descendencia de honor del Ecuavoley de la pelota maya se practica en el campo diecinueve octavos, es decir se divide en dos campos noveno-iguales, se juega a quince puntos con alteraciones. Una característica fundamental que distingue a este deporte de otros deportes que utilizan el balonmano es que un equipo debe servir dos veces seguidas para ganar puntos. Los llamados "quince" del conjunto pueden terminar en doce o quince puntos según la región. Una de las principales características que llama la atención de los extranjeros es el equipo y la red, el balón es pesado como se practica con fútbol, y la red mide 280 cm. para principiantes y 285 para expertos. El número de jugadores en cada equipo es de tres, sin cambios en los partidos regulares de apuesta y con dos o tres cambios en los campeonatos oficiales (Estévez, 2008).

El balón entra en juego con un saque o batida: gesto técnico realizado por el sacador hacia el campo contrario. Esta jugada tiene su continuidad solo hasta que el balón llega al suelo, sale de la línea de la cancha o un equipo no logra retornarlo de forma correcta. En Ecuavoley, el equipo que gana una jugada anota un punto solamente si se disponía del saque. Cuando el equipo que recibe gana una jugada, obtiene el derecho del saque (Moina, 2021).

La red o net generalmente está colocada a 2,80m del suelo hasta la parte superior del filo de la red, sostenida por dos postes. Condición que es relativamente ya que los jugadores de cada equipo pueden llegar a un acuerdo ya sea subirla o bajarla. En el reglamento del voleibol es permitido que el balón toque la red en el saque, en contraste del Ecuavoley se considere cambio para el equipo adversario, únicamente en la batida (Moina, 2021).

### **5.14. Variantes del Ecuavoley**

Como todo deporte que utiliza máquinas, el Ecuavoley también ha sufrido ajustes, tal como exige la sociedad y quienes lo practican, recordando respetar el equilibrio entre tradición e

innovación. La reorganización del deporte se produjo cuando se cambió el número de jugadores a uno o dos de cada lado, lo que permitió lograr el mismo número de toques, a menudo con pies o cabezas, además del saque. A pesar de pequeños cambios, conserva su esencia y características como la altura de la red de 280-285 cm y la herramienta un balón de fútbol, así como la forma y el material de la red (Galeano-Terán, 2021).

Estas variantes pueden implementarse de forma lúdica y entretenida en las instituciones educativas, introduciendo nuevas formas de enseñanza en la educación física, fomentando la formación integral de niños y niñas, dotar al Ecuavoley de un sentido educativo, como ha sucedido con la mayoría de los deportes desde el mismo comienzos de la humanidad, que fueron consideradas una práctica de supervivencia hasta que comenzaron a contener contenidos educativos, transformaciones conceptuales y diferentes interpretaciones, que han influido en la cultura y la educación en la actualidad (Galeano-Terán, 2021).

### **5.15. Reglas del juego**

- Cada equipo en pista está formado por tres jugadores: colocador (jugador delantero), volador (jugador posterior), servidor (jugador de apoyo).
- La red es más alta y estrecha. Se coloca a una altura de 2,85 m y tiene un ancho de unos 60 cm.
- El campo mantiene las mismas dimensiones de 18 m de largo por 9 m de ancho.
- Se juega con un balón de fútbol Mikasa ft-5.
- Se juegan los partidos a dos sets de 15 puntos o también puede ser de 12 puntos y con opción de un tercero de desempate, siempre que éste confirmado por ambos equipos en el reglamento.
- Se permite mantener la pelota en la mano por menos de un segundo (sostener el balón).
- Cualquiera de los tres jugadores de uno de los equipos, puede iniciar el juego con una "batida", es decir, tomar el balón con una sola mano, lanzarlo ligeramente hacia arriba y luego golpearlo (con la misma mano que se elevó inicialmente) desde abajo hacia arriba con el brazo o mano. A diferencia del Voleibol que se efectúa desde atrás hacia adelante.
- La puntuación se divide en cambios y puntos: los cambios son medios puntos, es decir dos cambios consecutivos en uno de los dos equipos hará un punto.

- El saque (batida) se realiza desde la zona de servicio, generalmente un recuadro dibujado en cada esquina de la cancha, esta acción deberá ser realizada únicamente con las manos; en caso de que el jugador haya levantado el balón al momento de realizar la "batida" se anulará la acción comprometiendo al árbitro a aventajar al equipo contrario con un "cambio".
- El partido lo gana aquel equipo que gané dos tiempos (sets), en caso que ambos equipos hayan logrado ganar un set cada uno se disputará un tercero y último set, cuando uno de los dos equipos participantes alcance 6 puntos en el marcador se dará un cambio de cancha y de esta manera el partido continuará de manera normal.
- De esta manera conocemos de mejor manera como hay que jugar o que debemos aplicar en cada uno de los casos dentro de esta actividad. Cosa que los estudiantes deben también manejar de manera natural dentro de la institución educativa, escrita y práctica (Albán Izurieta & Perdomo Vargas, 2016).

### **5.16. Importancia**

En el Ecuador la práctica del Ecuavoley como deporte con balón, se establece como una actividad físico deportivo que es jugado por dos equipos rivales en un área o cancha de juego, separada por una red, el balón debe superar siempre esta red, para alcanzar puntos positivos. Como una adaptación del voleibol internacional, en el Ecuavoley existen diferentes versiones o adaptaciones disponibles según los casos específicos para ofrecer una variabilidad de juego tanto para los jugadores ecuatorianos o extranjeros que están interesados con la práctica recreativa, competitiva, del Ecuavoley en todo el mundo (Pérez, 2017).

En el Ecuavoley, como punto de partida el balón se pone en juego con un saque desde el fondo de la cancha, este golpe del sacador debe ser realizado por encima de la red hacia el campo contrario. La jugada continúa hasta que el balón toca el suelo, va "fuera" o un equipo no logra enviarlo de regreso correctamente. El equipo que gana una jugada anota un punto solamente si disponía del saque. Cuando el equipo que recibe gana una jugada, obtiene el derecho al saque (Pérez, 2017).

El Ecuavoley es tan adaptable que se lo puede practicar en equipos combinados de mujeres y hombres, sin importar la edad, el peso ni la estatura. Además, en la práctica deportiva se puede considerar que es un aspecto fundamental para mejorar la salud y bienestar de nuestro cuerpo, pero en el mundo globalizado que en la actualidad vivimos, donde las oficinas

sedentarias de trabajo, problemas sociales entre otras cosas, no nos permite fomentar una actividad deportiva en la cual se ejercite el cuerpo (Beltrán, 2015).

Por otro lado, la importancia del Ecuavoley también pasa por un costado económico. Hoy en día la comunidad ecuatoriana no solo se está incorporando a observar los partidos más populares del Ecuavoley en modalidad ganchadores, también apoyan a los deportistas con aplausos, gritos de júbilo e incluso hasta con apuestas de sumas considerables de dinero, otorgándole el premio al mejor trio merecedor del primer lugar en el campeonato (Beltrán, 2015).

### **5.17. Ventajas del Ecuavoley**

Los resultados de estudios organizativos y los relacionados con el deporte, han demostrado que la eficacia colectiva contribuye al rendimiento del equipo. Se ha observado una relación positiva entre la eficacia colectiva y el rendimiento del equipo en estudios tanto experimentales como empíricos en el ámbito del deporte. Los equipos con una mayor percepción de eficacia colectiva consiguen mejores resultados que los equipos con menor eficacia colectiva y movilizan sus esfuerzos y persisten durante más tiempo para aumentar los logros de rendimiento después de experimentar una derrota (Tigselema Granja, 2014).

Por otra parte, está comprobado que en el voleibol el deportista gana agilidad, ya que tiene que ser rápido y con capacidad de desplazamiento para alcanzar a topar el balón y dar un pase sin que caiga, de la misma manera sucede en el Ecuavoley a diferencia que exige al deportista más fuerza ya que el balón es más grande y pesado, al ser un deporte en equipo requiere de compañerismo, es decir, que trabajen cooperativamente, entre los acompañantes, dirigidos por un líder dentro de la cancha que demuestre optimismo, entusiasmo y astucia para indicar la jugada próxima a realizarse en el saque o batida (Tigselema Granja, 2014).

### **5.18. Desventajas**

El mecanismo de juego del Ecuavoley es conocido por su trio de compañeros en la cancha, el puesto de cada jugador y sus movimientos en cada jugada, pero existe cierto desnivel cuando se integra a un deportista novato, esto es una desventaja para el equipo, ya que se conocen cada uno como se mueven dentro de la cancha, saben cuáles son sus habilidades y debilidades, la comunicación de miradas, en contraste del novato le tomaría un poco de tiempo adaptarse al ritmo del juego. Del mismo modo, existen factores que no están permitidos durante la competición en la que se producen comportamientos inadecuados, es decir, una

conducta antideportiva, ya sea de algún miembro del equipo frente a la autoridad, oponentes, compañeros, o espectadores (Guaygua, 2013).

En ocasiones, conductas agresivas y antideportivas conllevan la necesidad de su intervención para abordar y mejorar la deportividad y reducir las conductas más graves identificadas en el deporte de competición. Dentro del reglamento oficial del Ecuavoley el Ministerio del Deporte se categorizan las sanciones en una escala dependiendo de la gravedad de la falta la sanción puede ser castigo, expulsión o descalificación. El árbitro es la máxima autoridad en un partido de Ecuavoley, por lo tanto tiene la potestad de amonestar al deportista que comete una acción antideportiva (Guaygua, 2013).

### **5.19. Características del interaprendizaje del Ecuavoley**

Se presenta las siguientes características del interaprendizaje del Ecuavoley:

#### **5.20. La cancha**

La cancha se encuentra dividida en 2 cuadrados de 9x9 metros, separados cada uno por una cuerda, una línea recta simple o una longitud de 5 cm. de ancho que se extiende por todo el perímetro que delimita el territorio válido para el juego y puede ser de tierra, arena, hierba, cemento, asfalto o cualquier superficie más o menos plana y no excesivamente rugosa o lisa para evitar atascos y resbalones (Unda, 2012).

#### **5.21. Los jugadores**

Se establece que cada equipo está formado por solo tres personas: un goleador, un camarero y un centrocampista, cada uno con una función específica; sin embargo, temporalmente uno o todos pueden tomar el lugar del otro siempre que la pelota no caiga. Luego, para comenzar de nuevo el juego, volverán a la posición original (Unda, 2012).

En cada estrategia, estos 3 jugadores tienen que moverse más rápido para cubrir el campo válido, en el caso del voleibol de 6 jugadores. El balón se puede devolver en 1, 2 o 3 toques que no puede repetir el mismo jugador y cualquiera puede atacar desde cualquier posición (Unda, 2012).

#### **5.22. La red**

La red o malla normalmente se coloca sobre dos postes separados de un metro de circunferencia en la parte central y 2,80 metros de altura desde el borde superior hasta el suelo. Esta condición es solo relativa, ya que el propio jugador puede decidir subirla o bajarla. Se puede tocar excepto sobre el palo y los jugadores nunca (Unda, 2012).



### **5.23. La pelota**

La pelota usada es la número cinco como en el fútbol, pero puede servir cualquiera similar o compacta como una de trapo o cuero pero más pequeña (Unda, 2012).

### **5.24. Interacción dinámica del interaprendizaje**

La interacción dinámica y la importancia compartida de un tutor con un estudiante o un grupo de estudiantes activan una relación de intercambio existencial. La interacción entre pares, en un sentido pedagógico, favorece las relaciones óptimas de los estudiantes entre sí, dando lugar a: Asociaciones comunes, participación constante, ayuda permanente, demostración de competencia máxima, autonomía personal, corresponsabilidad, cooperación creativa y participativa, comunicación genuina, y apoyo solidario (Unda, 2012).

### **5.25. Metodología de enseñanza del Ecuavoley**

Respecto al papel del profesor, en función de la manera de enseñar que tenga utilizará una u otra metodología, se resumen las técnicas y los estilos de enseñanza que podemos utilizar en educación física dependiendo de la actividad a trabajar (Unda, 2012).

### **5.26. Técnica de enseñanza**

Se estima que cada profesor tiene su manera de enseñar, aunque debemos plantearnos cómo queremos que aprendan nuestros alumnos para favorecer que sea un aprendizaje constructivo. Se debe reconocer que la técnica de enseñanza abarca la forma correcta de actuar el profesor, de forma de dar la información inicial, la forma de ofrecer conocimiento de resultados o cómo mantiene la motivación de los alumnos. Las modalidades de técnica de enseñanza que se puede encontrar son instrucción directa e indagación. Cada una tiene unas características propias y unas ventajas e inconvenientes, aunque es cierto que la técnica de indagación favorece un aprendizaje más estable y duradero en función de las actividades que se planteen (Albán Izurieta & Perdomo Vargas, 2016).

### **5.27. Estilos de enseñanza**

Los estilos de enseñanza más usados son la asignación de tareas, el descubrimiento guiado y en ocasiones la modificación del mando directo. Cabe destacar que cuando se trate de transmitir los principios tácticos se tenderá a utilizar un descubrimiento guiado. Para explicar cada uno de los ejercicios y para mostrar la correcta ejecución de la técnica; por lo tanto esta manera de organizar y la asignación de tareas van a permitir un mayor aprovechamiento del tiempo (Albán Izurieta & Perdomo Vargas, 2016).

El descubrimiento guiado permitirá una mejor asimilación y aprendizaje de la táctica, además de una mayor implicación cognitiva del alumnado; guiar a los estudiantes es esencial para comprender la ejecución de los ejercicios, sobre todo para una adecuada asimilación de ejercicios, por ende, se organizan las tareas para que incluso practiquen en su hogar diferente clase de deportes en base a sus necesidades y que sean sencillos para los educandos (Albán Izurieta & Perdomo Vargas, 2016).

## **5.28. Comunicación Feed Back**

El feed back tiene las siguientes características:

- Será de manera individual o grupal dependiendo del ejercicio que se esté realizando.
- Se dará mientras se realiza la acción o ejercicio (feed-back concurrente) y justo al finalizar la acción o ejercicio (feed-back Terminal).

El feed back consiste en la retroalimentación de conocimientos específicamente de ejercicios que fortalezcan el proceso enseñanza aprendizaje, para que el docente pueda corregirlos de manera oportuna y pueden realizar las siguientes actividades en clase, y establecer el nivel de aprendizaje (Galeano-Terán, 2021).

## **5.29. Canales a utilizar**

- Canal Visual: Demostración, medios visuales auxiliares.
- Canal Auditivo: Descripción, explicación.
- Tecnología de la información y la comunicación: De facilitarán páginas web de internet para la consulta de información relativa (Galeano-Terán, 2021).

## **5.30. Fundamentos del Ecuavoley**

### **5.30.1. Definición de fundamentos**

Estos son los principios básicos de un deporte desde el punto de vista técnico, las actividades locomotoras específicas de un deporte, en Ecuavoley los fundamentos se clasifican en dos, los ofensivos son esos aspectos, los filos nos ayudarán a construir la postura ofensiva en el juego y la defensa que incluyen defender los ataques del equipo contrario con control del balón (Lopez, 2016).

### **5.30.2. Fundamentos ofensivos**

El juego ofensivo empieza, desde la recepción, continua con el pase y el ataque, además, señala que la recepción se constituye en el pase de antebrazos que sirve para recepcionar la

pelota sobre los antebrazos. En el Ecuavoley esta acción por lo general es aplicada por cualquiera de los tres jugadores, dependiendo de la jugada, en especial el volador es quien recepta la batida y continua el servidor con un pase de servicio para el colocador (Lopez, 2016).

### **5.30.3. El saque**

Es el fundamento técnico que más evolución ha transcurrido en el Ecuavoley, conocido también como batida, desde el punto de vista de la fuerza como el direccionamiento del balón. Inicialmente en esta práctica deportiva su propósito era poner en juego el balón, sin embargo, poco a poco fue transformándose en una arma fundamental de ataque al intentar anotar uno o dos puntos directos o al entorpecer la jugada del equipo adversario como un aspecto técnico primordial en el Ecuavoley el saque o batida tiene que realizarse con la misma mano que ejecuta la elevación del balón, el balón debe rebotar del antebrazo o muñeca dependiendo de la comodidad del deportista, el balón tiene que pasar por encima de la red, sin tocarla, para enviarla a la zona más débil del adversario (Landeta, 2013).

### **5.30.4. Remate**

El remate también conocido como ataque, es el fundamento técnico más complejo y difícil de aprender, pero no imposible, ya que es el elemento más implicado en la parte ofensiva del equipo, cuyo fin último es acertar con fuerza o sofisticación superando la altura, desde la red y proporcionar dirección a la pelota para dificultar que el oponente reciba la pelota y así contraatacar en su próxima jugada. Esta técnica consiste en que el jugador salte, eventualmente enviando el balón de forma explosiva al campo contrario, buscando malas posiciones defensivas, o contra los propios jugadores contrarios en condiciones de velocidad o dirección tales que no pueden controlar y la pelota sale. Cabe señalar que para realizar esta técnica se deben realizar las etapas del ataque como son moverse, despegar, disparar y caer, ya que estas etapas determinan la verdad entre cuerpo y mente, permitiendo al atleta más tiempo para tomar decisiones y una fina coordinación mano-ojo para noquear a los oponentes, con un golpe explosivo o simplemente con un toque delicado de los dedos (Pereira, 2021).

### **5.30.5. Fundamentos defensivos**

Uno de los más variados fundamentos en su técnica. Al consultar el directorio de voleibol, encontramos que la defensa se realiza usando la mano emparejada con la parte superior de

la mano, la articulación de la muñeca, el nivel de una mano, la plancha o moviéndose cuando se deja caer en el calcetín, todas las variaciones (Pereira, 2021).

#### **5.30.6. Recepción**

Uno de los fundamentos técnicos más utilizados entre los jugadores, como es el saque y la puesta a punto en el juego, una vez dominados por completo estos fundamentos, el deportista podrá continuar aprendiendo el proceso de los fundamentos tácticos en el Ecuavoley. Este fundamento técnico, solo ha tenido una contundente variación en la historia del voleibol, y fue que hasta los primeros años de la década de 1960, la recepción se hacía con golpe por arriba, a dos manos, pero al introducirse los saques fuertes y flotantes, los asiáticos, introducen el golpe por abajo a dos manos, juntas en la recepción. Es el gesto más utilizado en el juego de voleibol, en el que se utilizan los antebrazos juntos, para golpear el balón por debajo de éste; en general se utiliza cada que el balón se encuentra por abajo del nivel de los hombros (Guaygua, 2013).

Lo primordial en una buena recepción es la correcta posición de recepción de la batida, donde el deportista es obligado a ser totalmente capaz de adoptar una correcta posición para no tener inconvenientes en los cambios de dirección al realizar un desplazamiento. La utilización del pase de antebrazos ofrece al jugador en primer lugar, mayor seguridad cuando la velocidad del balón es elevada y en segunda instancia proporciona una mayor ocupación del espacio con un desplazamiento mucho menor (Guaygua, 2013).

#### **5.30.7. Servicio o pase**

Un servicio es el segundo toque de mano o brazo después del servicio. Esta base técnica desde el punto de vista estructural no cambia con el tiempo, aunque los buenos anfitriones con un alto nivel técnico avanzan con la zurda o la derecha en paralelo con el toque continuo. Esta función del servidor es muy apreciada por los jugadores de Ecuavoley porque al avanzar cualquiera de los pies cuando se va a realizar el servicio asegura un óptimo toque de los dedos, pone el servicio en buenas condiciones para que el segundo jugador (colocador) haga tres toques finales sencillos (Guaygua, 2013).

#### **5.30.8. Técnica y táctica**

En el sentido del juego del Ecuavoley, el saque o batida es el gesto deportivo por el cual se da inicio al partido, esta acción está a cargo del trio de participantes, que haya ganado el sorteo de la moneda lanzada por el juez, previo a la competencia. Para proceder con el saque, el deportista tiene que estar ubicado atrás de la línea final en una de las esquinas de la cancha,

el propósito de la batida consiste elevar el balón con una sola mano y golpear para enviarla al campo rival sin tener. Este gesto inicial es una ventaja para el equipo. (Pereira, 2021).

Un punto se obtiene cuando: a) el contrincante no logra parar el saque; b) cuando no logra retornar la pelota por sobre la red; c) cuando la envía fuera de la cancha; d) cuando realiza una jugada no permitida por el reglamento, como hacer más de tres toques, pisar la línea divisoria que divide al campo por la mitad, entre otras. En cualquier caso, para anotar un punto el equipo tiene que estar en posesión del saque. De lo contrario, sólo obtiene un cambio. La dinámica del partido consiste básicamente en un intercambio de la pelota con diversos niveles de habilidad y fuerza. El objetivo es colocarla en el campo contrario o por lo menos obligar a fallar al rival pero éste tiene la misma intención (Guaygua, 2013).

#### **5.30.9. El colocador**

Es una pieza básica en la fase de ataque, encargada de colocar el balón en el campo contrario, se le denomina "hooker" o "putter" según su capacidad física (fuerte y explosiva), musculación (alto y delgado). Por lo general, se le considera el líder del equipo, el que marca la estrategia junto a sus compañeros (Pereira, 2021).

#### **5.30.10. El servidor**

Representa la figura ofensiva, es el elemento creativo del equipo, su responsabilidad se enmarca en elevar el balón desde cualquier punto de la cancha hacia la altura adecuada del colocador, para que éste pueda ejecutar una jugada agresiva. En ocasiones el servidor ocupa el lugar de colocador cuando se requiere de su oportunismo para aprovechar un descuido del rival (Pereira, 2021).

#### **5.30.11. El volador**

Se considera elemento defensivo, en la mayor parte del tiempo es el personaje responsable de receptor el saque del adversario y levantar la pelota con perfecto dominio al servidor. Es el jugador que brinda seguridad desde la acción inicial del toque de recepción del balón, igualmente esta acción permite que el colocador tenga la disponibilidad de desplazarse libremente por el resto de la cancha, considerando que las otras zonas están cubiertas. En ocasiones el volador puede ocupar el puesto del colocador, cuando éste ha quedado en mala posición (Beltrán, 2015).

#### **5.30.12. Estrategias**

Un concepto aceptable es que Ecuavoley significa que un jugador ecuatoriano golpea, golpea, dirige, sirve o vuela con sus manos desnudas, puños o antebrazos, desde cualquier

esquina de la cancha en la red sin tocarla, apunta al lado opuesto, intentando así. que puede caer al suelo sobre la superficie legal sin ser tocado o sobre la superficie libre de la cancha tocada por un oponente. Este puede hacer rebotar la pelota con hasta tres toques y así sucesivamente hasta que se caiga (Tigselema Granja, 2014).

El estilo del llamado ball dropper es golpear la pelota con un slap o un puñetazo para que caiga por la fuerza del impacto. Es un juego bastante intenso y, a veces, una patada es casi como un tiro libre en el fútbol. En nuestro medio, este estilo no es muy popular, pero tiene sus adeptos, y es similar al voleibol en forma de clavos. Si se juega correctamente, el juego se vuelve atractivo para los aficionados, ya que consiste en colocar o enviar el balón al campo contrario con un toque delicado. Esto se logra acariciando la pelota casi acariciando y con una mano cambiando hábilmente su trayectoria, engañando al oponente y derribándolo (Tigselema Granja, 2014).

Existen tres jugadas básicas, pero hay variantes de estas y pueden ser muchas.

*a) Jugada puesto:* Consiste en defender cada jugador su puesto, es decir, el colocador cubre el cincuenta por ciento de la cancha, en tanto el servidor se divide el otro cincuenta por ciento con el volador.

*b) Jugada adentro:* El colocador se desplaza a defender todo el borde situado cerca de la línea central de la cancha, mientras que el volador se desliza a cubrir la esquina del colocador y por último el servidor corre en reversa tratando de defender la esquiopuesta al colocador.

*c) Jugada tres en raya:* Radica en la ubicación de puestos, formando una línea horizontal en la mitad del campo de juego, este jugada se vuelve interesante cuando un deportista logra recibir el gancho con un solo toque, poniendo a prueba sus reflejos, ya que el objetivo de esta jugada se basa en la capacidad de recibir el ataque del adversario (Tigselema Granja, 2014).

### **5.30.13. Los apodos**

Los apodos son como las máscaras, sirven para ocultar, pero también para revelar. Hay apodos de lo más comunes: «Chivo», «Látigo», «Cadáver»; también los hay con cierta alcurnia deportiva: «Lapentti», «Beckenbauer», «Platiní»; algunos celebran las ventajas físicas: «Misil», «Kfir», «Tanque»; otros son artísticos: «Dicaprio», «Chuck Norris», «Pavarotti» (Tigselema Granja, 2014).

#### **5.30.14. La recepción en el Ecuavoley**

La recepción es una de las técnicas básicas que se debe enseñar porque es la base de las técnicas defensivas, es decir, cuando el oponente ataca, el compañero debe estar listo para recibir, para esto el maestro habilidoso debe liderar, ajustar los ejercicios para mejorar. esta base técnica (Buitrón Fuentes, 2017).

#### **5.30.15. Clasificación de la recepción**

##### *5.30.15.1. Recepción alta*

Este es el tipo de recepción que se caracteriza por el toque de dedos, a pesar de la poca frecuencia de su ejecución, es necesaria la enseñanza a través de la demostración de un instructor, debido a que una mala realización puede considerarse como un error y se otorgaría el cambio para adversario, o a su vez puede llegar a ocasionar una dislocación de falanges. Su posición de dedos es similar a la del servicio en el Ecuavoley, su diferencia radica en la aplicación de fuerza, para direccionar el balón a la posición del servidor (Landeta, 2013).

##### *5.30.15.2. Recepción media*

Posición de las piernas y pies: las piernas se flexionan formando un ángulo entre la pierna y el muslo de aproximadamente 100-120°, por lo que los pies se separan más o menos a la anchura de los hombros y el centro de gravedad se mantiene bajo; el jugador, con el fin de vencer la inercia y así lograr el control del centro de gravedad, del cuerpo y de la pelota, no contacta con el suelo los talones y en esta posición balancea los pies levantándolos alternativamente (Landeta, 2013).

##### *5.30.15.3. Recepción baja*

Es ejecutada cuando existe el contacto directo con el balón, por lo general se adopta cuando el jugador recibe un balón que procede de un gancho, el jugador se encuentra en posición defensiva con flexión notable de rodillas y es obligado a realizar un desplazamiento de manera explosiva para tener contacto con el balón (Landeta, 2013).

##### *5.30.15.4. Recepción con una sola mano*

La posición ideal es con los brazos doblados hacia abajo. El tronco, sostenido por los brazos, realiza un movimiento hacia abajo desde el frente. Intentaremos que las caderas no vayan demasiado atrás, lo que dificultará el movimiento y provocará un tiro impreciso. El movimiento del brazo al tocar el balón es corto, el hombro actúa como amortiguador. Los jugadores se acuestan en una posición básica, alta o media, con las rodillas y los tobillos extendidos. Eleva los brazos cuidando de no separar ni juntar demasiado los codos y

mantiene las manos arqueadas, con los dedos semiflexionados hacia arriba, y colocando una casi en frente de la otra. Una vez alcanzada la plena extensión del cuerpo, el balón se golpea con las dos primeras falanges de los dedos de ambas manos a una altura superior a la frente del jugador. Hay que poner especial interés en la firmeza de los dedos justo en el momento del toque, no debiendo hacerlo antes o después. El balón se toca en todos los casos de una forma frontal y adelante, evitando movimientos antinaturales como el poner los codos demasiado abiertos o cerrados y tocar el balón con las manos excesivamente planas (Landeta, 2013).



## CAPITULO III

### VI. METODOLOGÍA

#### 6.1. Diseño

Esta investigación es mixta ya que posee un diseño propositivo y correlacional, entre las variables de tipo cualitativo cuantitativo.

#### 6.2. Tipo de Investigación.

El tipo de investigación es cuasi-experimental, debido a que se recopilara datos cualitativos y cuantitativos a través de la observación y manipulación de las variables, ya que esta investigación es de corte Transversal debido a que su duración es de 3 meses.

#### 7.3. Población.

Para el presente proyecto de investigación se tomó como población a 52 jóvenes estudiantes de primero de bachillerato Construcciones Metálicas de la Unidad Educativa Licto.

#### 8.4. Muestra

Para la muestra se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia teniendo un total de 26 jóvenes estudiantes de primero bachillerato Construcciones Metálicas de la Unidad Educativa Licto.

**Tabla 1**

*Tabla del tamaño de la muestra de estudio*

	Mujer	Hombre	Total
<b>Porcentaje</b>	0	100	26
<b>Total de Alumnos</b>	0	26	26

**Elaborado por:** José Chuqui y Jhon Quishpe

#### 9.5. Criterios De Selección

Los criterios de selección para determinar la muestra serán:

- Estudiantes.
- De primero Construcciones Metálicas.

## 9.6. Variables

### 9.6.1. Variable Independiente

- Coordinación óculo-manual

### 9.6.2. Variable dependiente

- Recepción del Ecuavoley

## 9.7. Técnicas e instrumento de investigación

Para evaluar el nivel de coordinación óculo-manual se usó un test llamado Lanzamiento a Diana el cual consiste en lanzar una pelota de ritmo a una diana situada a 6 m. de distancia con la mano hábil y recogerla a su regreso con las dos manos durante un minuto, anotando las dianas correspondientes.

En donde se evaluará según las dianas ejecutadas.

**Tabla 2**

*Tabla de valoración de baremo de la prueba de Lanzamiento Diana*

Tabla de valoración				
Ponderación	Hombres		Mujeres	
4	Muy Bueno	15-20	Muy Bueno	12-16
3	Bueno	10-15	Bueno	8-12
2	Regular	5-10	Regular	4-8
1	Irregular	0-5	Irregular	0-4

**Elaborado por:** José Chuqui y Jhon Quishpe

Como instrumento se utilizó una ficha de observación para el fundamento defensivo de recepción alta, media y baja. Por cada tipo de recepción se evalúa distintos aspectos como son posición al momento de devolver el balón dirección que envían etc.

**Tabla 3**

*Tabla de valoración cuantitativa y cualitativa*

Valoración								
Cuantitativa	4		3		2		1	
Cualitativa	MB	%	B	%	R	%	I	%

**Elaborado por:** José Chuqui y Jhon Quishpe

## **9.8. Análisis de datos**

Se utilizó el programa Excel 365 en donde se creó la base de datos, y el programa SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) el cual es un programa de análisis estadísticos con el que se llevó a cabo el procesamiento de datos, con el uso de la comparación de las medias de tendencia de los datos obtenidos en el test y la ficha, en contraste con el coeficiente de Pearson.

## CAPITULO IV

### VII. RESULTADOS

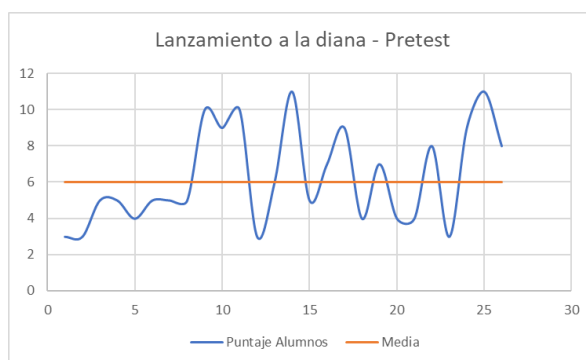
#### 7.1. Resultados de la prueba (Pre-test y Post-test)

*Tabla 4*

*Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Test vs Post-Test del lanzamiento a la Diana*

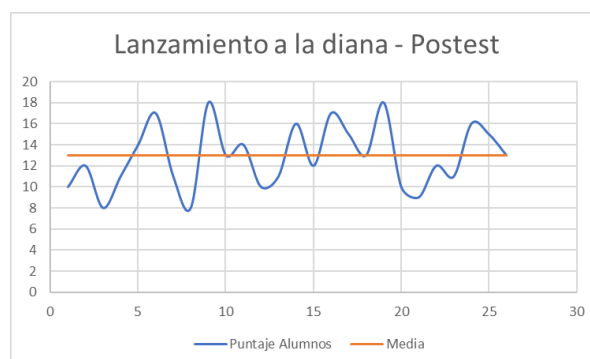
	PRE-TEST	POST-TEST
<b>MEDIA</b>	6	13
<b>Varianza</b>	7,004615385	8,855384615
<b>Desviación</b>	2,646623393	2,975799828
<b>Coefficiente de Variación</b>	0,422160787	0,231649088

**Fuente:** Datos procesados en SPSSv.26  
**Elaborado por:** José Chuqui y Jhon Quishpe



**Gráfico 1:** Lanzamiento a la Diana Pre-test

*Elaborado por:* José Chuqui y Jhon Quishpe



**Gráfico 2:** Lanzamiento a la Diana Post-test

*Elaborado por:* José Chuqui y Jhon Quishpe

## Análisis General del Test

Dentro de los parámetros evaluados entre el test en la etapa Pre tenemos que los valores sobre una actividad evaluada si influyen significativamente de manera individual y por actividad, sin discriminar el género ya que en la muestra todos son hombres en la que se tuvo puntuaciones bajas antes de la inducción siendo un 2% de los 26 alumnos que alcanzaron un desempeño Bueno, siendo que 54% obtuvo un desempeño irregular, por lo tanto luego de aplicar dicha inducción tenemos que 42.3% de los alumnos evaluados ha tenido una mejora en el desempeño de las actividades siendo este considerado como bueno, mientras que un 33% de los alumnos se mantiene en un promedio general lo que hace que su desempeño se encuentre Regular y tan solo un 24,7% alcanzo una puntuación correspondiente a Muy Bueno.

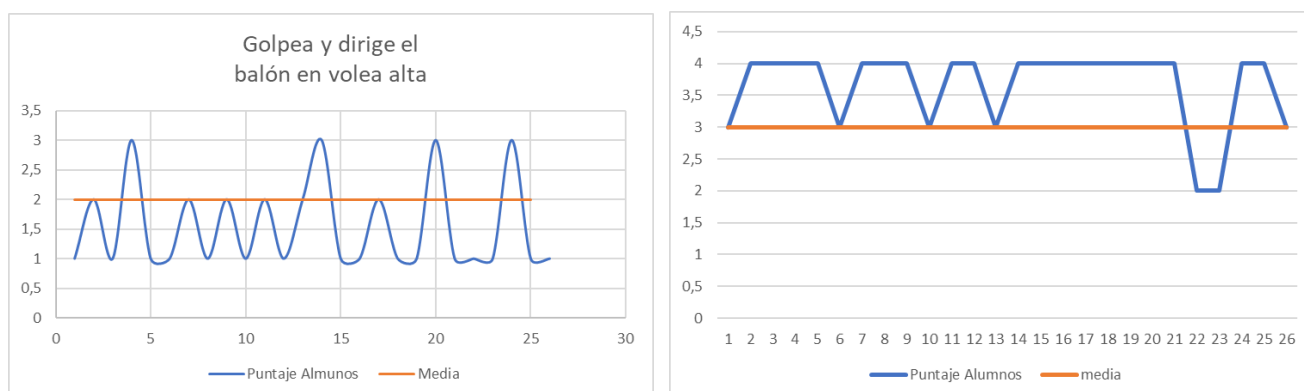
### 7.2. Resultados de la evaluación de la Ficha Pre y Post.

**Tabla 5**

*Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Ficha vs Post-Ficha del golpe y dirección del balón en volea alta (Recepción Alta)*

	PRE-FICHA	Post-Ficha
<b>MEDIA</b>		3
<b>Varianza</b>	0,346153846	0,3
<b>Desviación</b>	0,588348405	0,6
<b>Coefficiente de Variación</b>	0,188852575	0,2

**Fuente:** Datos procesados en SPSSv.26  
**Elaborado por:** José Chuqui y Jhon Quishpe



**Gráfico 3:** Evaluación de golpe y dirección del balón

**Elaborado por:** José Chuqui y Jhon Quishpe

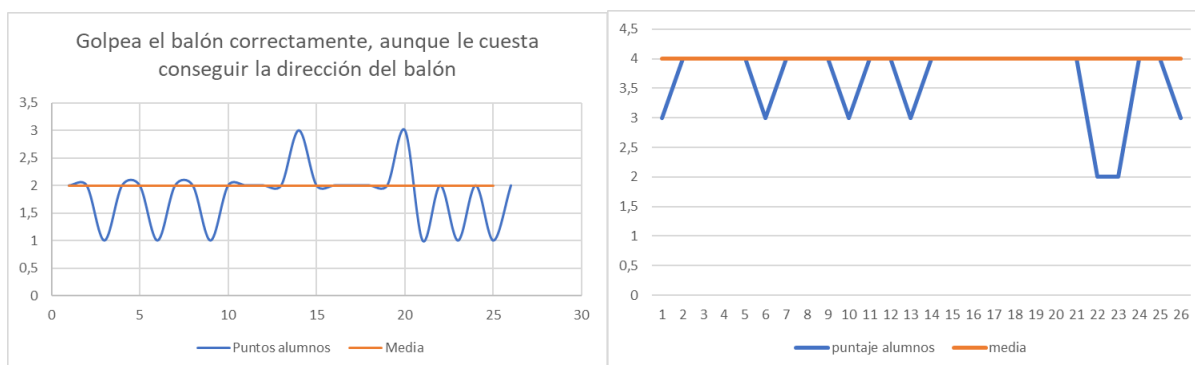
En el primer parámetro de la ficha en la que se evalúa como se golpea y dirige el balón en volea alta, los alumnos en la pre-ficha muy pocos alcanzaron un valor cercano a 3 que se considera bueno en promedio todos mantienen un puntaje de 2 lo que indica que no poseen conocimientos previos, ya que al realizar el mismo ejercicio luego de la ejecución vemos que el 75% de los evaluados supera la media de asertividad favorable en este caso puntuando como muy bueno.

**Tabla 6**

*Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Ficha vs Post-Ficha del golpe correcto del balón, aunque le cueste conseguir la dirección (Recepción alta)*

	PRE-FICHA	Post-FICHA
<b>MEDIA</b>	4	4
<b>Varianza</b>	0,246153846	0,4
<b>Desviación</b>	0,496138938	0,6
<b>Coefficiente de Variación</b>	0,137229919	0,2

**Fuente:** Datos procesados en SPSSv.26  
**Elaborado por:** José Chuqui y Jhon Quishpe



**Gráfico 4:** Evaluación de golpe del balón y dificultad en la dirección

**Elaborado por:** José Chuqui y Jhon Quishpe

En este parámetro en la que se evalúa como golpea el balón correctamente, aunque le cuesta conseguir la dirección del balón, los alumnos en la pre-ficha casi nadie alcanzó un valor cercano a 3 que se considera bueno en promedio todos mantienen un puntaje de 2 lo que indica que no poseen conocimientos previos, ya que al realizar el mismo ejercicio luego de la ejecución vemos que el 75% de los evaluados alcanzó un puntaje de 4 siendo la media de asertividad favorable en este caso puntuando como muy bueno.

**Tabla 7**

*Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Ficha vs Post-Ficha de la colocación adecuada de manos sin flexión de codos (Recepción Alta)*

	<b>PRE-FICHA</b>	<b>Post-FICHA</b>
<b>MEDIA</b>	1	4
<b>Varianza</b>	0,264615385	0,2
<b>Desviación</b>	0,5144078	0,5
<b>Coefficiente de Variación</b>	0,417956337	0,1

**Fuente:** Datos procesados en SPSSv.26  
**Elaborado por:** José Chuqui y Jhon Quishpe



**Gráfico 5:** Colocación adecuada de manos, sin flexión de codos

**Elaborado por:** José Chuqui y Jhon Quishpe

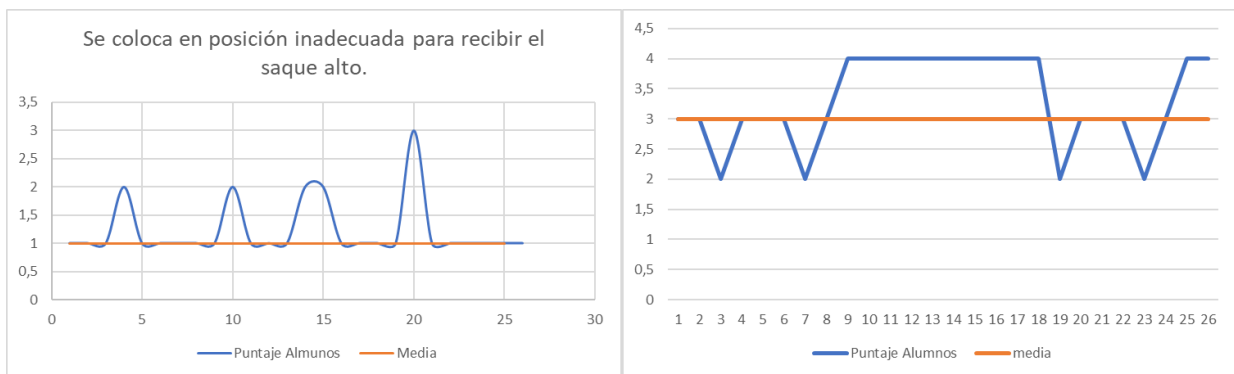
En tercer parámetro en el que se evalúa si el alumno coloca las manos en posición adecuada sin flexión de codos, los alumnos en la pre-ficha casi nadie alcanzo un valor cercano a 3 que se considera bueno en promedio todos mantienen un puntaje de 2 lo que indica que no poseen conocimientos previos, ya que al realizar el mismo ejercicio luego de la ejecución vemos que el 25% de los evaluados alcanza un puntaje de 4 siendo la media de asertividad favorable en este caso puntuando como muy bueno; sin embargo un 55% se encuentra en el nivel considerado como bueno.

**Tabla 8**

*Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Ficha vs Post-Ficha de la posición inadecuada para recibir el saque alto (Recepción Alta)*

PRE-FICHA	Post-FICHA	
<b>MEDIA</b>	1	3
<b>Varianza</b>	0,418461538	0,5
<b>Desviación</b>	0,646886032	0,7
<b>Coefficiente de Variación</b>	0,442606232	0,2

**Fuente:** Datos procesados en SPSSv.26  
**Elaborado por:** José Chuqui y Jhon Quishpe



**Gráfico 6:** Posición inadecuada para recibir el saque alto

*Elaborado por:* José Chuqui y Jhon Quishpe

En este parámetro se evalúa si el alumno se coloca en posición inadecuada para recibir el saque alto, los alumnos en la pre-ficha casi nadie alcanzo un valor cercano a 3 que se considera bueno en promedio todos mantienen un puntaje de 2 lo que indica que no poseen conocimientos previos, ya que al realizar el mismo ejercicio luego de la ejecución vemos que el 27% de los evaluados alcanza un puntaje de 4 siendo la media de asertividad favorable en este caso puntuando como muy bueno; sin embargo un 67% se encuentra en el nivel considerado como bueno

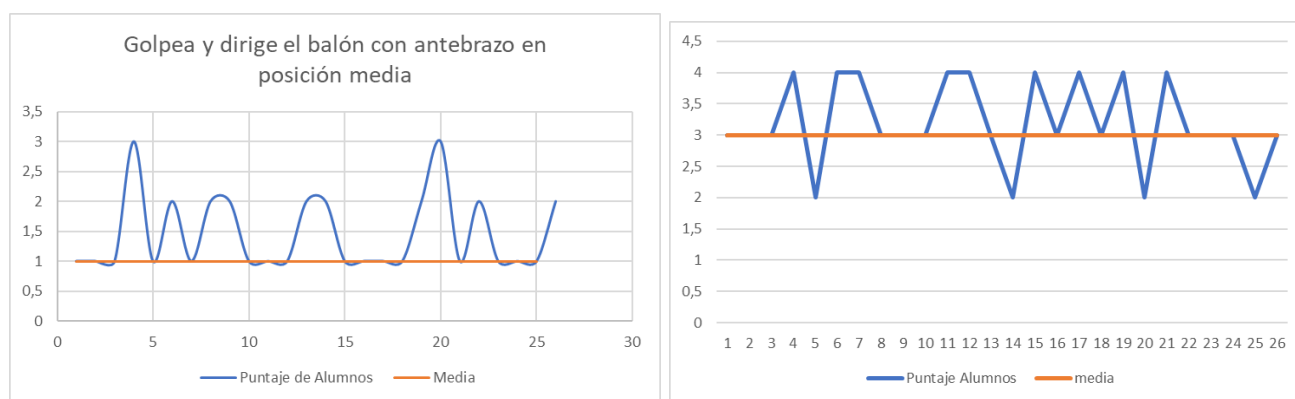


**Tabla 9**

*Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Ficha vs Post-Ficha del golpe y dirección del balón con antebrazo en posición media (Recepción Media)*

<b>PRE-FICHA</b>	<b>Post-FICHA</b>	
<b>MEDIA</b>	1	3
<b>Varianza</b>	0,253846154	0,5
<b>Desviación</b>	0,503831474	0,7
<b>Coefficiente de Variación</b>	0,354043738	0,2

**Fuente:** Datos procesados en SPSSv.26  
**Elaborado por:** José Chuqui y Jhon Quishpe



**Gráfico 7:** Golpea y dirección del balón con antebrazo en posición media

**Elaborado por:** José Chuqui y Jhon Quishpe

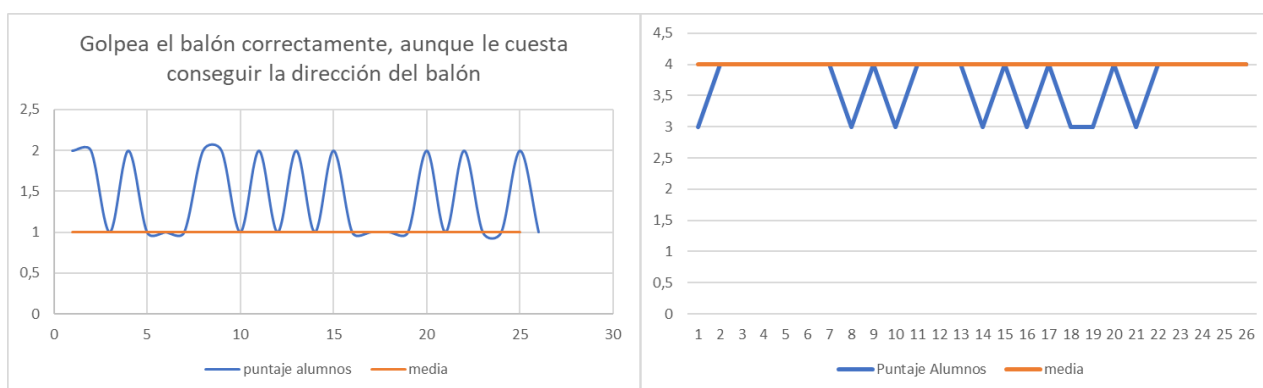
En este parámetro se evalúa si el alumno golpea y dirige el balón con antebrazo en posición media, los alumnos en la pre-ficha casi nadie alcanzo un valor cercano a 4 que se considera bueno en promedio todos mantienen un puntaje de regular e irregular lo que indica que no poseen conocimientos previos, ya que al realizar el mismo ejercicio luego de la ejecución vemos que el 37% de los evaluados alcanza un puntaje de 4 siendo la media de asertividad favorable en este caso puntuando como muy bueno; sin embargo un 67% se encuentra en el nivel considerado como bueno.

**Tabla 10**

*Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Ficha vs Post-Ficha del golpe correcto del balón, aunque le cueste conseguir la dirección (Recepción Media)*

	<b>PRE-FICHA</b>	<b>Post-FICHA</b>
<b>MEDIA</b>	1	4
<b>Varianza</b>	0,204615385	0,2
<b>Desviación</b>	0,452344321	0,5
<b>Coefficiente de Variación</b>	0,356392495	0,1

**Fuente:** Datos procesados en SPSSv.26  
**Elaborado por:** José Chuqui y Jhon Quishpe



**Gráfico 8:** Golpe correcto del balón y dificultad en la dirección

**Elaborado por:** José Chuqui y Jhon Quishpe

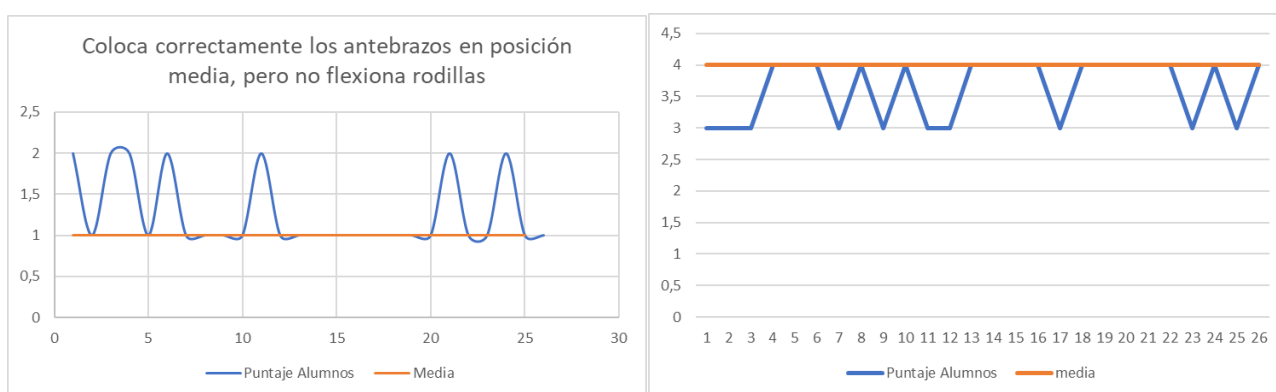
En este parámetro se observa si el alumno golpea el balón correctamente, aunque le cuesta conseguir la dirección del balón, los alumnos en la pre-ficha casi nadie alcanzo un valor cercano a 3, ya que en promedio todos mantienen un puntaje de regular e irregular lo que indica que no poseen conocimientos previos, ya que al realizar el mismo ejercicio luego de la ejecución vemos que el 78% de los evaluados alcanza un puntaje de 4 siendo la media de asertividad favorable en este caso puntuando como muy bueno; sin embargo un 32% se encuentra en el nivel considerado como bueno.

**Tabla 11**

*Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Ficha vs Post-Ficha de la colocación correcta de los antebrazos, pero no flexiona rodillas (Recepción Media)*

	<b>PRE-FICHA</b>	<b>POST-FICHA</b>
<b>MEDIA</b>	1	4
<b>Varianza</b>	0,184615385	0,2
<b>Desviación</b>	0,429668924	0,5
<b>Coefficiente de Variación</b>	0,349106001	0,1

**Fuente:** Datos procesados en SPSSv.26  
**Elaborado por:** José Chuqui y Jhon Quishpe



**Gráfico 9:** Colocación correcta de antebrazos, pero sin flexión de rodillas

**Elaborado por:** José Chuqui y Jhon Quishpe

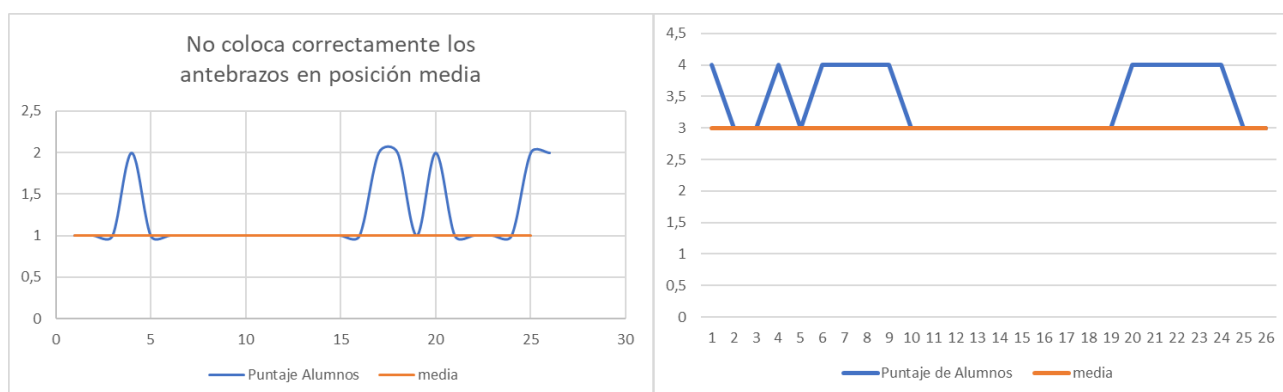
En este parámetro se observa si el alumno coloca correctamente los antebrazos en posición media, pero no flexiona rodillas, los alumnos en la pre-ficha casi nadie alcanzo un valor cercano a 4 que se considera bueno en promedio todos mantienen un puntaje de regular e irregular lo que indica que no poseen conocimientos previos, ya que al realizar el mismo ejercicio luego de la ejecución vemos que el 87% de los evaluados alcanza un puntaje de 4 siendo la media de asertividad favorable en este caso puntuando como muy bueno; sin embargo un 13% se encuentra en el nivel considerado como bueno.

**Tabla 12**

*Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Ficha vs Post-Ficha de la colocación incorrecta de los antebrazos (Recepción Media)*

PRE-TEST	POST- FICHA	
<b>MEDIA</b>	1	3
<b>Varianza</b>	0,493846154	0,3
<b>Desviación</b>	0,702741883	0,5
<b>Coefficiente de Variación</b>	0,49381862	0,1

**Fuente:** Datos procesados en SPSSv.26  
**Elaborado por:** José Chuqui y Jhon Quishpe



**Gráfico 10:** Colocación incorrecta de los antebrazos en posición media

*Elaborado por:* José Chuqui y Jhon Quishpe

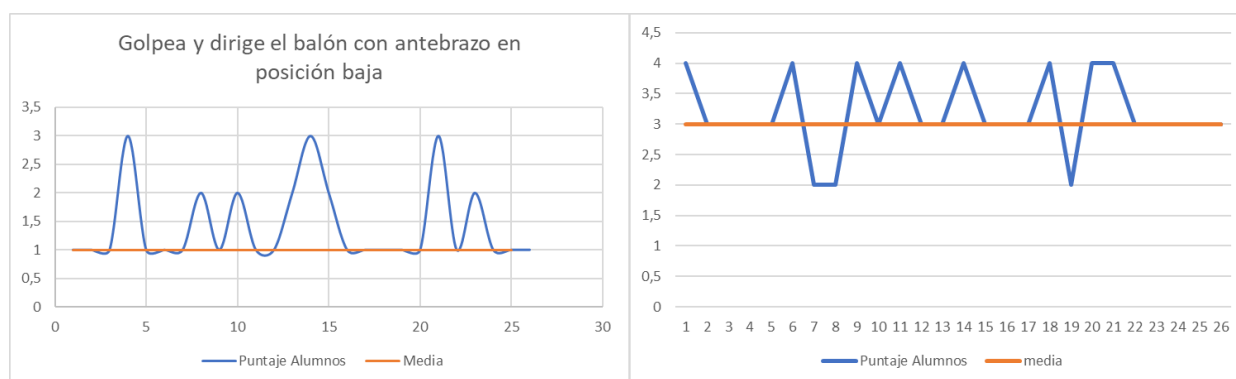
En parámetro se observa si el alumno no coloca correctamente los antebrazos en posición media, los alumnos en la pre-ficha casi nadie alcanzo un valor cercano a 3 que se considera bueno en promedio todos mantienen un puntaje de regular e irregular lo que indica que no poseen conocimientos previos, ya que al realizar el mismo ejercicio luego de la ejecución vemos que el 37% de los evaluados alcanza un puntaje de 4 siendo la media de asertividad favorable en este caso puntuando como muy bueno; sin embargo un 67% se encuentra en el nivel considerado como bueno.

**Tabla 13**

*Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Test vs Post-Test del golpe y dirección del balón con antebrazo en posición baja (Recepción Baja)*

PRE-TEST	POST-FICHA	
<b>MEDIA</b>	1	3
<b>Varianza</b>	0,498461538	0,4
<b>Desviación</b>	0,706018086	0,6
<b>Coefficiente de Variación</b>	0,483065007	0,2

**Fuente:** Datos procesados en SPSSv.26  
**Elaborado por:** José Chuqui y Jhon Quishpe



**Gráfico 11:** Golpe y dirección del balón con antebrazo en posición baja

*Elaborado por:* José Chuqui y Jhon Quishpe

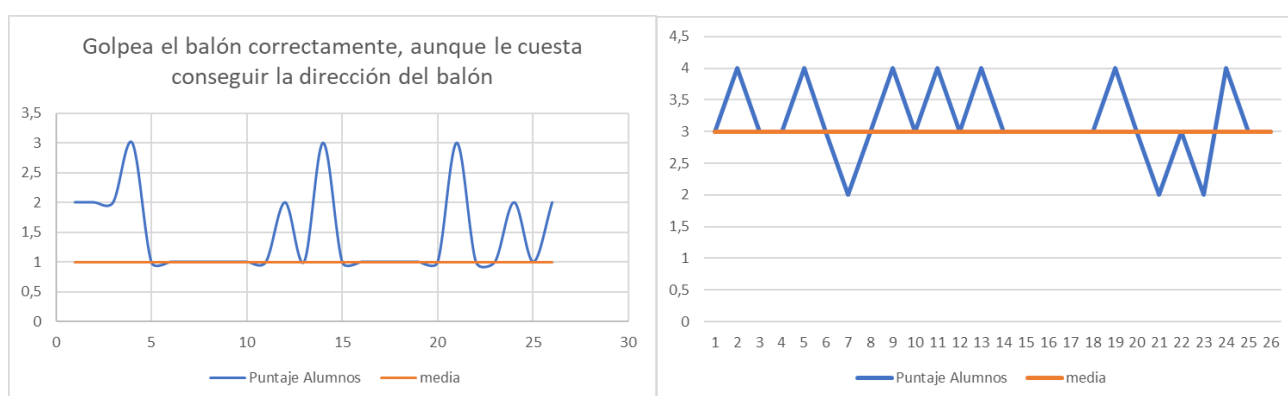
En este parámetro se observa si el alumno golpea y dirige el balón con antebrazo en posición baja, los alumnos en la pre-ficha casi nadie alcanzó un valor cercano a 4, ya que en promedio todos mantienen un puntaje de regular e irregular lo que indica que no poseen conocimientos previos, ya que al realizar el mismo ejercicio luego de la ejecución vemos que el 37% de los evaluados alcanza un puntaje de 4 siendo la media de asertividad favorable en este caso puntuando como muy bueno; sin embargo un 67% se encuentra en el nivel considerado como bueno.

**Tabla 14**

*Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Ficha vs Post-Ficha del golpe correcto del balón, aunque le cuesta conseguir la dirección (Recepción Baja)*

PRE-FICHA	POST-FICHA	
<b>MEDIA</b>	1	3
<b>Varianza</b>	0,413846154	0,4
<b>Desviación</b>	0,643308755	0,6
<b>Coefficiente de Variación</b>	0,452054801	0,2

**Fuente:** Datos procesados en SPSSv.26  
**Elaborado por:** José Chuqui y Jhon Quishpe



**Gráfico 12:** Golpe correcto del balón y dificultad en la dirección

*Elaborado por:* José Chuqui y Jhon Quishpe

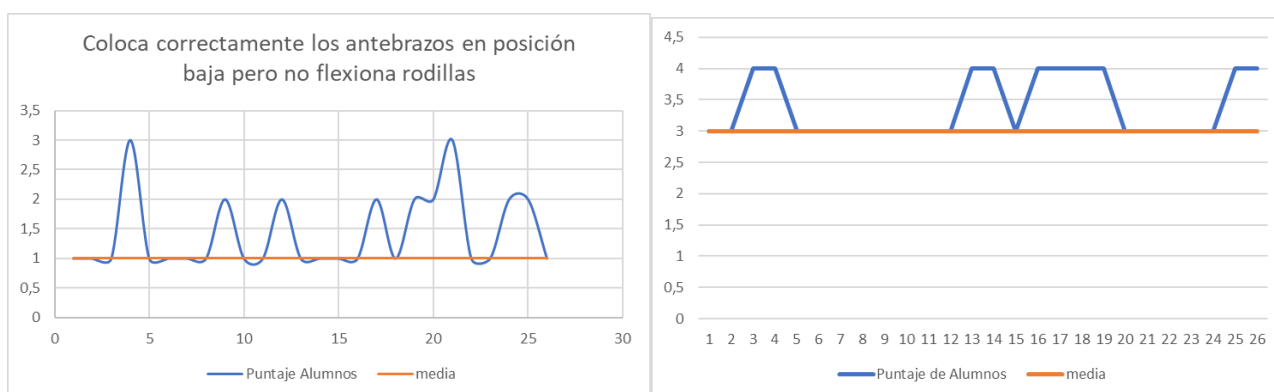
En este parámetro se observa si el alumno golpea el balón correctamente, aunque le cuesta conseguir la dirección del balón, los alumnos en la pre-ficha casi nadie alcanzo un valor cercano a 4 que se considera bueno en promedio todos mantienen un puntaje de regular e irregular lo que indica que no poseen conocimientos previos, ya que al realizar el mismo ejercicio luego de la ejecución vemos que el 27% de los evaluados alcanza un puntaje de 4 siendo la media de asertividad favorable en este caso puntuando como muy bueno; sin embargo un 68% se encuentra en el nivel considerado como bueno.

**Tabla 15**

*Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Ficha vs Post-Ficha de la colocación correcta de antebrazos, pero no flexiona rodillas (Recepción Baja)*

PRE-FICHA	POST-FICHA	
<b>MEDIA</b>	1	3
<b>Varianza</b>	0,406153846	0,2
<b>Desviación</b>	0,637302005	0,5
<b>Coefficiente de Variación</b>	0,460273671	0,1

**Fuente:** Datos procesados en SPSSv.26  
**Elaborado por:** José Chuqui y Jhon Quishpe



**Gráfico 13:** Colocación correcta de antebrazos en posición baja, pero sin flexión de rodillas

*Elaborado por:* José Chuqui y Jhon Quishpe

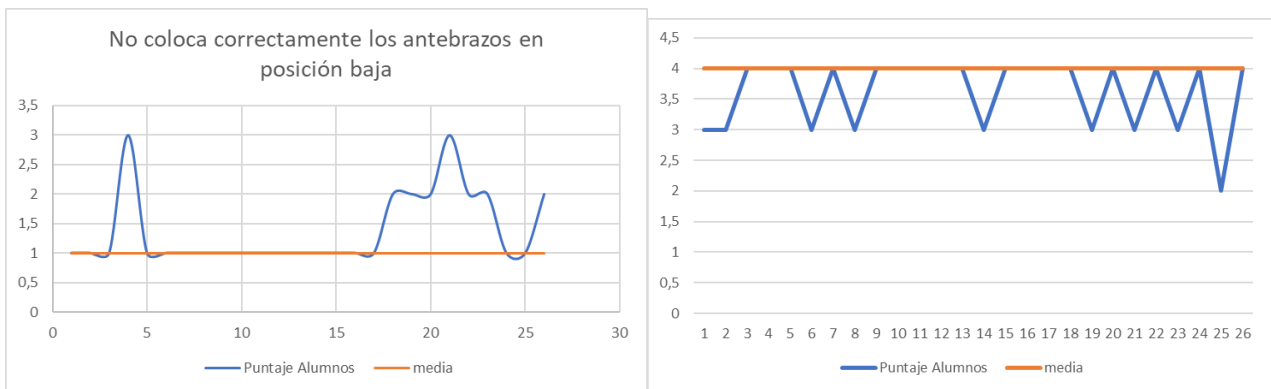
En este parámetro se observa si el alumno coloca correctamente los antebrazos en posición baja pero no flexiona rodillas, los alumnos en la pre-ficha casi nadie alcanzo un valor cercano a 4 que se considera bueno en promedio todos mantienen un puntaje de regular e irregular lo que indica que no poseen conocimientos previos, ya que al realizar el mismo ejercicio luego de la ejecución vemos que el 42% de los evaluados alcanza un puntaje de 4 siendo la media de asertividad favorable en este caso puntuando como muy bueno; sin embargo un 69% se encuentra en el nivel considerado como bueno.

**Tabla 16**

*Tabla de estadísticos de frecuencia Pre-Ficha vs Post-Ficha de la colocación incorrecta de antebrazos en posición baja (Recepción Baja)*

PRE-FICHA	POST-FICHA	
<b>MEDIA</b>	2	4
<b>Varianza</b>	0,07184342	0,3
<b>Desviación</b>	0,26803623	0,6
<b>Coefficiente de Variación</b>	0,14111565	0,2

**Fuente:** Datos procesados en SPSSv.26  
**Elaborado por:** José Chuqui y Jhon Quishpe



**Gráfico 14:** Colocación incorrecta de antebrazos en posición baja

*Elaborado por:* José Chuqui y Jhon Quishpe

En este parámetro se observa si el alumno no coloca correctamente los antebrazos en posición baja, los alumnos en la pre-ficha casi nadie alcanzo un valor cercano a 4 que se considera bueno en promedio todos mantienen un puntaje de regular e irregular lo que indica que no poseen conocimientos previos, ya que al realizar el mismo ejercicio luego de la ejecución vemos que el 48% de los evaluados alcanza un puntaje de 4 siendo la media de asertividad favorable en este caso puntuando como muy bueno; sin embargo un 67% se encuentra en el nivel considerado como bueno.



**Tabla 17**

*Tabla resumen de estadísticos de frecuencia de Pre-Ficha*

PRE-FICHA													
Parámetros	Golpea y dirige el balón en volea alta.	Golpea el balón correctamente, aunque le cuesta conseguir la dirección del balón	Coloca las manos en posición adecuada sin flexión de codos	Se coloca en posición inadecuada para recibir el saque alto.	Golpea y dirige el balón con antebrazo en posición media	Golpea el balón correctamente, aunque le cuesta conseguir la dirección del balón	Coloca correctamente los antebrazos en posición media, pero no flexiona rodillas	No coloca correctamente los antebrazos en posición media	Golpea y dirige el balón con antebrazo en posición baja	Golpea el balón correctamente, aunque le cuesta conseguir la dirección del balón	Coloca correctamente los antebrazos en posición baja pero no flexiona rodillas	No coloca correctamente los antebrazos en posición baja	
<b>Media</b>	3	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2
<b>Moda</b>	3	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
<b>Varianza</b>	0,35	0,25	0,26	0,42	0,5	0,45	0,43	0,49	0,5	0,41	0,41	0,41	0,07
<b>Desviación</b>	0,59	0,50	0,51	0,65	0,50	0,45	0,43	0,70	0,71	0,64	0,64	0,64	0,27
<b>Coefficiente de Variación</b>	0,19	0,14	0,42	0,44	0,35	0,36	0,35	0,49	0,48	0,45	0,46	0,46	0,14

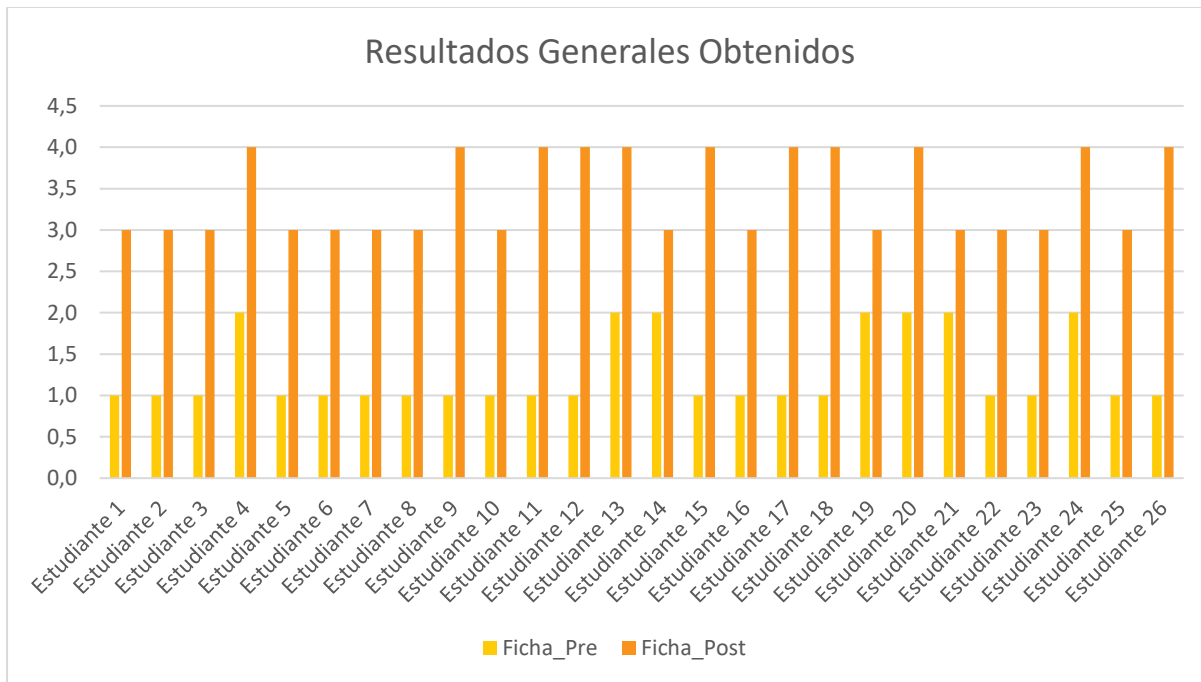
**Fuente:** Datos procesados en SPSSv.26  
**Elaborado por:** José Chuqui y Jhon Quishpe

**Tabla 18**

*Tabla resumen de estadísticos de frecuencia de Post-Ficha*

POST-FICHA												
Parámetros	Golpea y dirige el balón en volea alta.	Golpea el balón correctamente, aunque le cuesta conseguir la dirección del balón	Coloca las manos en posición adecuada sin flexión de codos	Se coloca en posición inadecuada para recibir el saque alto.	Golpea y dirige el balón con antebrazo en posición media	Golpea el balón correctamente, aunque le cuesta conseguir la dirección del balón	Coloca correctamente los antebrazos en posición media, pero no flexiona rodillas	No coloca correctamente los antebrazos en posición media	Golpea y dirige el balón con antebrazo en posición baja	Golpea el balón correctamente, aunque le cuesta conseguir la dirección del balón	Coloca correctamente los antebrazos en posición baja pero no flexiona rodillas	No coloca correctamente los antebrazos en posición baja
<b>Media</b>	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4
<b>Varianza</b>	0,35	0,40	0,25	0,54	0,48	0,22	0,25	0,25	0,40	0,38	0,25	0,33
<b>Desviación</b>	0,59	0,63	0,50	0,74	0,69	0,47	0,50	0,50	0,63	0,61	0,50	0,57
<b>Coefficiente de variación</b>	0,19	0,17	0,14	0,22	0,22	0,13	0,14	0,15	0,20	0,19	0,15	0,16
<b>Moda</b>	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4

**Fuente:** Datos procesados en SPSSv.26  
**Elaborado por:** José Chuqui y Jhon Quishpe



*Gráfico 15: Resultados generales obtenidos del pre-Ficha y post-Ficha*

*Elaborado por: José Chuqui y Jhon Quishpe*

### **Análisis General**

Dentro de los parámetros evaluados promedio en la ficha tenemos que los valores actuados sobre una actividad evaluada si influyen significativamente de manera individual y por actividad, ya que sin discriminar el género, en vista que la muestra está conformada en su totalidad por el género masculino que obtuvo puntuaciones bajas, siendo que el 60.7% corresponde a irregular y tan solo el 39,9% corresponde a la ponderación de un desempeño bueno antes de la inducción, por lo que fue relevante realizar la intervención ya que en la post evaluación tenemos que el 60.7% de los alumnos evaluados ha tenido una mejora en el desempeño de las actividades siendo este considerado como bueno, mientras que un 39,3% de los alumnos se mantiene en un promedio general lo que hace que su desempeño se encuentre Regular.

## **VIII. PROPUESTA**

### **8.1. Título**

“GUÍA DIDÁCTICA DE EJERCICIOS PARA EL MEJORAMIENTO DE LA COORDINACIÓN ÓCULO-MANUAL EN LA RECEPCIÓN DEL ECUAVOLEY”

### **8.2. Justificación**

Es posible definir una clara voluntad de que el Ecuavoley se convierta en un deporte reconocido, pero esto no afectará la formalidad del juego de barrio, que es su principal característica para considerar, este deporte ocupa un lugar destacado en las actividades deportivas del país y se está convirtiendo en el deporte más popular después del fútbol. A partir del problema y de los resultados analizados, se establece la necesidad de una guía para preparar a estudiantes en el campo físico, con la comprensión y manejo de los conocimientos científicos y académicos de los entrenadores. Además, al aplicar diversas pruebas de fuerza, velocidad, resistencia y agilidad, se logra determinar el nivel de coordinación óculo-manual en la recepción del Ecuavoley.

Desafortunadamente, el empirismo en la práctica del Ecuavoley limita la masificación, desarrollo y promoción a la sociedad, por lo cual es necesario llegar a la preparación física general que subyace y sustentar la práctica especializada de los ejercicios básicos de la técnica Ecuavoley de ataque y defensa. Esta propuesta es razonable, ya que los temas de investigación en el diagnóstico muestran que la adaptación del voleibol internacional se convertirá en la base para el desarrollo de la técnica y la implementación de las bases técnicas de coordinación óculo-manual en la recepción del Ecuavoley. Otro aspecto que debe ser atendido constantemente es la dispersión de normas y prácticas idénticas a Ecuavoley, y además esto no ha sido estandarizado a nivel regional, o peor aún a nivel nacional, esto representa una dificultad. Si bien no existe una sola forma de ser ecuatoriano, sino muchas formas y variedades, el Ecuavoley es quizás el deporte que mejor refleja una forma de ser y estar en el mundo.

La propuesta pretende contribuir con información científica sobre la preparación física general y especial a través de ejercicios prácticos y sistemáticos, denominados rutinas de la preparación, para de esta forma motivar a los estudiantes y deportistas a mejorar su práctica deportiva y formación integral, a través de un programa de sesiones debidamente organizadas.

### **8.3. Fundamentación**

En nuestro país lamentablemente el empirismo en la práctica del Ecuavoley ha limitado la masificación, desarrollo y promoción de la sociedad. Entonces es necesario llegar a lo esencial

para el mejoramiento subyace y sustenta la práctica especializada de los ejercicios básicos de la técnica Ecuavoley de ataque y defensa. Los entrenadores consideran los elementos esenciales de la preparación deportiva, luego especifican que la preparación física es el factor más amplio y completo.

Estas habilidades motoras se basan en ciertos requisitos fisiológicos y también se pueden mejorar. Generalmente, este tipo de preparación se dedica a mejorar la condición física de los deportistas, por lo que en ocasiones se denomina entrenamiento de acondicionamiento. El mejoramiento en la práctica del Ecuavoley, se observa claramente en el desarrollo de las cualidades y capacidades físicas propias de este deporte. Esto constituye la base del trabajo técnico-táctico que se debe realizar durante la preparación del atleta.

El mejoramiento de la coordinación óculo manual en el Ecuavoley consiste en métodos y procedimientos de entrenamiento, utilizados secuencialmente de forma periódica y destinados a llevar a un atleta a la cima de una condición física particular, a partir de una optimización general. Uno de los problemas observados es la deficiente preparación física de los deportistas, por lo que propuesta como guía didáctica de preparación física debe servir a la técnica y aplicación de los fundamentos en el juego o competencias del Ecuavoley en las diversas competencias. instituciones y, en particular, la práctica organizada y planificada a nivel de institución de educación superior. Como vehículo de entrenamiento de fuerza, incluimos mancuernas, mancuernas, exhalaciones de peso propio y peso del compañero. Entre otras actividades generales y especiales en el marco de la preparación física de los atletas, se combinan los elementos físicos y técnicos del Ecuavoley.

### **8.3.1. Fundamentos técnicos para el Ecuavoley**

Basado en la experiencia y práctica en varios torneos, el Ecuavoley cubre una amplia gama de elementos de la técnica deportiva y los fundamentos defensivos y ofensivos a nivel internacional. Por razones de investigación, asumimos que estos factores se ajustarán a los fundamentos técnicos los cuales son los siguientes:

### *8.3.1.1. Fundamentos técnicos defensivos*

#### Remate

- Gancho
- Colocada
- Saque-Batida
- Cortos
- Largos
- Cruzados

### *8.3.1.2. Fundamentos técnicos defensivos*

#### Recepción

- Alta
- Medio
- Bajo

Es importante precisar que se hará un ajuste a los criterios de la técnica de recepción con el propósito de orientar la práctica del Ecuavoley. El juego de ataque empieza, desde la recepción, continúa con el pase y el ataque; además se constituye en el pase de antebrazo, es decir, recibir el balón en el antebrazo, esta combinación de pelota de antebrazo es una técnica única en el deporte.

## **8.4. Objetivos**

### **8.4.1. Objetivo general**

Seleccionar ejercicios adecuados para el mejoramiento de la coordinación óculo-manual en la recepción del Ecuavoley.

### **8.4.2. Objetivos específicos**

- Proponer el diseño de las sesiones que permitan el mejoramiento de la coordinación óculo-manual en la recepción del Ecuavoley.
- Socializar la guía didáctica de ejercicios para el mejoramiento de la coordinación óculo-manual en la recepción del Ecuavoley.
- Aplicar los ejercicios para el mejoramiento de la práctica del fundamento técnico del Ecuavoley.

## **8.5. Ubicación sectorial**

*País:* Ecuador

*Provincia:* Chimborazo

*Cantón y Ciudad:* Riobamba

*Institución:* Unidad Educativa Licto

## **8.6. Desarrollo de la propuesta**

Un análisis inicial de los estudiantes nos permitirá tener un punto de partida, al saber cuáles son sus falencias, errores al ejecutar tanto el test de Lanzamiento a Diana como la ficha de observación de la recepción alta, media, baja para posterior formar grupos, parejas de trabajo que se adapten al máximo a las sesiones de entrenamiento.

Las sesiones de entrenamiento también pueden modificarse según las necesidades, aspectos físicos generales y específicos, así como la coordinación óculo-manual en la recepción del Ecuavoley.

La guía propuesta se enfoca tanto en la coordinación óculo-manual como la recepción del Ecuavoley priorizando en la parte lúdica, se divide en 4 partes cada sesión calentamiento específico, general, parte principal y variantes.

## 8.7. Guía metodológica

<b>Sesión N° 1</b>			
<b>Tema:</b> Coordinación Óculo-manual		<b>Objetivo:</b> Desarrollar la coordinativa Óculo - manual necesaria para la manipulación y utilización de todo tipo de objetos. (Cognitivo, lúdica y motriz)	
<b>Jugadores</b> 26	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b> 50 minutos	<b>Método</b> Repeticiones
	Conos, balones, globos	<b>Lugar</b> <b>Unidad Educativa “Licto”</b>	
<b>Calentamiento General (5 Minutos)</b>			
Realizamos el calentamiento articular de modo Céfalocaudal desde la cabeza a los pies y luego iniciamos trotes adelante y hacia atrás, rodillas adelante y talones atrás, trote lento, skipping y concluimos con ejercicios de estiramiento muscular.			
<b>Calentamiento Especifico (5 Minutos)</b>			
En el mismo lugar lanzamos el globo sobre nuestra frente hacia arriba y trasladamos a los lados que se le indique al deportista (derecha, izquierda, adelante, atrás)			
<b>Parte Principal (30 Minutos)</b>			
Los participantes formarán columnas y deberán desplazarse con el balón girando alrededor del cuerpo, lanzando hacia arriba con las dos manos y luego con la mano derecha, izquierda y combinado.			
<b>LOS NÚMEROS</b> Los jugadores se numeran y forman un círculo. Un jugador designado se sitúa en el centro del círculo y lanza la pelota al aire y dice un número, el que le corresponda debe de coger la pelota antes de que ésta toque el suelo y deberá lanzar a cualquier compañero así sucesivamente.			
<b>Variantes (5 Minutos)</b>			
Lanzar con dos manos y con una alternadamente los globos, al frente, hacia arriba, a la señal pasamos a topar el globo del compañero que está al lado izquierdo y derecho.			
Los alumnos dispersos por toda el área, se les motiva a lanzar en diferentes direcciones y recogerlas sin dejar caer.			
<b>Parte Final (5 Minutos)</b>			
Se juntan entre todos y realizar una retroalimentación de la clase			
Estiramientos			
Higiene/aseo personal			



<b>Sesión N° 2</b>			
<b>Tema:</b> Coordinación Óculo-manual		<b>Objetivo:</b> Acrecentar la coordinación Óculo-manual mediante ejercicios, para la manipulación y utilización de todo tipo de objetos. (Cognitivo, lúdica y motriz)	
<b>Jugadores</b> 26	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
	Conos, balones, globos	50 minutos	Repeticiones
		<b>Lugar</b> <b>Unidad Educativa “Licto”</b>	
<b>Calentamiento General (5 Minutos)</b>			
Realizamos el calentamiento articular de modo Céfalo-Caudal desde la cabeza a los pies y luego iniciamos trotes adelante y hacia atrás, rodillas adelante y talones atrás, trote lento, skipping y concluimos con ejercicios de estiramiento muscular.			
<b>Calentamiento Específico (5 Minutos)</b>			
Empezamos a jugar a las topadas, vamos variando (cabeza, hombros, codos, espalda, cintura, rodillas) Elevamos el globo con las manos, proyectamos el globo hacia arriba, empezamos hacer persecución alrededor de la cancha.			
<b>Parte Principal (30 Minutos)</b>			
<p>Los participantes formarán columnas y deberán desplazarse lanzando el balón hacia arriba con las dos manos y posteriormente con la derecha, izquierda y aplaudir 2 veces y luego combinar los aplausos adelante y atrás. -Lanzar el balón hacia arriba de la cabeza y recogerla atrás en la espalda.</p> <p><b>TIRO AL ARO</b> Por equipos se colocan en columnas, el primero de cada equipo con un balón en las manos y delante de un aro a unos 3-4 metros de distancia. Los lanzamientos al aro serán con las dos manos juntas y luego mano derecha e izquierda cada aro se le anotará un punto.</p> <p>Gana el equipo que primero consigue 10 puntos.</p>			
<b>Variantes (5 Minutos)</b>			
Formamos dos filas a una distancia de 9 metros al sonar el pito la fila 1 lanza el globo hacia arriba y los estudiantes de la fila 2 reaccionaran a no dejar caer el globo al piso.			
<b>Parte Final 5 Minutos)</b>			
Se juntan entre todos y realizar una retroalimentación de la clase Estiramientos Higiene/aseo personal			

<b>Sesión N° 3</b>			
<b>Tema:</b> Coordinación Óculo-manual		<b>Objetivo:</b> Ampliar la coordinación Óculo-manual mediante ejercicios lúdicos y específicos. (Cognitivo, lúdica y motriz)	
<b>Jugadores</b> 26	<b>Materiales</b> Conos, balones, globos	<b>Tiempo</b> 50 minutos	<b>Método</b> Repeticiones
		<b>Lugar</b> <b>Unidad Educativa “Licto”</b>	
<b>Calentamiento General (5 Minutos)</b>			
Realizamos el calentamiento articular de modo Céfalocaudal desde la cabeza a los pies y luego iniciamos trotes adelante y hacia atrás, rodillas adelante y talones atrás, trote lento, skiping y concluimos con ejercicios de estiramiento muscular.			
<b>Calentamiento Específico (5 Minutos)</b>			
Elevamos el globo con las manos, proyectamos el globo hacia arriba, empezamos hacer persecución alrededor de la cancha. Se forma los estudiantes a una distancia moderada al sonar el pito salen a velocidad en zigzag y continúan con la secuencia alrededor de la cancha			
<b>Parte Principal (30 Minutos)</b>			
<b>PELOTA DESCUBIERTA</b> Los jugadores se colocan en columnas con una pelota, detrás de la línea de salida. Enfrente y a una distancia que depende de la fuerza que tienen los jugadores para lanzar la pelota, se sitúa en una segunda línea. A la señal, el jugador situado en primer lugar sale corriendo con la pelota en la mano y al llegar a la segunda línea lanza la pelota, al siguiente de los jugadores de su equipo. Finaliza el juego cuando todos han pasado la segunda línea.			
<b>LANZAR Y TOMAR</b> Se coloca una cuerda a una altura de dos metros aproximadamente, y todos los jugadores se colocan a un lado con una pelota en las manos. El juego consiste en lanzar la pelota al aire a un lado de la cuerda y tomarla en el otro. Al jugador que se le cae la pelota se le da un punto. Si es por equipos gana el equipo que menos puntos consigue.			
<b>Variantes (5 Minutos)</b>			
Con un aro situado en el suelo a diferentes distancias, realizar lanzamientos rodando las pelotas por el suelo desde varias tratando de insertar en el círculo. Inventar varias posiciones de lanzamiento para insertar en el círculo.			
<b>Parte Final (5 Minutos)</b>			
Se juntan entre todos y realizar una retroalimentación de la clase Estiramientos Higiene/aseo personal			

<b>Sesión N° 4</b>			
<b>Tema:</b> Coordinación Óculo-manual		<b>Objetivo:</b> Ampliar la capacidad coordinativa Óculo-manual de reacción, agilidad mediante ejercicios lúdicos y específicos. (Cognitivo, lúdica y motriz)	
<b>Jugadores</b> 26	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
	Conos, balones, globos	50 minutos	Repeticiones
		<b>Lugar</b>	
		<b>Unidad Educativa “Licto”</b>	
<b>Calentamiento General (5 Minutos)</b>			
Realizamos el calentamiento articular de modo Céfalo-Caudal desde la cabeza a los pies y luego iniciamos trotes adelante y hacia atrás, rodillas adelante y talones atrás, trote lento, skiping y concluimos con ejercicios de estiramiento muscular.			
<b>Calentamiento Especifico (5 Minutos)</b>			
Ala señal del entrenador los deportistas realizarán persecuciones de ida y vuelta con el globo dando toques con las palmas de la mano intentamos tocar al compañero para dejarlo fuera de la competencia. Realizamos carreras con cambios de ritmo y aceleraciones, utilizando el implemento.			
<b>Parte Principal (30 Minutos)</b>			
<b>EL RATÓN Y EL GATO</b>			
Los jugadores forman un círculo y uno permanece dentro del círculo, los que forman el círculo se pasan la pelota sin que el del centro consiga coger la pelota, una vez que coge la pelota el que la haya perdido pasa al centro y el del centro ocupa su lugar. JUEGO. PATO, PATO, OCA.			
En este juego se realizará formando un círculo en la cancha en posición de pie, en el exterior del círculo se encontrará un deportista caminando alrededor de ellos, quien tocándoles la cabeza ira diciéndoles PATO, PATO, PATO y en el momento que diga OCA, este saldrá corriendo en un sentido contrario llegara quien llegue al lugar desocupado. El deportista que pierda se quedara para proseguir caminando alrededor, repitiendo la frase.			
<b>Variantes (5 Minutos)</b>			
Creamos dos filas a una distancia de 9 metros al sonar el silbato la fila uno deberá desplazarse con dos globos en el aire sin dejar caer y entregar a los de la fila 2 y regresar para que los de la fila 2 se desplazan a entregar a los de la fila 1 (4 repeticiones)			
<b>Parte final (5 Minutos)</b>			
Se juntan entre todos y realizar una retroalimentación de la clase Estiramientos Higiene/aseo personal			

<b>Sesión N° 5</b>			
<b>Tema:</b> Coordinación Óculo-manual		<b>Objetivo:</b> Acrecentar la capacidad coordinativa Óculo-manual y el equilibrio dinámico mediante ejercicios lúdicos y específicos (Cognitivo, lúdica y motriz)	
<b>Jugadores</b> 26	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
	Conos, balones, globos	50 minutos	Repeticiones
		<b>Lugar</b>	
		<b>Unidad Educativa “Licto”</b>	
<b>Calentamiento General (5 Minutos)</b>			
Realizamos el calentamiento articular de modo Céfalo-Caudal desde la cabeza a los pies y luego iniciamos troles adelante y hacia atrás, rodillas adelante y talones atrás, trote lento, skipping y concluimos con ejercicios de estiramiento muscular.			
<b>Calentamiento Específico (5 Minutos)</b>			
Realizar saltos en un solo pie alternando derecho-izquierdo. Caminar sobre la línea de la cancha llevando el globo hacia arriba. Realizar ejercicios estáticos, en un solo pie intentar mantener el globo hacia arriba el tiempo necesario			
<b>Parte Principal (30 Minutos)</b>			
<b>BATALLAS DE PELOTAS</b> Dividir a los participantes en grupos, separados por una línea central, y cada grupo con el mismo número de pelotas. A la voz del profesor, cada grupo intentará tener el menor número de pelotas en su espacio, enviándolas al campo contrario lanzadas con las manos por el aire o rodando por el suelo.			
<b>VAMOS DE PESCA</b> Se distribuyen por el patio tantos conos o pelotas disminuyendo un material. Los niños correrán desplazándose por entre los conos o pelotas. Al hacer el profesor una determinada señal los niños tratan de coger un cono o pelota. El niño que no coge ninguna cono o pelota se anota un punto.			
<b>Variantes (5 Minutos)</b>			
Desde las posiciones sentados y acostados el entrenador lanzara el balón hacia arriba al primer bote en el piso los estudiantes reaccionaran a coger el balón.			
<b>Parte final (5 minutos)</b>			
Se juntan entre todos y realizar una retroalimentación de la clase Estiramientos Higiene/aseo personal			

<b>Sesión N° 6</b>			
<b>Tema:</b> Coordinación Óculo-manual		<b>Objetivo:</b> Contribuir en los estudiantes el desarrollo de la coordinación Óculo-manual, orientación y agilidad (lúdica y motriz)	
<b>Jugadores</b> 26	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
	soga, balones, globos	50 minutos	Repeticiones
		<b>Lugar</b> <b>Unidad Educativa “Licto”</b>	
<b>Calentamiento General (5 Minutos)</b>			
Realizamos el calentamiento articular de modo Céfalo-Caudal desde la cabeza a los pies y luego iniciamos trotes adelante y hacia atrás, rodillas adelante y talones atrás, trote lento, skipping y concluimos con ejercicios de estiramiento muscular.			
<b>Calentamiento Específico (5 Minutos)</b>			
Realizar saltos en un solo pie alternando derecho-izquierdo a topar el globo Caminar sobre la línea de la cancha llevando el globo hacia arriba. Dispersos por la cancha los estudiantes intentan topar los globos de los compañeros.			
<b>Parte Principal (30 Minutos)</b>			
<b>PASES CON PELOTA</b> Formaran 4 equipos y los impares crearan el aro con sus manos, disperso por la cancha y el resto de las columnas con un balón en la salida. Cada jugador deberá recorrer todos los aros siguiendo el orden. El primero realizará un lanzamiento desde la salida al primero, éste cogerá la pelota y la pondrá en el suelo. El que ha lanzado, se desplazará hasta el aro n° 1 y desde ahí lanzará al n° 2, y así sucesivamente hasta lanzar a todos los hoyos. Cuando todo el equipo haya acabado el recorrido se hará un cambio de roles.			
<b>LA SERPIENTE.</b> En esta actividad solo se necesita una cuerda, un estudiante que será quien tenga que arrastrarle y girarle alrededor por todo el lugar delimitado. El resto de los estudiantes intentaran coger la otra punta de la soga que estará en movimiento. El primero que sujeta la soga pasara a moverle a todas las direcciones			
<b>Variantes (5 Minutos)</b>			
Desplazarse lateralmente a velocidad sobre la línea media de la cancha y en cada esquina recepcionar el balón con el objetivo de no perder el equilibrio.			
<b>Parte final (5 minutos)</b>			
Se juntan entre todos y realizar una retroalimentación de la clase Estiramientos Higiene/aseo personal			

**Sesión N° 7**

<b>Tema:</b> Coordinación Óculo-manual		<b>Objetivo:</b> Aportar en los estudiantes el perfeccionamiento de la coordinación óculo-manual y la capacidad de reacción y agilidad. (lúdica y motriz)	
<b>Jugadores</b> 26	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
	soga, balones, globos	50 minutos	Repeticiones
		<b>Lugar</b>	
		<b>Unidad Educativa “Licto”</b>	
<b>Calentamiento General (5 Minutos)</b>			
Realizamos el calentamiento articular de modo Céfalocaudal desde la cabeza a los pies y luego iniciamos trote adelante y hacia atrás, rodillas adelante y talones atrás, trote lento, skipping y concluimos con ejercicios de estiramiento muscular.			
<b>Calentamiento Específico (5 Minutos)</b>			
Realizar movimientos a diferentes direcciones utilizando el globo como implemento. Desarrollar las habilidades de caminar, correr, saltar, en diferentes direcciones			
<b>Parte Principal (30 Minutos)</b>			
<b>BOTO Y COJO</b> Los alumnos formarán grupos y círculos, cada uno tendrá una pelota de gomaespuma. A la señal del profesor, los alumnos darán un bote en el sitio y rápidamente se desplazarán un puesto a la derecha para recoger el balón del de al lado antes de que de el segundo bote.			
<b>TRES EN RAYA</b> Se formarán en grupos y deberán desplazarse unos 6 metros lanzando dos pelotas hacia arriba sin dejar caer y a lo que lleguen deberán colocar la ficha en los cuadros así sucesivamente y el equipo que logre realizar una línea vertical, horizontal será el ganador.			
<b>Variantes (5 Minutos)</b>			
Integramos dos filas a una distancia de 9 metros Colocamos dos conos en la mitad a la señal se designa a dos estudiantes a salir a velocidad a tocar el cono y gritar el nombre de un estudiante del equipo contrario, para que realicen la misma función hasta que participen todos. Desarrollar las habilidades de caminar, correr, saltar, en diferentes direcciones			
<b>Parte final (5 minutos)</b>			
Se juntan entre todos y realizar una retroalimentación de la clase Estiramientos Higiene/aseo personal			

<b>Sesión N° 8</b>			
<b>Tema:</b> Coordinación Óculo-manual		<b>Objetivo:</b> Contribuir en los estudiantes el progreso de la coordinación óculo-manual y la capacidad de orientación y la agilidad (lúdica y motriz)	
<b>Jugadores</b> 26	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
	Conos, balones, globos	50 minutos	Repeticiones
		<b>Lugar</b> <b>Unidad Educativa “Licto”</b>	
<b>Calentamiento General (5 Minutos)</b>			
Realizamos el calentamiento articular de modo Céfalocaudal desde la cabeza a los pies y luego iniciamos trotes adelante y hacia atrás, rodillas adelante y talones atrás, trote lento, skipping y concluimos con ejercicios de estiramiento muscular.			
<b>Calentamiento Específico (5 Minutos)</b>			
Realizar movimientos a diferentes direcciones utilizando el globo como implemento. Realizar oscilaciones y movimientos de brazos, estiramientos sin hacer resistencia.			
<b>Parte Principal (30 Minutos)</b>			
<b>DATE LA VUELTA</b> Por parejas, los alumnos se harán pases con bote (no muy distanciados), pero el que tiene que coger el balón estará de espaldas. Cuando el balón dé el bote, el que lo ha lanzado dirá “ya”, y el otro se dará la vuelta para cogerlo... posteriormente será éste quien se lo lance a su compañero. Se hará un lanzamiento alto (sin bote), <b>JUEGO. EL HOMBRE SOMBRA</b> Se divide en parejas a los estudiantes, donde un estudiante de cada pareja correrá libremente por la cancha, realizando diferentes movimientos con una pelota (línea recta, zigzag, o pararse) el compañero deberá imitar todos los recorridos y movimientos de su de su compañero, intentando no separarse de su lado. Poco a poco iremos cambiando las posiciones, es decir en lugar de correr iremos introduciendo otras posiciones, delante ala izquierda-derecha y recepción.			
<b>Variantes (5 Minutos)</b>			
Desplazarse a velocidad a topar los conos ubicados sobre las líneas laterales de la cancha. Mediante el ejercicio poner obstáculos sobre las dos canchas para realizar diferentes ejercicios de coordinación y agilidad. Desarrollar las habilidades de caminar, correr, saltar, en diferentes direcciones			
<b>Parte final (5 minutos)</b>			
Se juntan entre todos y realizar una retroalimentación de la clase Estiramientos Higiene/aseo personal			

## Sesión N° 9

<b>Tema:</b> Coordinación Óculo-manual		<b>Objetivo:</b> Aportar en los estudiantes el progreso de la coordinación óculo-manual y la capacidad de orientación y agilidad (lúdica y motriz)	
<b>Jugadores</b> 26	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
	Conos, balones, globos	50 minutos	Repeticiones
		<b>Lugar</b>	
		<b>Unidad Educativa “Licto”</b>	
<b>Calentamiento General (5 Minutos)</b>			
Realizamos el calentamiento articular de modo Céfalo-Caudal desde la cabeza a los pies y luego iniciamos trotes adelante y hacia atrás, rodillas adelante y talones atrás, trote lento, skipping y concluimos con ejercicios de estiramiento muscular.			
<b>Calentamiento Especifico (5 Minutos)</b>			
Realizar movimientos a diferentes direcciones utilizando el globo como implemento. Realizar saltos coordinativos, jugar a las topadas entre compañeros. Desplazarse en parejas pasándose los globos a diferentes direcciones.			
<b>Parte Principal (30 Minutos)</b>			
<b>LA RUEDA DEL PASE</b> Los alumnos harán un círculo con una cierta separación entre ellos (mirando todos en la misma dirección). Cada uno tendrá una pelota de goma- espuma y a la señal del profesor la lanzará hacia atrás; la persona situada detrás deberá recogerla antes de que bote.			
<b>JUEGO. RELEVOS EN ZIGZAG</b> Se forman equipos colocados en hileras detrás de una línea de salida. Y se colocara una serie de objetos formando un círculo, a una señal del profesor, tendrán que salir los estudiantes que están ubicados como primeros corriendo en zigzag y regresar hacia el siguiente estudiante, al ser tocado por el compañero hará el mismo proceso.			
Ganará el equipo que primero realice recorrido de todos los integrantes			
<b>Variantes (5 Minutos)</b>			
Mediante el juego realizar saques a todas las direcciones de la cancha. En parejas con un balón, pasárselo al compañero del frente con un lanzamiento entre las piernas. Lanzamiento de espaldas al compañero de enfrente y así alternándose y sucesivamente.			
<b>Parte final (5 minutos)</b>			
Se juntan entre todos y realizar una retroalimentación de la clase Estiramientos Higiene/aseo personal			



## Sesión N° 10

**Tema:** Coordinación Óculo-manual  
**Objetivo:** Acrecentar en los estudiantes el desarrollo de la Coordinación óculo-manual mediante ejercicios lúdicos. (lúdica y motriz)

<b>Jugadores</b> 26	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
	Conos, balones, globos	50 minutos	Repeticiones
<b>Lugar</b>			
<b>Unidad Educativa “Licto”</b>			

**Calentamiento General (5 Minutos)**  
 Realizamos el calentamiento articular en el modo Céfalocaudal desde la cabeza a los pies y luego iniciamos trotes adelante y hacia atrás, rodillas adelante y talones atrás, trote lento, skipping y concluimos con ejercicios de estiramiento muscular.

**Calentamiento Especifico (5 Minutos)**  
 Realizar movimientos a diferentes direcciones utilizando el globo como implemento.  
 Realizar saltos coordinativos, jugar a las empujadas entre compañeros, saltar en solo pie.  
 Desplazarse en parejas pisando las líneas de la cancha



**Parte Principal (30 Minutos)**

**EL MATADOR**  
 Dividir a los participantes en grupos, separados por una línea central, y cada grupo tendrá cinco pelotas.

El juego consiste en lanzar las pelotas un equipo a otro y tienen que darle a algún miembro del equipo contrario, si le cae en cualquier parte del cuerpo tendrá que salir y si se esquivo o recibe con las manos podrá devolver el lanzamiento tratando de seguir menorando participantes y así sucesivamente.

**LAS COGIDAS**  
 Se forma 2 filas frente a frente y cada participante de su grupo tendrá un número y en el centro estará una pelota de papel cuando el profesor mencione un numero deberá salir corriendo a coger la pelota y regresar a su base sin que el otro compañero lo agarre.



**Variantes (5 Minutos)**

**CIRCUITO ESQUIVANDO OBSTÁCULOS**  
 Formamos grupos donde saldrán los primeros de cada columna con un balón.




Mediante actividad los estudiantes intentarán evadir obstáculos, a velocidad para luego relevar al compañero para que siga la competencia, los que terminen primero serán los ganadores.

Desarrollar las habilidades óculo-manual caminar, correr, saltar, en diferentes direcciones.





**Parte final (5 minutos)**


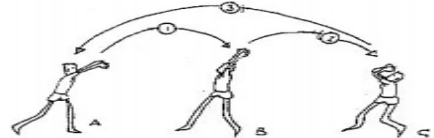

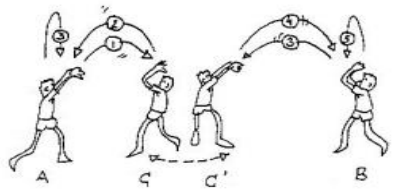

Se juntan entre todos y realizar una retroalimentación de la clase  
 Estiramientos  
 Higiene/aseo personal









<b>Sesión N° 11</b>			
<b>Tema:</b> Recepción en el Ecuavoley		<b>Objetivo:</b> Enseñar de manera general el fundamento técnico de la recepción alta, media y baja (cognitivo, afectivo y motriz)	
<b>Jugadores</b> 26	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
	Conos, balones, chalecos	50 minutos	Repeticiones
		<b>Lugar</b>	
		<b>Unidad Educativa "Licto"</b>	
<b>Calentamiento General (5 Minutos)</b>			
Realizamos el calentamiento articular de modo Céfalo-Caudal desde la cabeza a los pies y luego iniciamos trotes adelante y hacia atrás, rodillas adelante y talones atrás, trote lento, skipping y concluimos con ejercicios de estiramiento muscular.			
<b>Calentamiento Especifico (5 Minutos)</b>			
<p>1-A la señal del silbato adoptamos la posición boca arriba (decúbito dorsal) ubicamos las manos sobre nuestro pecho y empezamos realizar flexión y extensión de codos, siempre manteniendo la mirada hacia arriba.</p> <p>2-En el mismo lugar cambiamos de posición sentados realizamos los mismos gestos técnicos de lo anterior</p> <p>3-Cambiamos de posición de pie y realizamos los mismos gestos técnicos con flexión y extensión de rodillas y codos.</p>			
<b>Parte Principal (30 Minutos)</b>			
<p>Adoptamos la posición sentados tomamos el globo con las yemas de los dedos ubicamos sobre nuestro pecho y empezamos a lanzar el globo hacia arriba.</p> <p>Adoptamos la posición de pie elevamos el globo con las yemas de los dedos ubicamos sobre nuestra frente empezamos a proyectar el globo hacia arriba caminamos en un espacio determinado y regresamos siempre manteniendo la mirada al globo. <b>(4s x 10r)</b></p> <p>Formamos parejas con una separación de 7 metros el numero 1 sujeta el cono con la técnica de recepción tratando de introducir la pelota saltarina que su compañero le lancé con un bote. <b>(4s x 10r)</b></p>			
<b>Variantes (5 Minutos)</b>			
En parejas realizamos los mismos gestos técnicos de lo anterior. El número 1 de pie y el otro sentado y viceversa reciben el globo las veces que se pueda. <b>(4s x 10r)</b>			
<b>Parte Final (5 Minutos)</b>			
Se juntan entre todos y realizar una retroalimentación de la clase			
Estiramientos			
Higiene/aseo personal			




<b>Sesión N° 12</b>			
<b>Tema:</b> Recepción alta en el Ecuavoley		<b>Objetivo:</b> Acrecentar el fundamento técnico de la recepción alta. (motivación lúdica y deportiva)	
<b>Jugadores</b> 26	<b>Materiales</b>  Globos, Conos, balones, chalecos	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
		50 minutos	Repeticiones
		<b>Lugar</b> <b>Unidad Educativa “Licto”</b>	
<b>Calentamiento General (5 Minutos)</b>			
Realizamos el calentamiento articular de modo Céfalo-Caudal desde la cabeza a los pies y luego iniciamos troles adelante y hacia atrás, rodillas adelante y talones atrás, trote lento, skiping y concluimos con ejercicios de estiramiento muscular.			
<b>Calentamiento Especifico (5 Minutos)</b>			
Realizar ejercicios de fuerza aladas y empujadas para fortalecer los brazos. Elevamos el globo con las yemas de los dedos ubicamos sobre nuestra frente, empezamos a proyectar el globo hacia arriba, caminamos un espacio determinado y regresamos. En parejas lanzamos el globo frente a frente Intercambiamos de lado siempre manteniendo la mirada al globo Intercambiamos de lado pasando por debajo de la red manteniendo la mirada al globo			
<b>Parte Principal (30 Minutos)</b>			
Fase del momento antes del contacto con el balón. El peso del cuerpo reposa sobre la planta y punta de los pies (talones ligeramente desplegados del piso). Tronco inclinado al frente. Brazos semi extendidos hacia arriba (debe procurarse mantener un ángulo aproximadamente de 90 grados entre el tronco y lo brazos). Vista al frente. Formamos columnas, frente a frente a una distancia de 3 metros pase de dedos a uno y otro lado, el que ha realizado el pase va al final de su columna.			
<b>Variantes (5 Minutos)</b>			
En grupos trotan en forma circular alrededor de la mitad de la cancha haciendo pases continuos. Los pases se realizarán de la zona 1 a la 5 y de la 3 a la 7. Mediante la ejecución del juego desarrollar y corregir los gestos técnicos de la recepción, alta.			
<b>Parte Final (5 minutos)</b>			
Se juntan entre todos y realizar una retroalimentación de la clase Estiramientos Higiene/aseo personal			

<b>Sesión N° 13</b>			
<b>Tema:</b> Dominio de la recepción alta o toque de dedos		<b>Objetivo:</b> Mejorar la recepción alta y el gesto técnico del toque de dedos	
<b>Jugadores</b> 26	<b>Materiales</b> Conos, Globos, balón y Silbato	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
		50 minutos	Repeticiones
		<b>Lugar</b> <b>Unidad Educativa "Licto"</b>	
<b>Calentamiento General (5 Minutos)</b>			
Realizamos el calentamiento articular en el modo Céfalo-Caudal desde la cabeza a los pies y luego iniciamos trotes adelante y hacia atrás, rodillas adelante y talones atrás, trote lento, skiping y concluimos con ejercicios de estiramiento muscular.			
<b>Calentamiento Específico (5 Minutos)</b>			
Caminar de extremo a extremo de la cancha con la pelota lanzándola al aire repetidamente sin dejarla caer adoptando la recepción alta.			
<b>Parte Principal (30 Minutos)</b>			
<p>1. Los participantes se formarán en columnas para que cada uno se desplace realizando el gesto técnico de Atrapar el balón sobre la frente sin dejar caer y lanzar rápidamente, acción de coger y lanzar con gesto técnico. Con este ejercicio se "obliga" al jugador a realizar flexo-extensión de rodillas y cadera en el momento que el balón se deba enviar alto.</p> <p>La recepción alta será con las dos manos y luego individual con la mano derecha, mano izquierda y combinado</p>			
<p>2. Se le da el balón al primer estudiante de cada columna, El jugador con el balón ira primero lanzándolo ligeramente al aire con dirección hacia atrás con un toque de dedos. <b>(4s x 10r)</b> El objetivo del ejercicio es no dejar caer el balón.</p>			
<b>Variantes (5 Minutos)</b>			
Realizar el dominio con dos balones utilizando una sola mano y alternado (5s x 10r) con una pausa de un 2'			
<b>Parte Final (5 minutos)</b>			
Se juntan entre todos y realizar una retroalimentación de la clase			
Estiramientos			
Higiene/aseo personal			




<b>Sesión N° 14</b>			
<b>Tema:</b> Dominio de la recepción alta y toque de dedos		<b>Objetivo:</b> Realizar un lanzamiento al aire y mirar al frente y recibir el balón adoptando la recepción alta el máximo número de veces.	
<b>Jugadores</b> 26	<b>Materiales</b> Conos, Globos, balón y Silbato	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
		50 minutos	Repeticiones
		<b>Lugar</b>	
		<b>Unidad Educativa “Licto”</b>	
<b>Calentamiento General (5 Minutos)</b>			
Realizamos el calentamiento articular en el modo Céfalo-Caudal desde la cabeza a los pies y luego iniciamos trotes adelante y hacia atrás, rodillas adelante y talones atrás, trote lento, skipping y concluimos con ejercicios de estiramiento muscular.			
<b>Calentamiento Específico (5 Minutos)</b>			
Lanzamos en balón hacia arriba con un toque de dedos después de cada bote, pasar el máximo número de veces (4s x 20r) con una pausa de 1’			
<b>Parte principal (30 Minutos)</b>			
<p>Los participantes se formarán en columnas para que cada uno se desplace lanzando el balón hacia arriba y luego miraran al frente y así sucesivamente y a la señal del silbato se sienta y deberán receptor el balón correctamente.</p> <p>En columnas 3, el 1 pasa al 2 y el 2 de espaldas pasa al 3 y el 3 pasa al 1 y así sucesivamente.</p> <p>La recepción alta será con las dos manos y luego individual con la mano derecha, mano izquierda y combinado. (4s x 10r)</p>		 	
<b>Variantes (5 Minutos)</b>			
<p>Los participantes lanzaran el balón hacia arriba y luego cerrara y abrirá los ojos para volver a receptor en balón así sucesivamente.</p> <p>En grupos de 4 formaran una columna los 2 del centro de espaldas van devolviendo alternativamente los pases que les van enviando. (4s x 10r)</p>			
<b>Parte Final (5 minutos)</b>			
<p>Se juntan entre todos y realizar una retroalimentación de la clase</p> <p>Estiramientos</p> <p>Higiene/aseo personal</p>			




<b>Sesión N° 15</b>					
<b>Tema:</b> Recepción media en el Ecuavoley		<b>Objetivo:</b> Perfeccionar la técnica de la recepción media o golpe de antebrazos adoptando una correcta posición del cuerpo al momento de la realización, para dominar y dar movimiento al balón. (Cognitivo y Motriz)			
<b>Jugadores</b> 26	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>		
	Conos, balones, chalecos	50 minutos	Repeticiones		
		<b>Lugar</b>			
		<b>Unidad Educativa “Licto”</b>			
<b>Calentamiento General (5 Minutos)</b>					
Realizamos el calentamiento articular de modo Céfalocaudal desde la cabeza a los pies y luego iniciamos trotes adelante y hacia atrás, rodillas adelante y talones atrás, trote lento, skipping y concluimos con ejercicios de estiramiento muscular.					
<b>Calentamiento Especifico (5 Minutos)</b>					
Colocamos las manos juntas y antebrazos a la misma altura realizamos movimientos de abajo hacia arriba, movimientos circulares al lado derecho-izquierdo. Colocamos el globo sobre los antebrazos individualmente, empezamos a lanzar hacia arriba tomando en cuenta que debemos adelantar el pie de apoyo y el otro atrás, siempre manteniendo la mirada al globo. Caminamos una distancia designada manteniendo siempre los gestos técnicos de la recepción media.					
<b>Parte Principal (30 Minutos)</b>					
<ol style="list-style-type: none"> <li>Formamos parejas o grupos para realizar pases de antebrazos simultáneos con dos balones. es importante que los toques se realicen a diferentes alturas y que exista una buena coordinación y sincronización con el compañero. siempre manteniendo la mirada a la pelota</li> <li>El participante se colocará frente a la pared y realiza la recepción del balón dirigiéndola hacia un área determinada en la pared, la misma se va a encontrar a una altura de 2,50 metros de altura y el participante en relación con la superficie vertical a una distancia de 3 metros. (3s x 10r)</li> </ol>					
<b>Variantes (5 Minutos)</b>					
Formamos a los estudiantes en hileras, para que entre ellos ejerciten el gesto técnico de la recepción media utilizando los antebrazos.					
<b>Parte final (5 minutos)</b>					
Se juntan entre todos y realizar una retroalimentación de la clase Estiramientos Higiene/aseo personal					




<b>Sesión N° 16</b>			
<b>Tema:</b> Recepción media en el Ecuavoley		<b>Objetivo:</b> Mejorar la coordinación el pase y la recepción media con antebrazos	
<b>Jugadores</b> 26	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
	Conos, balones, chalecos	50 minutos	Repeticiones
		<b>Lugar</b>	
		<b>Unidad Educativa “Licto”</b>	
<b>Calentamiento General (5 Minutos)</b>			
Realizamos el calentamiento articular de modo Céfalo-Caudal desde la cabeza a los pies y luego iniciamos trotes adelante y hacia atrás, rodillas adelante y talones atrás, trote lento, skipping y concluimos con ejercicios de estiramiento muscular.			
<b>Calentamiento Específico (5 Minutos)</b>			
Nos desplazamos por toda la cancha y la señal del silbato 1,2,3 adoptamos la posición alta, media y baja siempre manteniendo la mirada hacia arriba.			
<b>Parte principal (30 Minutos)</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>Los participantes realizaran imitaciones de recibo desplazándose hacia el frente, hacia atrás y a los laterales sobre las líneas del terreno, sin perder el control del balón durante el ejercicio.</li> <li>Cada participante con un balón se situará en un lado del campo, junto a la red. Deberá lanzar el balón por encima y atraparlo al otro lado. Siempre manteniendo la mirada al balón y realizando la recepción media y baja, así sucesivamente.</li> <li>Formamos dos filas para ir realizando el pase con un golpe de antebrazo en forma de zigzag y cada vez que terminen deberán separarse un paso de lo que están frente a frente, si el participante no ejecuta bien la recepción media y falla seguirá saliendo hasta culminar con la actividad y volver a integrarse <b>(4s x 10r)</b></li> </ol>			
<b>Variantes (5 Minutos)</b>			
En grupo de 4 personas realizamos los mismos gestos técnicos de lo anterior sin dejar caer el balón.			
<b>Parte Final (5 minutos)</b>			
Se juntan entre todos y realizar una retroalimentación de la clase Estiramientos Higiene/aseo personal			

<b>Sesión N° 17</b>			
<b>Tema:</b> Recepción media y baja en el Ecuavoley		<b>Objetivo:</b> Mejora el gesto técnico de la recepción media y baja de forma lúdica y deportiva.	
<b>Jugadores</b> 26	<b>Materiales</b>  Conos, balones, chalecos	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
		50 minutos	Repeticiones
		<b>Lugar</b>	
		<b>Unidad Educativa “Licto”</b>	
<b>Calentamiento General (5 Minutos)</b>			
Realizamos el calentamiento articular en el modo Céfalo-Caudal desde la cabeza a los pies y luego iniciamos trotes adelante y hacia atrás, rodillas adelante y talones atrás, trote lento, skiping y concluimos con ejercicios de estiramiento muscular.			
<b>Calentamiento Específico (5 Minutos)</b>			
Nos desplazamos por toda la cancha y a la señal de los colores del semáforo adoptamos la posición de recepción alta, media y baja siempre manteniendo la mirada hacia arriba.			
<b>Parte Principal (30 Minutos)</b>			
<p>Los participantes formarán grupos y se pondrán en columnas para que cada uno con la ayuda de un compañero le lance el balón y realice la recepción media y baja desplazándose hacia adelante, atrás, izquierda, derecha y así sucesivamente.</p> <p>Los participantes formaran columnas frente a frente de la ula o red, a una distancia de 3 metros, para realizar el pase con un golpe de antebrazo y el que ha realizado el pase va al final de la otra columna.</p> <p>Trabajar de forma grupal y con un balón el gesto técnico de la recepción alta media y baja consecutivamente sin dejar caer el balón.</p>			
<b>Variantes (5 Minutos)</b>			
Realizar individualmente de los tres toques consecutivamente apoyados en un tablero o pared (4s x 10r) con una pausa de 2’.			
<b>Parte Final (5 minutos)</b>			
Se juntan entre todos y realizar una retroalimentación de la clase			
Estiramientos			
Higiene/aseo personal			



<b>Sesión N° 18</b>			
<b>Tema:</b> Recepción media y baja en el Ecuavoley		<b>Objetivo:</b> Mejora el gesto técnico de la recepción media, baja y pase de forma lúdica y deportiva.	
<b>Jugadores</b> 26	<b>Materiales</b> Conos, balones, chalecos. Red y silbato	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
		50 minutos	Repeticiones
		<b>Lugar</b>	
		<b>Unidad Educativa “Licto”</b>	
<b>Calentamiento General (5 Minutos)</b>			
Realizamos el calentamiento articular en el modo Céfalo-Caudal desde la cabeza a los pies y luego iniciamos trotes adelante y hacia atrás, rodillas adelante y talones atrás, trote lento, skiping y concluimos con ejercicios de estiramiento muscular.			
<b>Calentamiento Especifico (5 Minutos)</b>			
Nos desplazamos por toda la cancha y a la señal del profesor que da una suma, si la respuesta es par realizamos la recepción media y si es impar recepción baja siempre manteniendo la mirada hacia arriba.			
<b>Parte principal (30 Minutos)</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Trabajar de forma grupal, se situarán en columnas en la posición del colocador a una distancia de 2 metros frente a la red, deberán receptor el balón tratando de dar al servidor.</li> <li>Trabajar de forma grupal, se situarán en columnas en la posición del colocador a una distancia de 3 metros frente a la red, deberán correr y saltar tratando de topar la mitad de la red y luego regresar para recibir el balón con la recepción media y baja tratando de dar al servidor.</li> <li>La recepción será con las dos manos y luego individual con la mano derecha, mano izquierda y combinado (4s x 10r)</li> </ul>			
<b>Variantes (5 Minutos)</b>			
Realizar en parejas el voleo de pelotas bajas con un toque de antebrazos de un lado al otro sin que toque el piso (4sx10r) con una pausa de 2’.			
<b>Parte final (5 minutos)</b>			
Se juntan entre todos y realizar una retroalimentación de la clase Estiramientos Higiene/aseo personal			

<b>Sesión N° 19</b>			
<b>Tema:</b> Recepción alta, media y baja en el Ecuavoley		<b>Objetivo:</b> Mejorar el gesto técnico del toque de antebrazo del voleo de pelotas bajas.	
<b>Jugadores</b> 26	<b>Materiales</b> Conos, balones, chalecos. Red y Silbato	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
		50 minutos	Repeticiones
		<b>Lugar</b>	
		<b>Unidad Educativa “Licto”</b>	
<b>Calentamiento General (5 Minutos)</b>			
Realizamos el calentamiento articular de modo Céfalo-Caudal desde la cabeza a los pies y luego iniciamos trotes adelante y hacia atrás, rodillas adelante y talones atrás, trote lento, skipping y concluimos con ejercicios de estiramiento muscular.			
<b>Calentamiento Específico (5 Minutos)</b>			
Nos desplazamos por toda la cancha y lanzamos el balón hacia arriba y a la señal del silbato vamos cambiando de recepción alta a media y baja siempre manteniendo la mirada hacia arriba.			
<b>Parte principal (30 Minutos)</b>			
<p>Los participantes en parejas, desplazarse de un extremo a otro de la red pasando el balón. Mantener la posición baja y hacemos desplazamientos laterales. Esta vez introducimos el toque de antebrazos, siendo el objetivo llegar de un extremo a otro de la red tocando bajo, para mantener una posición baja.</p> <p>Los participantes realizar en parejas el golpe de antebrazo alta, media y baja el uno sirve de apoyo y el dos realiza el ejercicio sin dejar que toque el piso el balón. Mantener la mirada siempre en el balón. Saques continuos sobre un mismo jugador que trate de hacer el mayor número de recepción tratando de no dejar caer.</p> <p>La recepción será con las dos manos y luego individual con la mano derecha, mano izquierda y combinado (4s x 10r).</p>			
<b>Variantes (5 Minutos)</b>			
Realizar el voleo de pelotas altas con dos golpes obligatorios antes de pasar el balón al campo contrario (2sx 5r) con una pausa de 1’			
<b>Parte final (5 minutos)</b>			
Se juntan entre todos y realizar una retroalimentación de la clase			
Estiramientos			
Higiene/aseo personal			

<b>Sesión N° 20</b>			
<b>Tema:</b> Mini Ecuavoley voleo de pelotas altas, medias y bajas		<b>Objetivo:</b> Mejorar el gesto técnico del toque de dedos y antebrazo fundamento del Ecuavoley.	
<b>Jugadores</b> 26	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
	Conos, balones, chalecos. Red y Pito	50 minutos	Repeticiones
		<b>Lugar</b> <b>Unidad Educativa “Licto”</b>	
<b>Calentamiento General (5 Minutos)</b>			
Realizamos el calentamiento articular de modo Céfalo-Caudal desde la cabeza a los pies y luego iniciamos trotes adelante y hacia atrás, rodillas adelante y talones atrás, trote lento, skipping y concluimos con ejercicios de estiramiento muscular.			
<b>Calentamiento Específico (5 Minutos)</b>			
Nos desplazamos por toda la cancha y lanzamos el balón hacia arriba y a la señal del silbato vamos cambiando de recepción alta a media y baja siempre manteniendo la mirada hacia arriba.			
<b>Parte principal (30 Minutos)</b>			
Los participantes realizar en parejas a la señal del silbato adoptamos la posición sentados, receptamos el balón en posición alta, media y baja el uno sirve de apoyo y el dos realiza el ejercicio manteniendo la mirada siempre al frente. La recepción será con las dos manos y luego individual con la mano derecha, mano izquierda y combinado (4s x 10r). Circuito dinámico de las recepciones alta, media y baja del Ecuavoley. Realizar con 6 estudiantes tres en cada lado el objetivo del juego es pasar el balón al campo contrario puede ser con el toque de dedos o golpe de antebrazos sin dejar caer el balón, manteniendo la mirada siempre al balón.			
<b>Variantes (5 Minutos)</b>			
Realizar el ejercicio con dos o tres toques obligados sin dejar caer el balón (5s x 10r) con una pausa de 1’.			
<b>Parte final (5 minutos)</b>			
Se juntan entre todos y realizar una retroalimentación de la clase Estiramientos Higiene/aseo personal			

## **8.8. Impactos generados**

**8.8.1. Social:** Esta investigación tendrá un pronóstico social positivo debido a una serie de aspectos relacionados que determinan a los jóvenes estudiantes y deportistas de la Unidad Educativa Licto, quienes en última instancia se convierten en los sujetos de estudio y quienes son la próxima generación que pronto podrá convertirse en chicos saludables.

**8.8.2. Económico:** El fomento de la investigación y las titulaciones deportivas favorece la calidad de vida y así se utilizan de forma eficiente los recursos económicos; la economía de los sujetos no se vio afectada, pero contribuyó o redujo los estilos de vida sedentarios entre las personas mayores.

**8.8.3. Educativa:** Los deportistas y estudiantes de la Unidad Educativa Licto, que practican la actividad física y el movimiento, así como los entrenadores e instructores deportivos, forman parte de un nuevo enfoque de la educación deportiva; la propuesta es una alternativa educativa que contribuye a la formación y preparación física de los deportistas.

## **8.9. Conclusiones**

- Se propuso el diseño de las unidades y sesiones que permitan el mejoramiento de la coordinación óculo-manual en la recepción del Ecuavoley con lo cual se facilite el entendimiento didáctico del fundamento técnico.
- Se socializó la guía didáctica para el mejoramiento de la coordinación óculo-manual con ejercicios de carácter general para la correcta recepción del Ecuavoley, los docentes otorgan gran importancia a la propuesta y señalan que será útil, ya que ayudará a los estudiantes al dominio de los fundamentos técnicos del Ecuavoley.
- Se aplicaron los ejercicios para el mejoramiento de la práctica del fundamento técnico del Ecuavoley considerando importante la coordinación óculo-manual en la recepción alta, media y baja.

## **8.10. Recomendaciones**

- Se recomienda a los docentes de Ecuavoley valorar objetivamente la coordinación óculo-manual, como parte del proceso del mejoramiento, así como las técnicas necesarias para que el deporte se pueda desarrollar al cien por ciento.
- Se recomienda a los docentes realizar actividades y tareas orientadas al desarrollo de las capacidades físicas y las fases de dominio de la técnica a través de las rutinas dentro del Ecuavoley, así también mejorar el nivel de coordinación óculo-manual de los estudiantes.
- Se recomienda realizar la evaluación del estudiante de su capacidad física, técnica con el fin de alcanzar un aprendizaje óptimo y significativo.

## CAPÍTULO V

### IX. CONCLUSIONES

- Los resultados obtenidos en el pre-test y ficha de observación demostraron un deficiente desarrollo en la coordinación óculo-manual y en la recepción, desde la postura correcta del cuerpo, antebrazos y manos, lo cual indica que se debe mejorar la capacidad física coordinativa y el fundamento técnico del Ecuavoley.
- Se realizó una guía didáctica de ejercicios orientado al mejoramiento de la coordinación óculo-manual en la recepción del ecuavoley, para los estudiantes de primero bachillerato Construcciones Metálicas de la Unidad Educativa Licto, en donde los estudiantes realizaron diferentes actividades progresivamente según sus necesidades.
- Podemos concluir que la guía didáctica de ejercicios incide de forma positiva para mejorar la coordinación óculo-manual y la recepción del ecuavoley, los resultados arrojados en el pre-test y ficha el 65% de los alumnos encajaba con una actividad irregular, mientras que posterior a la aplicación del post-test y la ficha los alumnos alcanzan un 60,7% actividad bueno y tan solo un 39,3% se mantiene en regular.

## **X. RECOMENDACIONES**

- Se recomienda a los docentes de educación física realizar un diagnóstico de la capacidad física coordinativa y el fundamento técnico del ecuavoley en que se encuentran los estudiantes individualmente como colectivamente.
- Se recomienda enlistar actividades de menor a mayor grado de complejidad, ajustándose a las distintas necesidades tanto individuales como colectivas, ponderando a la mejoría de sus conocimientos, dentro de la guía didáctica.
- Finalmente se recomienda en las clases de educación física trabajar en grados inferiores las capacidades físicas coordinativas y el fundamento del ecuavoley dando relevancia a la coordinación óculo-manual en la recepción del balón.

## XI. BIBLIOGRAFÍA

- Albán Izurieta, R. B., & Perdomo Vargas, H. M. (2016). *EL Ecuavoley como deporte popular Ecuatoriano*. 56.
- Alcarás, E. (2014). *Mercedes juega si destino en el Ecuavoley*.
- Almeida, F. (2012). LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL PROCESO DE INTERAPRENDIZAJE DEL ECUAVOLEY EN LOS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA “VERACRUZ” DE PUYO PROVINCIA DE PASTAZA. *Repositorio Institucional de La Universidad Técnica de Ambato*, 119.
- Beltrán, E. (2015). IMAGINARIOS Y PRÁCTICAS COMUNICATIVAS EN EL ECUAVÓLEY. *Tesis*, 1–100. <https://doi.org/10.20868/UPM.thesis.39079>
- Buitrón Fuentes, J. A. (2017). Capacidades coordinativas y su relación en el aprendizaje de los fundamentos técnicos del ecuavoley en los estudiantes de 14 a 16 años de la Unidad Educativa Juan Montalvo en el año lectivo 2016 a 2017. *Repositorio Digital Universidad Técnica Del Norte*, 151.
- Estévez, S. (2008). *DISEÑO ESTRUCTURAL DE LA CUBIERTA METÁLICA PARA DOS CANCHAS DE ECUAVOLEY*.
- Galeano-terán, A. (2020). *Historia del ecuavoley : evolución cultural*. 15, 309–325.
- Galeano-Terán, A. (2021). Historia del ecuavóley, análisis desde el paradigma educativo. *International Journal of New Education*, 7. <https://doi.org/10.24310/ijne4.1.2021.11168>
- Galeano-terán, A., & Chuquin, P. (2021). Ecuavóley, el rey de los deportes para los ecuatorianos en el mundo. *Naveg@mérica. Revista Electrónica Editada Por La Asociación Española de Americanistas*, 26, 398–414. <https://doi.org/10.6018/nav.460121>
- Galeano Terán, A. (2020). Ecuavoley origen e historia en la provincia de imbabura. *Journal of Applied Sciences, Nature and Tourism*, 2(1), 68–80.
- Gálvez, K. (2012). "Mejorar La Coordinación Óculo Manual, a Través De Diferentes Juego Individuales, Grupales De Cooperacion Y Oposicion". 89.



- GUAMAN. D.A, JIMENES.J.A, ROJAS.L.A, BUILES. E.S, & CUELLO.S.S. (1967). Coordinación Óculo - Manual En Niños Y Niñas De 6 a 12 Años. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 13–48.
- Guaygua, O. (2013). *CRÓNICAS DEL ECUAVOLEY CASOS: EL PARQUE EL EJIDO Y LA CAROLINA DE QUITO, BASADOS EN LA PROPUESTA DE LOS IMAGINARIOS URBANOS*.
- Landeta, J. (2013). *ESTUDIO DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA DEL ECUAVOLEY DE LOS ESTUDIANTES SELECCIONADOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA "TEODORO GÓMEZ DE LA TORRE": ELABORACIÓN DE UNA GUÍA DIDÁCTICA DE ECUAVOLEY*. 1–186.
- Lechón Quimbia, T. M. (2017). Las capacidades físicas y su incidencia en los fundamentos técnicos del ecuavoley en los estudiantes de los terceros años de bachillerato de la Unidad Educativa Víctor Manuel Peñaherrera de la ciudad de Ibarra año lectivo 2016 - 2017. In *Repositorio Digital Universidad Técnica del Norte*.
- Lopez, J. (2016). *PRODUCCIÓN DE DOCUMENTAL-CORTO: EL ECUA-VÓLEY EN LA CIUDAD DE IBARRA, EQUIPO LA FAMILIA*.
- Mata, E. (2017). “Los juegos predeportivos en el desarrollo de la motricidad gruesa de los estudiantes de la Unidad Educativa Jorge Alvarez.” *Repo.Uta.Edu.Ec*, 130.
- Medina, J., & Vigilio, J. (2020). INFLUENCIA DEL DRIBLING CON EL BALÓN DE MINI-BÁSQUET PARA EL DESARROLLO DE LA COORDINACIÓN ÓCULO-MANUAL EN LOS ESTUDIANTES DEL PRIMERO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR “SANTA TERESITA DE LISIEUX” DEL DISTRITO DE MIRAFLORES, AREQUIPA -. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 5–24.
- Moina, P. (2021). *PREPARACION TECNICA DEL REMATE EN EL ECUAVOLEY BASADO EN LAS BASES BIOMECAICAS DE SU SIMILAR EN EL VOLEIBOL*. 2018–2019.
- Ocaña, N. (2021). Influencia de un programa de ejercicios sobre la coordinación óculo- motora en niños. Riobamba, 2018-2019. *D. Space Unach*, 2018–2019. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/6298>

- Pereira, J. (2021). *Influencia del ecuavoley para mejorar las capacidades coordinativas especiales en las clases de educación física en primero de bachillerato.*
- Pérez, H. (2017). *PREPARACIÓN FÍSICA Y SU RELACIÓN CON LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE ECUAVÓLEY EN LOS ESTUDIANTES DEL PRIMER NIVEL DE LA “UNIVERSIDAD POLITÉCNICA ESTATAL DEL CARCHI” EN EL AÑO 2017.*
- Prasetya, R. G. (2017). “LA ACTIVIDAD LÚDICA Y LA COORDINACIÓN MOTRIZ EN LOS ESCOLARES DE QUINTO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA DR. NICANOR LARREA. *D. Space Unach*, 6–18.
- Quevedo, D. J. T. (2020). LA EDUCACIÓN FÍSICA INICIAL EN LA COORDINACIÓN MOTRIZ DE LOS NIÑOS DE SEGUNDO GRADO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA MERCEDES AMELIA GUERRERO, DEL CANTÓN CHAMBO, PROVINCIA DE CHIMBORAZO, AÑO LECTIVO 2014-2015. In *Alternativas de evaluación del lenguaje en niños pre escolares*. <http://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/7646/1/06678.pdf>
- Salinas, B. (2021). INCIDENCIA DE LA PRACTICA DE FUNDAMENTOS TECNICOS DEL ECUAVOLEY EN LA MOTRICIDAD DE ESCOLARES. *Nuevos Sistemas de Comunicación e Información*, 2013–2015.
- Secretaría del Deporte. (2015). Ley del Deporte, Educación Física y Recreacion. *Registro Oficial Suplemento 255 de 11-Ago.-2010*, 1–37.
- Tan Guevara, L., Castellanos Figueredo, C., & Tan Castellanos, Y. (2021). La preparación técnico –física, prioridad en el entrenamiento de los pesistas principiantes. *Revista Olimpia*, 18(1), 558–567.
- Tigselema Granja, W. F. (2014). Los fundamentos del ecuavoley y su incidencia en el desarrollo motriz de los Estudiantes de sextos años de Educación Básica de la Escuela Dr. Pablo Herrera del Cantón Pujilí. *Repositorio Universidad Técnica de Ambato*, 20–21.
- Unda, K. (2012). EL NEWCOM EN LA PRACTICA RECREATIVA DE LAS PERSONAS ADULTAS QUE PRACTICAN ECUAVOLEY EN EL BARRIO LA PRADERA. In *Repositorio Institucional de la Universidad Técnica de Ambato*.

Vernetta Santana, M., Montosa Mirón, I., & Gutiérrez Sánchez, Á. (2019). Validación y fiabilidad de un test para evaluar la coordinación óculo manual y agilidad en gimnasia rítmica. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 5(2), 174–189. <https://doi.org/10.17979/sportis.2019.5.2.3488>

# **ANEXOS**

**Anexo 1:** Oficio de autorización de la Unida Educativa Licto

Licto, 7 de octubre del 2021

MSc. Mayra Chávez

**RECTORA DE LA UNIDAD EDUCATIVA "LICTO"**

Presente:

De mi consideración

Reciba un atento y cordial saludo, de parte de José Luis Chuqui Chicaiza con C.I. 0605344480 y Jhon Javier Quishpe Tura con C.I. 1723161459, estudiantes de la Universidad Nacional de Chimborazo, de la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías de la Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, nos permita realizar la investigación titulada **"LA COORDINACIÓN ÓCULO-MANUAL EN LA RECEPCIÓN DEL ECUAVOLEY"**, con los estudiantes de primero bachillerato Construcciones Metálicas.

Por la atención al presente, le anticipo mis agradecimientos y desearle éxitos en sus labores profesionales.



José Luis Chuqui Chicaiza

**C.I.:** 0605344480

**Correo electrónico**

[jose.chuqui@unach.edu.ec](mailto:jose.chuqui@unach.edu.ec)



Jhon Javier Quishpe Tura

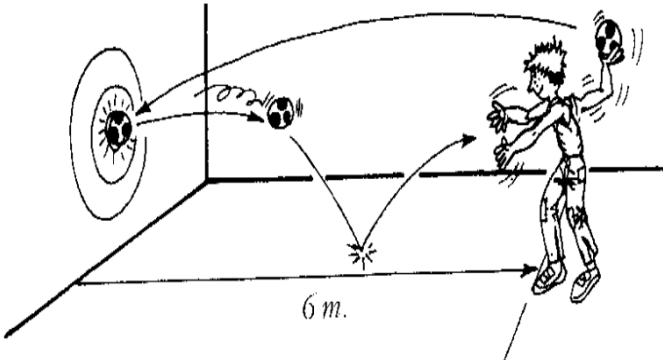
**C.I.:**1723161459

**Correo electrónico**

[jhon.quishpe@unach.edu.ec](mailto:jhon.quishpe@unach.edu.ec)



**Anexo 2:** Test “lanzamiento a diana” tomado a los estudiantes

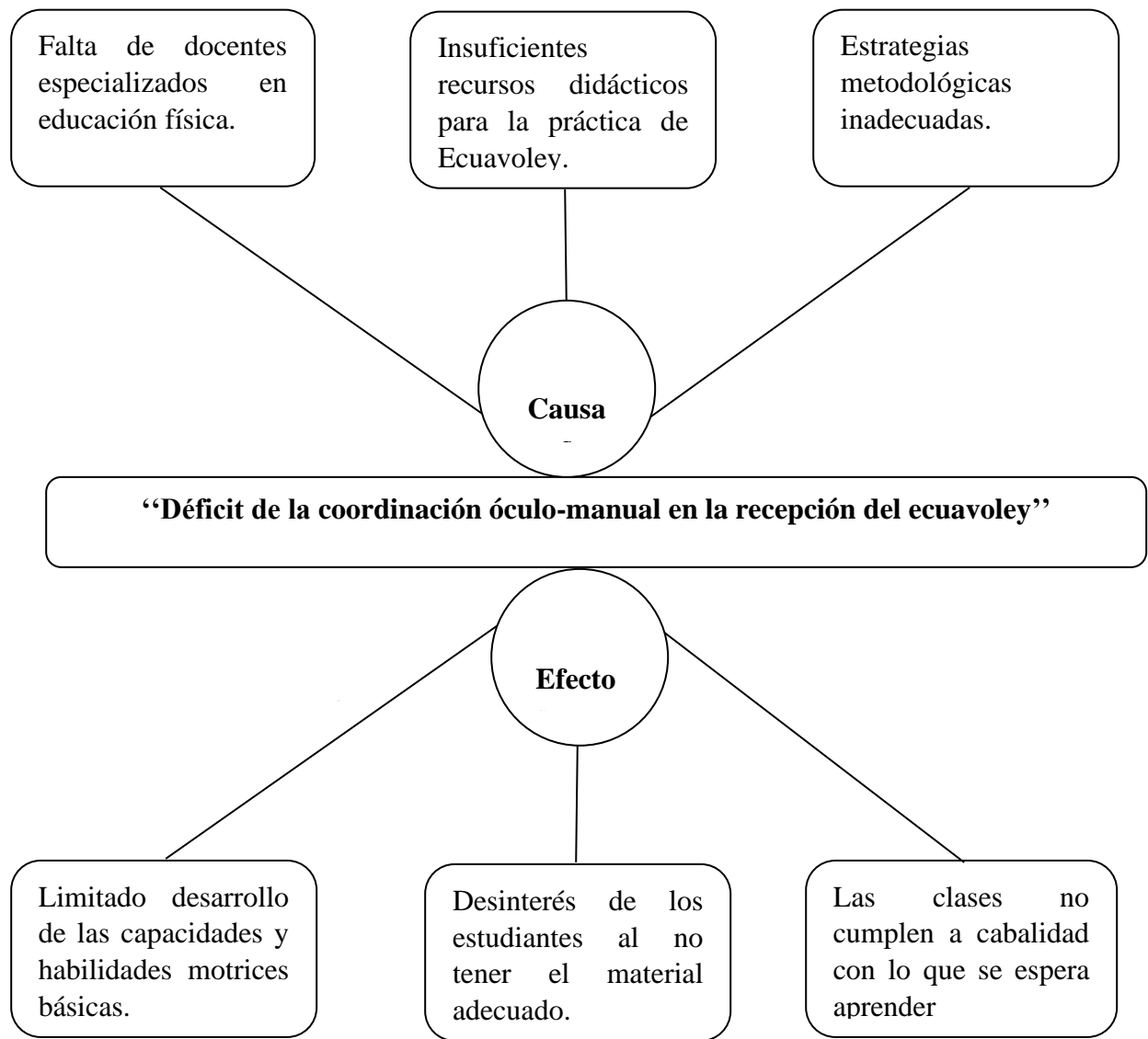
<b>COORDINACION OCULO MANUAL</b>			
<b>TEST “LANZAMIENTO A DIANA”</b>			
<b>Objetivo:</b> Medir el grado de coordinación óculo - manual.			
<b>Desarrollo:</b> Esta prueba consiste en lanzar una pelota de ritmo a una diana situada a 6 m. de distancia con la mano hábil y recogerla a su regreso con las dos manos durante 1 minuto, anotando las dianas correspondientes. (Yutronic, 2012)			
<b>Normas:</b> Observar que ningún lanzamiento se realice desde fuera de la señal indicada. Todos se realizarán con la mano hábil y serán diana todos aquellos que al menos toquen la diana.			
<b>Material:</b> Cronómetro, pelota y diana pintada.			
			
<p><b>Gráfico 1:</b> Test de Lanzamiento a Diana  <b>Fuente:</b> (Yutronic, 2012)</p>			
<b>Tabla de valoración</b>			
<b>Hombres</b>		<b>Mujeres</b>	
<b>Muy Bueno</b>	15 – 20	<b>Muy Bueno</b>	12 – 16
<b>Bueno</b>	10 – 15	<b>Bueno</b>	8 – 12
<b>Regular</b>	5 – 10	<b>Regular</b>	4 – 8
<b>Irregular</b>	0 – 5	<b>Irregular</b>	0 – 4
4	<b>Muy Bueno</b>	<b>PONDERACIÓN</b>	
3	<b>Bueno</b>		
2	<b>Regular</b>		
1	<b>Irregular</b>		

**Anexo 3:** Ficha de observación tomada a los estudiantes

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACION HUMANAS Y TECNOLOGIAS

<b>Datos informativos</b>											
<b>Nombre de la Institución:</b>											
<b>Alumnos:</b>											
<b>Fecha:</b>		Día:		Mes:		Año:					
<b>Edad cronológica:</b>		Años:		Mes:		Días:					
<b>Tema:</b>		Fundamento defensivo del Ecuavóley									
Ficha de Observación del Fundamento Defensivo											
FUNDAMENTOS DEL ECUAVOLEY		Valoración									
		Cuantitativa		4		3		2		1	
		Cualitativa		MB	%	B	%	R	%	I	%
Recepción		Alta		Golpea y dirige el balón en volea alta.	Golpea el balón correctamente, aunque le cuesta conseguir la dirección del balón	Coloca las manos en posición adecuada sin flexión de codos.	Se coloca en posición inadecuada para recibir el saque alto.				
		Media		Golpea y dirige el balón con antebrazo en posición media	Golpea el balón Correctamente aunque le cuesta conseguir la dirección del balón	Coloca correctamente los antebrazos en posición media, pero no flexiona rodillas	No coloca Correctamente Los antebrazos en Posición Media				
		Baja		Golpea y dirige el balón con antebrazo en posición baja	Golpea el balón correctamente aunque le cuesta conseguir la dirección del balón	Coloca Correctamente Los antebrazos en posición baja pero no Flexiona rodillas	No coloca correctamente los antebrazos en posición baja				

**Anexo 4: Árbol de problemas**





**Anexo 5: Toma del Pre-Test “Lanzamiento a diana”**



**Anexo 6: Toma del Post-Test “Lanzamiento a diana”**



**Anexo 7:** Toma de la Pre-Ficha de observación de la recepción del Ecuavoley



Recepción alta



Recepción Media



Recepción baja

**Anexo 8:** Toma de la Post-Ficha de observación de la recepción del Ecuavoley



Recepción alta



Recepción media



Recepción baja

## Anexo 9: Ejercicios de coordinación Óculo-manual



Dominio del globo combinando la mano derecha e izquierda



Desplazamientos y variación de movimientos con el globo (adelante, atrás, derecha, izquierda, sentados y parados)



Desplazamiento de extremo a extremo de la cancha con uno y dos globos combinando las dos manos derecha e izquierda



## Anexo 10: Ejercicios de recepción del Ecuavoley



Gesto técnico de la recepción alta mediante la utilización de material alternativo como el cono



Ejecución de la recepción alta con globos o balones junto a la red de Ecuavoley



Ejecución de la recepción media con rebote en la pared y baja con desplazamientos a lo largo de la cancha de Ecuavoley

