

Universidad de Cienfuegos “Carlos Rafael Rodríguez”

Facultad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte

JUEGOS PREDEPORTIVOS PARA MEJORAR LA TÉCNICA DEL SAQUE DE LAS  
VOLEIBOLISTAS 11-12 AÑOS.

Trabajo de Diploma para Optar por el Título de Licenciado en Cultura Física

Autor: Mario Rafael Figueroa Hernández

Tutores: MS.c. Yeney Calderón Villa

MS.c. Grisel de la Caridad Navarro Soto

Cienfuegos, 2025

Universidad de Cienfuegos "Carlos Rafael Rodríguez"

Facultad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte

### CARTA AVAL

A través de la presente se avala que: Mario Rafael Figueroa Hernández estudiante de la Universidad de Cienfuegos "Carlos Rafael Rodríguez". Facultad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte ha realizado su trabajo investigativo en el/(la) Escuela José Mateo Fonseca con el título JUEGOS PREDEPORTIVOS PARA MEJORAR LA TÉCNICA DEL SAQUE DE LAS VOLEIBOLISTAS 11-12 AÑOS. Dirigido por la Tutora MSc Yeney Calderón Villa.

Este trabajo investigativo fue apoyado metodológica y técnicamente en la fase de exploración, diagnóstico, planificación y ejecución. Se considera que el mismo contribuye al perfeccionamiento del entrenamiento deportivo dando aportes relevantes al territorio.

Dado en la ciudad de Cienfuegos a los 2 días del mes de Junio del 2025

Atentamente

  
Firma

Cargo: Directora



## **AGRADECIMIENTOS**

En primer lugar, deseo expresar mi más sincero agradecimiento a mis tutores Yoney Calderón Villa y Grisel de la Caridad Navarro Soto, por su invaluable apoyo, orientación y conocimientos a lo largo de este proceso. Les llega a ustedes toda mi gratitud.

A mi papá Mario Figueroa Pomares que, a pesar de que hoy no se encuentra a mi lado, me brindó lo mejor de sí, amor, comprensión y ternura.

A mi mamá Arays Hernández Garay, por todo su apoyo y dedicación en mi formación como un ser humano de bien. Su entusiasmo y dedicación me han inspirado a superarme.

A mi padrastro Alejandro Valero Inerarity, por dedicar una vida entera a mi formación como ser social y profesional

A mis tíos Margarita Iznaga Hernández y Juan Carlos de la Mora Santos, que más que tíos han sido mis padres, les agradezco todo el empeño depositado en mí cuidado y formación.

A mi hermano Alejandro Rafael Valero Hernández por su constante apoyo moral y afectivo.

A mis primos, tíos y resto de la familia, un agradecimiento especial por su amor incondicional, su paciencia y su fe en mí. Su apoyo emocional y motivación me han dado la fuerza necesaria para seguir adelante en los momentos más desafiantes.

A todos mis profesores, quienes, con sus enseñanzas y consejos, han contribuido significativamente a mi formación académica y personal. Sus enseñanzas quedarán grabadas en mi camino profesional.

A mis compañeros de clase, gracias por los momentos compartidos, las largas horas de estudio y el apoyo mutuo. Ustedes hicieron de esta experiencia un viaje inolvidable.

Finalmente, a todas las personas que de alguna manera contribuyeron a la realización de esta tesis, les agradezco de corazón. Cada uno de ustedes ha dejado una huella importante en este logro.

**Gracias.**

## DEDICATORIA

Dedico este trabajo a personas muy especiales, a las cuales quiero y admiro mucho; unos seres maravillosos que han sabido guiarme por el mejor de los caminos y se han esforzado sin límites para hacer realidad mis sueños, que siempre han confiado en mí y a quienes nunca defraudaré: mis tíos (Margarita Iznaga Hernández y Juan Carlos de la Mora Santos) y mis padres (Arays Hernández Garay, Mario Figueroa Pomares y Alejandro Valero Inerarity).

A mis primos y hermano, quienes han compartido conmigo este camino académico y me han motivado en los momentos de dificultad. Su confianza y aliento han hecho de esta travesía una experiencia inolvidable.

A toda mi familia por su amor y ayuda incondicional.

A todas aquellas personas que de una forma u otra han estado siempre conmigo en mi formación.

Por último, dedico este trabajo a todos aquellos que luchan por sus sueños y permanecen firmes ante los desafíos. Cada esfuerzo vale la pena y cada meta alcanzada es un paso hacia un futuro mejor.

***Muchas gracias de todo corazón.***

## Resumen

El presente estudio aborda juegos predeportivos con el objetivo de mejorar la enseñanza del elemento técnico saque, en las voleibolistas de 11 a 12 años que reciben clases de en las instalaciones de la escuela “José Mateo Fonseca”. Para la realización del estudio se empleó un paradigma cualitativo, con un diseño descriptivo, utilizando una población de 12 atletas todas del sexo femenino. Además, se contó con 7 especialistas para la valoración de los juegos predeportivos. Para la realización de este trabajo se emplearon diferentes métodos de investigación del nivel teórico analítico-sintético, histórico-lógico e inductivo-deductivo, dentro de los empírico se utilizaron la observación, análisis documental y criterio de especialista y estadísticos (cálculo porcentual) para la obtención, procesamiento y análisis de los resultados, lo que permitió arrojar conclusiones, tales como: los juegos predeportivos elaborados responden al mejoramiento del elementos técnicos de saque. Los especialistas coinciden en que los juegos predeportivos son adecuados y factibles para los propósitos para los que fueron concebidos.

Palabras Claves: voleibolista, Atletas, juegos predeportivo

## **Abstract**

This study addresses pre-sport games with the objective of improving the teaching of the technical element of serving among 11- to 12-year-old volleyball players who attend classes at the José Mateo Fonseca School. A qualitative paradigm with a descriptive design was used for the study, utilizing a population of 12 female athletes. In addition, seven specialists were involved in the evaluation of the pre-sport games. Different research methods were employed in this study: analytical-synthetic, historical-logical, and inductive-deductive. Among the empirical methods, observation, documentary analysis, and specialist and statistical criteria (percentage calculation) were used to obtain, process, and analyze the results. This allowed for the conclusions to be drawn, such as: the pre-sport games developed respond to the improvement of the technical elements of serving. Specialists agree that the pre-sport games are adequate and feasible for the purposes for which they were conceived.

Keywords: volleyball player, athletes, pre-sport games

# Índice

## Contenido

1. INTRODUCCIÓN	1
1.1. Fundamentación teórica.	7
1.1.1. Antecedentes teóricos	7
1.2. Fundamentos del voleibol	9
1.3. Fundamentos teóricos de juegos	13
1.3.1. Fundamentos teóricos de juegos predeportivos	15
1.4. Características de los niños de 10 a 12 años para la práctica del voleibol	18
II. METODOLOGÍA.	20
2.1 Tipo de estudio y diseño.	20
2.2. Población	20
2.3. Métodos y técnicas (teóricos, empíricos, matemáticos y estadísticos)	20
2.4. Análisis de los resultados	21
2.4.1. Análisis de documento.	21
2.4.2. Observación de la ejecución técnica del saque por abajo	22
2.4.3. Juegos Predeportivos.	23
2.4.4. Validación de los juegos predeportivos	32
3-CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	35
CONCLUSIONES	35
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	36
ANEXOS	

## 1. INTRODUCCIÓN

El voleibol es un deporte que requiere habilidades técnicas, coordinación, capacidades físicas, agilidad, reacción y la capacidad de trabajar en equipo. En él se desarrollan los fundamentos técnicos: saques, pase, recepción, ataque, remate, bloqueo y defensa del campo. Sin embargo, en las edades de 11 y 12 años, por orientaciones establecidas en el programa de preparación del deportista de dicho deporte, solo se debe trabajar el saque, pase, recepción y defensa del campo, los cuales se deben desarrollar a través de juegos que motiven a los alumnos y hagan más atractiva la práctica del deporte.

En el ámbito del deporte, la práctica de juegos promueve la excelencia en la clase, ya que fomenta una elevada calidad en el desempeño de los atletas, siendo la forma más efectiva e inclusiva de enseñar a los niños sobre los aspectos técnicos de los diversos deportes, así como los diferentes enfoques mentales, valores y conocimientos necesarios para que puedan participar en actividades físicas y deportivas a lo largo de su vida.

El juego es visto como una fuente inagotable de diversión, felicidad y gratificación en las clases de deporte, lo que contribuye al desarrollo equilibrado del cuerpo, la mente, las emociones y la socialización. Los niños que juegan son considerados saludables, ya que a través del juego se fomentan habilidades, destrezas físicas, psicomotricidad, aspectos emocionales, sociales, cognitivos y corporales (Ali, 2017; Armenteros et al., 2020; Aryanti et al., 2022; Hasyim, et al., 2021 & Padillah, et al., 2020).

En esta perspectiva, los juegos predeportivos son un tipo de juegos menores que se destacan por su enfoque en el desarrollo de movimientos, acciones y habilidades básicas que son esenciales para aprender habilidades deportivas. En términos generales, los juegos predeportivos y los juegos deportivos comparten reglas comunes, ya que buscan recrear de manera divertida elementos clave de diferentes deportes en distintas actividades físicas (Betancourt, et al., 2020 & Orosco, 2022).

A través de los juegos predeportivos, se pueden desarrollar estas habilidades de forma gradual y adaptada a las capacidades de los niños. Además de ser divertidos, los juegos predeportivos también ayudan a los niños a familiarizarse con las reglas y fundamentos del voleibol. Al aprender jugando, los niños se sienten más motivados a participar y a

seguir practicando el deporte. En ese sentido, se deben diseñar e implementar juegos predeportivos que hagan que el aprendizaje sea más atractivo y efectivo (Betancourt, *et al.*, 2020; González y Olivera, 2023; Monta y Romero, 2017 & Olivera, *et al.*, 2018).

Las investigaciones efectuadas sobre juegos predeportivos en el voleibol resaltan su importancia como herramientas didácticas que permiten a los estudiantes familiarizarse con las habilidades motrices específicas del deporte. Por ejemplo, Betancourt y colaboradores se enfocan en el perfeccionamiento de la técnica de ataque mediante la implementación de juegos predeportivos en un entorno escolar, mostrando que estas actividades son efectivas en el desarrollo de habilidades técnicas (Betancourt, *et al.*, 2020).

De manera similar, González y Olivera destacan que la implementación de juegos predeportivos ayuda a los alumnos a desarrollar habilidades motrices fundamentales que son esenciales para el voleibol, abogando por su uso no solo en el aula, sino también como parte de actividades recreativas en la comunidad. Además, plantean que los juegos predeportivos son necesarios para la enseñanza de los elementos técnicos, tácticos y físicos, y que existe la necesidad de diseñar juegos para el desarrollo de las habilidades técnicas en los diferentes deportes (González & Olivera, 2023). Estos autores recomiendan el diseño de juegos predeportivos para la enseñanza de elementos técnicos del deporte voleibol.

Además Gil, *et al.* (2016) plantean que en la pedagogía de la enseñanza del voleibol se mencionan los juegos predeportivos como un enfoque efectivo, debido a que se pueden manipular acciones competitivas, mejorar la toma de decisiones y la eficacia en acciones técnicas, como el saque y el voleo, recomendando su diseño e implementación (Gil *et al.*, 2016). Este enfoque también se alinea con las observaciones de Gómez y Valverde, quienes encuentran que el uso de tareas desafiantes a través de juegos predeportivos incrementa el nivel de competencia percibida entre los alumnos (Gómez & Valverde, 2021).

Las metodologías basadas en juegos, como se evidenció en varios estudios, también se correlacionan con un aumento en la percepción de competencia de los estudiantes, lo

cual es esencial para fomentar la participación activa, por lo que es necesario que se diseñen e impartan juegos en la enseñanza deportiva (García, *et al.*, 2021 & Álava, 2021). En un ambiente de aprendizaje bien estructurado, donde se integran juegos predeportivos, los estudiantes pueden practicar sus habilidades de saque y voleo de manera más efectiva, convirtiéndolo en una experiencia educativa integral (Lozano, 2024).

Por lo tanto, usar juegos predeportivos para la enseñanza de habilidades específicas del voleibol, como el saque y el voleo, es una estrategia educativa que tiene el potencial de hacer que el aprendizaje sea más atractivo y efectivo. Estos aspectos favorecen el diseño de juegos predeportivos para la enseñanza de las habilidades técnicas en los diferentes deportes. Este enfoque no solo cumple con los objetivos de aprendizaje técnico, sino que también fomenta un entorno de aprendizaje positivo, generando entusiasmo y mejorando la competencia percibida (Guillén & Bueno, 2016). La implementación de juegos predeportivos en la enseñanza del voleibol puede ser un camino prometedor para mejorar tanto las habilidades técnicas como la motivación de los estudiantes, facilitando un aprendizaje significativo en este deporte (Viciano, *et al.*, 2020).

Todos los autores antes mencionados coinciden en la necesidad de realizar estudios que aborden el diseño y la implementación de juegos predeportivos para la enseñanza y mejoramiento de las habilidades técnicas, ya que favorecen un aprendizaje atractivo y efectivo. Debido a que existe una limitada práctica de juegos, especialmente predeportivos, para el voleibol.

En el estudio que se realiza sobre los juegos predeportivos en la categoría 11-12 años, existen varias investigaciones relacionadas con el presente tema, evidenciando brechas, lagunas, que se observan en los entrenamientos del equipo femenino de Voleibol como son:

- Deficiencias técnicas en el elemento técnico saque.
- Atletas con dificultades para ejecutar el elemento técnico durante la acción de juego.

Lo anterior conduce a reflexionar sobre el Programa de Preparación del deportista del Voleibol para la categoría Pioneril presenta las habilidades técnicas desde el punto de vista de habilidades aisladas, pero indudablemente el juego es la razón fundamental, por tanto es recomendable acometer la enseñanza sobre la base de situaciones simplificadas de juego, también se observan ejercicios para su enseñanza y desarrollo pero hay poca presencia de juegos predeportivos para el mejoramiento de los elementos técnicos concebidos. Al quedar evidenciada la carencia en la literatura consultada, y las irregularidades originadas por esta se devela la siguiente **situación problémica**: Deficiencias en la ejecución de la técnica del saque por abajo de las voleibolistas de la categoría de 11 - 12 años del equipo de Cienfuegos.

Por lo antes expuesto se traza el siguiente **problema científico**: ¿Cómo mejorar la ejecución de la técnica del saque por abajo de las voleibolistas de la categoría de 11 - 12 años del equipo de Cienfuegos?

**Objeto de estudio** está enmarcado en el proceso de preparación técnica del voleibolista y el **campo de acción**: la técnica del saque de las voleibolistas 11-12 años del equipo de Cienfuegos.

En correspondencia con lo anteriormente planteado, se formula como **objetivo general**: Diseñar juegos predeportivos para mejorar la ejecución de la técnica del saque por abajo de las voleibolistas de la categoría de 11 - 12 años del equipo de Cienfuegos.

### **Objetivos específicos**

1. Determinar los fundamentos teóricos y metodológicos sobre la preparación técnica de las voleibolistas.
2. Diagnosticar el estado actual de la ejecución de la técnica del saque por abajo de las voleibolistas de la categoría de 11 - 12 años del equipo de Cienfuegos.
3. Elaborar los juegos predeportivos para mejorar la ejecución de la técnica del saque por abajo de las voleibolistas de la categoría de 11 - 12 años del equipo de Cienfuegos.
4. Valorar los juegos predeportivos para mejorar la ejecución de la técnica del saque por abajo de las voleibolistas, por criterio de especialistas.

## Definiciones de trabajo

**Variable relevante:** elementos técnicos saque por abajo.

**Tabla 1.** Saque por abajo tomada por (Gómez, 2011).

TABLA DEL SAQUE		
Indicador	Posibles errores	Evaluación
<b>Saque por debajo de frente</b>		
<p>✓ Se colocan los pies en forma de paso. Las piernas están ligeramente flexionadas. El tronco inclinado al frente. El balón es sostenido con la mano izquierda delante del jugador. El otro brazo, ligeramente flexionado, se encuentra detrás del cuerpo. El movimiento de encuentro con el balón comienza con el lanzamiento corto del balón hacia arriba. Seguidamente, el brazo derecho se desplaza hacia adelante en forma de péndulo, golpeando el balón con la mano abierta por su parte anterior inferior.</p>	No extiende el brazo al golpear.	<p>Si no comete errores: E Si comete un error: MB Si comete dos errores: B Si comete tres errores: M</p>
	Lanza incorrectamente la bola.	
	Descoordinación de los movimientos de flexión y extensión.	
	El balón se golpea demasiado corto, contra la red.	
	El balón se golpea lateral fuera de la cancha.	

**Fuente:** Elaboración propia

**Indicadores para evaluar los elementos técnicos.**

Excelente. No comete error al realizar la ejecución del gesto técnico

Muy Bien. Puede cometer un error al realizar la ejecución del gesto técnico

Bien. Comete dos errores al realizar al realizar la ejecución del gesto técnico

Mal. Comete tres o más errores al realizar la ejecución del gesto técnico

## 1. Resumen Bibliográfico

### 1.1. Antecedentes teóricos

A nivel internacional se han efectuado diferentes investigaciones que abordan los juegos predeportivos para la enseñanza del voleibol. Coca, en el año 2023, realiza un estudio sobre los juegos cooperativos en la enseñanza de los fundamentos técnicos del voleibol en escolares de Educación General Básica Media, el cual tiene como objetivo determinar la incidencia de los juegos cooperativos en la enseñanza de los fundamentos técnicos del voleibol en los escolares de educación básica media. Se emplearon actividades lúdicas, especialmente juegos cooperativos con el uso de globos, pelotas, balones de voleibol e implementos deportivos, concluyéndose que los juegos cooperativos inciden en la enseñanza de los fundamentos técnicos del voleibol en los escolares de Educación General Básica Media (Coca, 2023).

En el año 2022, Cabrera & González realizan un estudio sobre la gamificación para el desarrollo de habilidades motrices durante la enseñanza-aprendizaje del voleibol en la Educación Física escolar; constituye un punto de partida para la comprensión del proceso didáctico-metodológico del aprendizaje del voleibol durante las clases de educación física escolar. Como resultado, se pudo constatar que la gamificación es una herramienta que no solo sirve para aumentar los conocimientos, la autoestima y la atención, sino también para la motivación y el mejoramiento de las habilidades motrices, el desarrollo de capacidades físicas y las relaciones interpersonales durante el trabajo en equipo, así como la participación activa de los alumnos mediante la resolución de problemas del contenido del voleibol. Se concreta que la gamificación en la educación física juega un papel fundamental en la labor pedagógica del profesor, siendo una herramienta determinante para la calidad de los procesos cognoscitivos y el desarrollo de un pensamiento creador que favorece la formación educativa en los alumnos durante la clase (Cabrera & González, 2022).

Entre estos estudios se encuentra el realizado por Betancourt et al., (2020), en la ciudad de Quito, Ecuador, quienes diseñan juegos predeportivos para perfeccionar el desempeño técnico del ataque en el voleibol escolar del Colegio Cardenal de la Torre.

Aunque se plantea que el 86,67% de los alumnos estudiados mejoraron su aprendizaje de la técnica del ataque de forma directa o indirecta, se concluye que los alumnos que se encuentran en iniciación, sin experiencia previa en el voleibol, mejoraron notablemente el aprendizaje indirecto de la técnica del ataque del voleibolista gracias a los juegos predeportivos implementados en la presente investigación. Dicho estudio no recoge los juegos predeportivos implementados, por lo que los entrenadores no cuentan con una guía que les permita aplicarlos en la etapa de iniciación.

En el año 2021, Álava efectúa un estudio sobre actividades lúdicas en el proceso de enseñanza-aprendizaje de las técnicas individuales de voleibol en modalidad virtual en Ecuador, planteándose que su estudio se fundamenta científicamente en la importancia de las actividades lúdicas en los procesos de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física, demostrando en la práctica su utilidad en el aprendizaje de las técnicas individuales de voleibol; confirmándose la validez de las actividades lúdicas realizadas como una alternativa viable y ampliamente práctica para mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje de las técnicas individuales de voleibol en modalidad virtual. Se concluye que se lograron los objetivos planificados, proporcionando un programa de actividades recreativas válido para mejorar el aprendizaje de las técnicas individuales de voleibol en la modalidad en línea (Álava, 2021).

En Colombia, en el año 2015, se realiza un estudio que aborda la enseñanza de los fundamentos técnicos del minivoleibol, incluyendo los desplazamientos, circuitos, servicio o saque por debajo, recepción de antebrazos individual y en conjunto, golpe de dedos o voleo, golpe de ataque, bloqueo, juego 1x1, juego 2x2, juego 3x3 y juego 4x4, los cuales se impartieron en un periodo de 9 meses, con dos sesiones por semana, de dos horas cada una. Como resultado, se obtuvo que los ejercicios propuestos para el aprendizaje de los desplazamientos mejoraron la calidad y la velocidad de la ejecución de cada uno de los fundamentos en el minivoleibol. Además, se logró que las actividades planificadas fueran atractivas para los niños, por su componente lúdico, a partir del juego y las situaciones presentadas (Albarracín & Montes, 2015).

A nivel nacional, se ha investigado el tema de los juegos predeportivos para la enseñanza del voleibol, entre los que se encuentra el realizado por González y Olivera (2023), en

Granma, quienes diseñan juegos predeportivos para la familiarización de los estudiantes con las habilidades motrices en dicho deporte; planteando que estos juegos servirán como herramienta importante no solo en las clases de educación física propiamente dichas, sino también para emplearlos en las comunidades donde viven los estudiantes, dándoles la oportunidad de utilizar el tiempo libre en actividades saludables que les permitan un desarrollo espiritual, biológico, psicológico y social adecuado. Estos juegos no fueron aplicados en la práctica ni validados científicamente. Los mismos fueron desarrollados para las habilidades motrices; aunque abarcan el saque y el voleo, solo se plantea un juego para cada uno de estos elementos técnicos, gesto que se debe potenciar en las edades de 10 a 12 años.

A pesar de que estos estudios aportan a la investigación, en la revisión bibliográfica efectuada no se han encontrado juegos predeportivos para la enseñanza del saque y el voleo en el voleibol.

## **1.2. Fundamentos del voleibol**

El voleibol fue creado en 1895 por William G. Morgan, director de educación física en la asociación Young Men's Christian Association (YMCA) de Estados Unidos. Es un deporte colectivo con características de colaboración y oposición en el que los jugadores de cada equipo están separados por una red, y no existe contacto físico entre ellos. Esto lo diferencia del resto de los deportes de equipo (Méndez & Méndez, 2016, p. 219). Se presenta como un deporte con balón, cuyo objetivo es hacer que el balón no pase del lado contrario y toque el piso para ganar puntos.

Es un deporte competitivo de alto rendimiento físico y técnico que presenta algunas variantes aceptadas de manera oficial:

- ✓ El voleibol de playa, que se juega sobre la arena y desde 1996 forma parte de las disciplinas olímpicas, a partir del encuentro celebrado en Atlanta que contó con un estadio construido especialmente sobre la playa (Historia del voleibol, 19 de noviembre de 2023).

- ✓ El voleibol sentado, que se practica especialmente entre los deportes de personas con discapacidad y fue incorporado en los Juegos Paralímpicos en 1980 (Historia del voleibol, 19 de noviembre de 2023).

Es un deporte sin contacto, ya que los jugadores de los equipos opuestos están separados por una red. El voleibol se compone de diferentes acciones como la posición y desplazamientos, saques, voleo por arriba, pase, voleo por abajo, recepción del saque, remate, bloqueo y defensa del campo. Cada una de ellas se caracteriza por la ejecución técnica y su enseñanza. Para el desarrollo de la investigación se hará alusión a la técnica de saque, voleo por arriba y voleo por abajo.

La técnica de saque o servicio permite poner el balón en juego. Su objetivo principal radica en tratar de dificultar la construcción del ataque del equipo contrario o alcanzar un tanto directo. Existen diferentes tipos de saques, diferenciándose entre ellos fundamentalmente por la forma de golpeo y la trayectoria descrita por el balón (Álava, 2021 & Mamami, *et al.*, 2018).

- ✓ **Con efecto:** Son aquellos a cuyo balón se le imparte una rotación durante su trayectoria, producto del movimiento de la muñeca durante el golpe. En estos tipos de saques, la parábola del balón es aproximadamente definida, posibilitando al contrario reconocer de forma relativamente fácil la zona de terreno hacia donde es enviado el balón.
- ✓ **Flotante:** Son los saques sin efecto, llamados también flotantes ("floating"), determinados por el golpe seco con el balón, el poco acompañamiento del brazo al golpe y el freno súbito del brazo al contacto con el mismo. Esto hace que la parábola y la velocidad descritas por el balón no estén definidas y provoquen caídas bruscas e inesperadas, generando un recibo difícil para el contrario.

Existen varias formas de efectuar el saque, entre las que se encuentran el saque por arriba de frente en suspensión, saque por arriba lateral (gancho), saque por arriba lateral (floating), saque por arriba de frente de floating y saque por debajo de frente, los cuales relacionamos a continuación (Álava, 2021; Mamami, *et al.*, 2018 & Palacio, 2020):

- ✓ **Saque por arriba de frente desde el lugar:** El jugador se coloca de frente a la malla, con la vista al frente y los pies en forma de paso, aproximadamente al ancho de los hombros (pie izquierdo delante). El balón se sujeta con una de las manos o ambas. Se lanza aproximadamente un metro y medio por encima de la cabeza, desplazándose el brazo izquierdo hacia arriba hasta colocarse flexionado delante de la cara, mientras que el brazo derecho continúa su trayectoria hacia arriba y atrás, quedando semiflexionado atrás y arriba de la cabeza. En este momento, el peso del cuerpo se apoya en la pierna de atrás. El movimiento hacia el balón comienza con una extensión de la pierna de atrás, pasando el peso del cuerpo desde la pierna de atrás hacia la pierna de adelante. Cuando ambas piernas se encuentran en su momento de extensión mayor, la mano hace contacto con el balón en su parte posterior y superior, produciéndose un movimiento de pronación de la muñeca, lo que hace que el balón gire. Simultáneamente al golpe (contacto), se traslada la pierna de atrás hacia adelante.
- ✓ **Saque por arriba de frente en suspensión:** Posición de frente a la malla, piernas en forma de paso, balón sostenido con las dos manos, vista al frente, separado de la línea final del terreno (de 3 a 5 m de distancia). Se lanza el balón hacia arriba y delante con una o dos manos. El lanzamiento del balón con dos manos aporta más seguridad y mayor coordinación; preferentemente, el balón se lanza hacia dentro del terreno para ganar en distancia al golpeo. Simultáneamente al lanzamiento, se produce el primer paso de la carrera hacia adelante, generándose un movimiento de traslación de los dos brazos desde atrás al frente y hacia arriba. Antes de elevarse, el cuerpo se mueve de manera similar al saque de tenis. Después de producirse el contacto con el balón, el jugador cae dentro del terreno apoyado sobre ambas piernas, amortiguando la caída con un movimiento elástico.
- ✓ **Saque por arriba lateral (gancho):** Posición lateral a la malla (hombro izquierdo o derecho "mira" a la malla). Piernas separadas y semiflexionadas, en forma de paso, aproximadamente al ancho de los hombros o paralelas. Balón sostenido con una o ambas manos al frente. Vista dirigida al terreno contrario.
- ✓ **Saque por arriba de frente de floating:** Pies en forma de paso al ancho de los hombros. El balón es sujetado con la mano izquierda, el brazo derecho se mantiene

flexionado al lado del tronco y la mano a la altura de la cabeza. La vista está dirigida al terreno contrario. El balón se lanza a poca altura (más precisión en el contacto), con poca flexión del tronco; la mano del jugador (abierta y rígida) va al encuentro del balón y le infringe un golpe fuerte en su punto medio, con poco acompañamiento del brazo y un freno brusco del mismo. El brazo está extendido en el momento del contacto.

- ✓ **Saque por arriba lateral (floating):** Postura y movimiento para la preparación del contacto con el balón. El jugador se coloca lateral a la malla con una pierna más adelantada que la otra, sujetando el balón con las dos manos, y la vista va dirigida al balón. Nuevamente, tiene lugar un movimiento hacia arriba y adelante, acompañando los brazos al balón hasta el mismo, aproximadamente sobre el eje vertical del cuerpo. En este momento, el jugador golpea con el puño o el borde anterior de la mano, y el brazo extendido sobre el centro del balón. También es importante en este saque la parada brusca del brazo (latigazo).
- ✓ **Saque de vela:** Colocado lateralmente a la malla, los pies en forma de paso. La pierna derecha para los diestros se coloca delante, contrariamente a todos los demás saques. El peso del cuerpo reposa fundamentalmente sobre la pierna derecha. El tronco está ligeramente inclinado hacia el frente. El balón se sostiene con la mano izquierda, y la mano derecha se sitúa debajo y detrás, semiflexionada. Se suelta el balón y la mano derecha va al encuentro del mismo. El contacto se realiza con el borde de la mano (unión del dedo índice y pulgar) por la parte inferior y cara externa del balón. En este momento, el peso del cuerpo reposa completamente sobre la pierna que se encuentra delante.
- ✓ **Saque por debajo de frente:** Se colocan los pies en forma de paso (izquierda delante, si es diestro) al ancho de los hombros. Las piernas están ligeramente flexionadas. El tronco está algo inclinado al frente. El balón es sostenido con la mano izquierda delante del jugador. El otro brazo, ligeramente flexionado, se encuentra detrás del cuerpo. El movimiento de encuentro con el balón comienza con el lanzamiento corto del balón hacia arriba. Seguidamente, el brazo derecho se desplaza hacia adelante en forma de péndulo, golpeando el balón con la mano abierta por su parte anterior inferior. Después de haberse hecho contacto con el balón, todos los movimientos posteriores están en

función de posibilitar al jugador penetrar al terreno y ocupar la zona correspondiente, preparándose para la realización de la próxima acción.

- ✓ **Saque por debajo lateral:** Se coloca lateralmente a la malla y de frente a la línea lateral del terreno. Los pies en forma de paso, aproximadamente al ancho de los hombros, y las piernas ligeramente flexionadas. El tronco está algo inclinado al frente, con una pequeña torsión hacia el brazo que golpea. El balón es sostenido con la mano derecha o izquierda delante, y el brazo contrario se retira hacia atrás. Se lanza el balón algo hacia arriba, donde el brazo derecho se desplaza lateralmente desde atrás hacia adelante, golpeando el balón con la mano abierta.

### 1.3. Fundamentos teóricos de juegos

El juego es un importante elemento natural que sirve sustancialmente para vivir en equilibrio psico-físico-social. Cumple una función sociabilizadora y sirve para adquirir conocimientos, relacionarse con el entorno, mantener la autoestima y desarrollar la imaginación, que conduce a la creatividad. En nuestro campo, favorece el desarrollo de las capacidades motrices (Los juegos, 2023). Cuando se juega, se alcanza un momento de gran libertad y plenitud mediante un estado de abstracción que es tan necesario en el entorno actual. El juego comienza prácticamente en los primeros momentos de vida, se acentúa y se desarrolla plenamente durante la niñez y debería proyectarse a toda la vida.

La palabra juego proviene del vocablo latino "jocus", que significa ligereza, frivolidad, pasatiempo, y "ludus", que es el acto de jugar, que significa broma o diversión. El diccionario enciclopédico de las Ciencias de la Educación lo define como: "Actividad lúdica que comporta un fin en sí misma, con independencia de que en ocasiones se realice con un valor extrínseco" (Picardo, 2005).

Para Méndez y Méndez (2016, p. 205), el juego es considerado como una "actividad estructurada que consiste ya sea en el simple ejercicio de las funciones sensoriomotrices, intelectuales y sociales, ya en la reproducción ficticia de una situación vivida. Se denomina juego a la actividad física o mental que practica un individuo para divertirse o entretenerse". En ese sentido, Gallardo y Gallardo consideran que el juego es un medio

de expresión y comunicación de primer orden, de desarrollo motor, cognitivo, afectivo, sexual y socializador por excelencia (Gallardo & Gallardo, 2018).

En opinión de estos autores, el juego es un elemento clave para el desarrollo de las habilidades técnicas, capacidades afectivas, motrices, cognitivas, relacionales y sociales del niño.

Los juegos se clasifican según Incarbone & Giralde (2003) , Méndez & Méndez (2016, p. 133), como se muestra en la tabla a continuación (Tabla 2).

**Tabla 2.** *Tipo de juegos*

<b>TIPO DE JUEGOS</b>	
Juegos de esconder y buscar	Juegos tradicionales
Juegos con pañuelos	Juegos de lanzar
Juegos con desplazamientos	Juegos de fuerza
Juegos de mesa	Juegos de estrategia
Juegos de percepción espacial	Juegos tradicionales
Juegos de persecución por equipos	Juegos de rayuelas
Juegos de velocidad por equipos	Juegos con pelotas
Juegos de carreras y relevos.	Juegos con aros
juegos de saltos	Juegos de lápiz y papel
Juegos predeportivos	Juegos paradójicos.
Juegos con sillas	Juegos de bolos
Juegos de suelo y pared	Juegos de equilibrio

**Fuente:** Méndez & Méndez (2016, p. 133),

### **1.3.1. Fundamentos teóricos de juegos predeportivos**

Dentro de la clasificación de los juegos se encuentran los juegos predeportivos, los cuales son considerados una herramienta valiosa para la enseñanza del saque y el voleo en voleibol, proporcionando un entorno lúdico que favorece la práctica y la internalización de estas habilidades. La integración de este tipo de juegos en el currículo de educación física contribuye al desarrollo integral de los estudiantes, promoviendo no solo el bienestar físico, sino también el trabajo en equipo y la motivación hacia el deporte.

Los juegos predeportivos son un tipo de juegos que fomentan la adquisición tanto de habilidades como de conceptos básicos de los deportes tradicionales. Principalmente están destinados a niños y jóvenes, con el objetivo de que incorporen recursos físicos, como los desplazamientos o las recepciones, entre otros, y a su vez, comiencen a conocer las reglas básicas de algunos deportes tradicionales. Los juegos predeportivos son una combinación entre los juegos básicos y los deportes. De esta manera, se intenta fomentar una cultura deportiva en los niños, pero con un acercamiento que tiene que ver más con lo lúdico (*"Juegos predeportivos"*, 15 de diciembre de 2022).

Según Loscher (2006) & Nozal (2007), los juegos predeportivos constituyen una variante de los juegos menores, caracterizada por contenidos que propician la adquisición de determinados movimientos, acciones y habilidades primarias que sirven de base para la asimilación de habilidades deportivas (como se citó en Betancourt et al., 2020). Por lo general, los juegos predeportivos y los juegos deportivos comparten ciertas reglas, dada la necesidad de reproducir lúdicamente parte del contenido de un deporte determinado en diversas situaciones motrices.

Los juegos predeportivos son una forma lúdica motora de tipo intermedio entre el juego y el deporte, que contiene elementos afines a una modalidad deportiva y que son el resultado de la adaptación de juegos deportivos con una complejidad estructural y funcional mucho menor. Su contenido estructural y propósito permiten desarrollar destrezas motoras que sirven de base para el desarrollo de habilidades deportivas, ya

que contienen elementos afines a una actividad deportiva (Cordoví, et al., 2011, p. 16, como se citó en Vargas y Ávila, 2022, p. 717).

Los juegos predeportivos, desde la concepción de Sánchez (2017), están orientados a desarrollarse como un juego que viabiliza el aprendizaje de reglas, orden, normas y disciplina, y en la parte motora, a afinar los movimientos técnicos y destrezas deportivas. El objetivo que se persigue es que estos recursos metodológicos se conviertan en un disfrute para todos quienes lo practican. Las actividades predeportivas son, por tanto, consideradas como juegos recreativos que, como en todo deporte, cuentan con reglas establecidas y deben ser adaptadas para cada etapa de desarrollo de los alumnos. Estos juegos, bien aplicados, permiten actuar sobre tres campos específicos: motriz, cognitivo y social, que están presentes en todos los deportes a nivel colectivo.

Por su parte, Bernal & Sarmiento (2019), sostienen que los juegos predeportivos poseen la virtud de contar con una fundamentación construida en lo teórico y en lo metodológico, y que, aplicados en la práctica, proveen resultados muy alentadores al momento de incluirlos en los entrenamientos de los niños y adolescentes, lo cual, a su vez, aporta de manera significativa a la iniciación deportiva y se convierte en un recurso para la formación del futbolista. Además, estas actividades ligadas al deporte se han convertido en una herramienta para desarrollar hábitos de vida saludable y, a su vez, para construir actitudes y conductas positivas.

Para Méndez & Méndez, (2016), los juegos predeportivos son considerados una forma lúdica motora esencialmente agónica (relativa a la lucha), de tipo medio entre el juego simple y el deporte, que contiene elementos afines a alguna modalidad deportiva y que son el resultado de la adaptación de los juegos deportivos con una complejidad estructural y funcional mucho menor. Su contenido, estructura y propósito permiten la adquisición de ciertas habilidades y destrezas motoras que sirven de base para el desarrollo y posterior dominio de varios deportes. (p. 133)

Los juegos predeportivos son actividades físicas que imitan las reglas y técnicas de un deporte específico, pero en un formato simplificado. Su objetivo principal es introducir a

los estudiantes en las habilidades fundamentales del deporte, desarrollando su interés y motivación hacia una disciplina deportiva.

Según Rosero & Venté (2024), estos juegos permiten a los estudiantes experimentar y practicar técnicas esenciales de manera lúdica y creativa, considerando que los juegos predeportivos se pueden definir como la base fundamental del nacimiento de futuros campeones de vida, sea cual sea su modalidad deportiva, porque conllevan una gran variedad de tareas motrices que garantizan la riqueza motriz en niños, niñas y adolescentes escolares de una manera lúdica entre el juego y el deporte. (p.36)

La implementación de juegos predeportivos puede ayudar a estructurar actividades diseñadas específicamente para la enseñanza del saque y el voleo. Por ejemplo, juegos que integren el uso de saques y recepciones en un formato competitivo y recreativo no solo fomentan el interés de los alumnos, sino que mejoran su destreza técnica al interactuar con compañeros en situaciones que simulan el juego real (Oliinyk, *et al.*, 2021). Esto es esencial, ya que, según la investigación, la capacidad de realizar un saque efectivo está estrechamente relacionada con la experiencia práctica en situaciones similares a la competición (Notarnicola, *et al.*, 2012). La capacidad de disfrutar y aprender al mismo tiempo es fundamental para el desarrollo de futuros jugadores de voleibol y para fomentar el amor por el deporte (Mahedero, *et al.*, 2021).

En primer lugar, los intereses de estos últimos son más firmes y el deseo de jugar al voleibol se fundamenta precisamente en esos intereses. En los niños de 11 a 14 años y, en especial, en los de 11 a 12 años, los intereses son menos estables y sus deseos de jugar al voleibol se basan en esta atracción espontánea hacia el voleibol. Es por ello que, a esta edad, sobre todo en la etapa inicial de aprendizaje, es muy importante interesar a los muchachos en las sesiones y hacerlos amar el voleibol (Mahedero, *et al.*, 2021).

En segundo lugar, al trabajar con niños de más edad, es mucho más fácil detectar sus capacidades para el voleibol y otros indicadores. Cuando se entrena con niños de menor edad, sobre todo de 10 a 12 años, es más difícil responder a la interrogante de cómo dominarán el voleibol y cuáles son las perspectivas que les esperan (Mahedero, *et al.*, 2021).

La tarea principal de la preparación de los voleibolistas de edades entre 9 y 14 años es enseñarles los elementos técnicos y las acciones tácticas en las condiciones de juego a través de juegos predeportivos y, en última instancia, durante los juegos de voleibol. A causa de lo anterior, durante las etapas iniciales de la enseñanza se les presta gran atención a los juegos predeportivos, que se utilizan en mayor escala mientras menor es la edad de los novatos (Incarbone & Giraldes, 2003).

#### **1.4. Características de los niños de 10 a 12 años para la práctica del voleibol**

En la etapa de 10 a 13 años, la enseñanza se basa en la instrucción o mando directo del profesor; este es quien orienta la actividad sin tener en cuenta alguna consideración de los alumnos. Estas actividades se centran en el desarrollo de habilidades, capacidades y tareas específicas del deporte, las cuales deben ser lúdicas y deportivas, y ayudan al perfeccionamiento técnico, táctico, físico, psicológico y teórico (Sánchez Bañuelos, como se citó en “Evolución de las Habilidades Motrices”, 21 de febrero de 2015; Gastón, 2020, pp. 6-8).

Estos períodos son considerados etapas sensibles para los niños desde el punto de vista biológico, físico y social del desarrollo del ser humano. Son etapas en las que los niños pueden aprender las técnicas del voleibol, por lo que hay que seleccionar los métodos adecuados para la enseñanza (Betancourt et al., 2020; González & Olivera, 2023; Palacio, 2020; Monta & Romero, 2017 & Olivera et al., 2018).

Entre los 10 y 12 años, mientras el ritmo de crecimiento se ralentiza notablemente, aumenta el peso corporal. Al llegar a los 12 años, aparece un incremento apreciable de la altura y un adelgazamiento relativo. El esqueleto todavía sigue siendo poco resistente a los esfuerzos excesivos, particularmente a nivel de los cartílagos articulares, y los músculos adquieren vigor y fuerza, aunque se encuentran débiles. Del sistema cardiocirculatorio se obtiene una mejor respuesta al mayor volumen y fuerza contráctil del miocardio, aunque todavía no cuentan con una funcionalidad completa. El aparato respiratorio mejora, pero sigue siendo imperfecto debido a la debilidad de los músculos respiratorios y la caja torácica, que todavía no se ha desarrollado totalmente.

A partir de los diez años, se inicia una década de vida adolescente. El poder de asimilación es un rasgo característico de esta edad; se muestra una marcada tendencia a depender de los adultos y del grupo, pero sus modelos de comportamiento son todavía inciertos. Comienzan a desarrollar un sentido crítico, son curiosos y se sienten estimulados por el mundo externo y los nuevos conocimientos adquiridos. Su desarrollo moral sigue acentuándose y se comportan de forma franca, abierta y liberal. No son capaces de enfrentar ni superar dificultades y tienen poco desarrollo en la toma de decisiones, la disciplina y la valentía. Se concentran en los detalles, lo cual se refleja en los procesos del sistema operativo analítico del pensamiento, la memoria y la percepción; su capacidad de concentración muestra aún una gran inestabilidad. Tienen interés por la vida social, de la cual el joven se convierte progresivamente en una persona sociable, acepta las reglas del grupo y es capaz de crear, organizar y regir sus propios juegos. Dirigen su atención a los aspectos fundamentales de la vida y realizan juicios elaborados sobre sí mismos y sobre todo lo que les rodea.

Otro aspecto a tener en cuenta es la preparación física, la cual constituye un elemento fundamental en la preparación del deportista, pues garantiza la efectividad de las destrezas en el juego y propicia un desarrollo de las capacidades básicas del rendimiento deportivo. Podemos decir que tiene un carácter multilateral porque se vincula estrechamente con la preparación técnica y táctica, y por eso los entrenadores deben estar lo más actualizados posible para llevar a cabo el proceso de planificación, aplicación y control de las cargas.

## **2. METODOLOGÍA.**

### **2.1 Tipo de estudio y diseño.**

En la investigación se empleó un diseño no experimental. Según Arias & Covinos (2021,) en este diseño no hay estímulos o condiciones experimentales a las que se sometan las variables de estudio, los sujetos del estudio son evaluados en su contexto natural sin alterar ninguna situación; así mismo, no se manipulan las variables de estudio. (p.78)

Según el alcance del estudio, se empleó un tipo transeccional descriptiva. Según Santes, et al. (2017), la investigación transeccional descriptiva indica que se recolectaron datos en un período específico de tiempo que describen una situación la cual es de interés para conocer una variable, en este caso, la variable está conformada por las herramientas digitales utilizadas por las empresas, que son el objeto de estudio.

### **2.2. Población**

Para el desarrollo de la investigación se empleó una población de 12 atletas es la totalidad del equipo de voleibol de la categoría 11-12 años, todas del sexo femenino, que reciben clases de voleibol en las instalaciones de la escuela “José Mateo Fonseca” y participar de manera regular en las clases de voleibol.

Se empleó 7 especialistas para la valoración de los juegos predeportivos de los cuales 3 fueron del sexo femenino y 4 del sexo masculino donde los años de experiencia oscila entre los 13 años.

### **2.3. Métodos y técnicas (teóricos, empíricos, matemáticos y estadísticos)**

#### **Métodos Teóricos**

**Analítico – sintético:** se empleó para analizar por partes el objeto de estudio y luego integrar cada uno de los componentes. Primeramente, se efectuó el estudio sobre el voleibol y luego se integraron cada uno de los elementos, formando una visión global del fenómeno.

**Inductivo – deductivo:** este método se utilizó para la interpretación de los datos empíricos, así como para descubrir regularidades importantes y relaciones entre los

distintos componentes de la investigación. Se extraen las conclusiones del estudio y los principios generales se aplican en casos particulares.

**Histórico – lógico:** se utilizó para analizar la evolución histórica del objeto de estudio a lo largo del tiempo. En la investigación se estudia cómo ha cambiado la enseñanza del voleibol en las últimas décadas, los resultados históricos obtenidos, su desarrollo, significación y su incidencia en los resultados actuales.

### **Métodos Empíricos**

**Análisis de documentos:** se revisaron con el objetivo de constatar los aspectos normados en los documentos oficiales como Programas de Preparación del deportista.

**Observación:** se observó la ejecución de la técnica saque por debajo del equipo femenino de la categoría 11-12 años, para determinar las principales deficiencias que presentan las atletas en su ejecución. La observación empleada fue no participante y estructurada (Anexo 1).

**Criterio de especialistas** permitió la validación de los juegos diseñados, la selección de los mismos se realizó a partir de determinados criterios, como: grado científico, años de experiencia en la docencia, currículum vitae y conocimientos acerca del tema objeto de estudio, entregándole a estos personalmente la propuesta de juegos predeportivos y valorando las opiniones vertidas una vez aprobado el mismo.

### **Métodos matemáticos y estadísticos**

Una vez obtenidos los resultados, se computaron los datos para ser procesados en el paquete estadístico IBM SPSS Statistics 29.0, con el fin de realizar el cálculo de la distribución empírica de frecuencia.

## **2.4. Análisis de los resultados**

### **2.4.1. Análisis de documento.**

Para investigar sobre el tema se consulta el Programa de Preparación del Deportista para el deporte de Voleibol en la categoría Pioneril. En la consulta se pudo constatar que se dan orientaciones generales sobre el desarrollo de las habilidades técnicas en el Voleibol que son: Posiciones y desplazamientos, saque, recibo, voleos, ataque y defensa al

campo desde el punto de vista de habilidades aisladas, pero indudablemente el juego es la razón fundamental, por tanto es recomendable acometer la enseñanza sobre la base de situaciones simplificadas de juego, o sea situaciones similares a las que encontrará en el juego normal, comenzar la ejercitación de las habilidades combinadas. Se busca que el atleta exprese mediante la práctica del voleibol su estado motivacional, su interés en el desempeño del mismo.

Se contempla en los objetivos de la Condición física para la categoría:

- ✓ Lograr el desarrollo de las capacidades físicas condicionales, coordinativas y de movilidad, en correspondencia con las exigencias sociales de eficiencia física establecidas para la categoría, sexo y edad.
- ✓ Aprender la utilidad de los ejercicios y combinación de las habilidades técnicas del deporte, así como los test para ejercitarlas y medir sus resultados.

Como se puede apreciar en varios objetivos del Programa se atiende la enseñanza y desarrollo de las habilidades técnicas del voleibol de manera general, pero proponen pocos juegos predeportivos, uno de los elementos que justifica la investigación, de ahí la necesidad de profundizar en la temática.

#### **2.4.2. Observación de la ejecución técnica del saque por abajo**

En la observación realizada a la ejecución técnica del saque por abajo del equipo femenino mostró los siguientes resultados (tabla 3):

De 12 voleibolista, 6 fueron evaluadas de Mal, que representa un 50 % de la muestra. Estas alcanzaron esta categoría ya que, en la ejecución del elemento, cometieron más de tres errores técnicos, entre los que predominaron: lanzan incorrectamente la bola, golpean el balón demasiado corto contra la red, en ocasiones lo golpean lateralmente, además de no extender el brazo al momento del golpeo, 4 voleibolistas fueron evaluadas de Bien que representa un 33.3 % de la muestra, ya que en la evaluación realizada cometieron dos errores, entre los que predominaron: lanzan incorrectamente la bola y no

extienden el brazo al golpear y solo 2 atletas obtuvieron la evaluación de Muy Bien representando el 16%.

**Tabla 3.** Resultado de la observación del elemento técnico saque por abajo

Sexo Femenino			
		Frecuencia	Porcentaje
Valid	E	0	0
	MB	2	16.7
	B	4	33.3
	M	6	50
	Total	12	100,0

### 2.4.3. Juegos Predeportivos.

Los juegos predeportivos que se proponen tienen como características la relación entre ellos, logrando así que uno dependa del otro y se realicen actividades preparatorias para lograr un adecuado desarrollo de la habilidad técnica en la voleibolista de la categoría 11-12 años.

La propuesta se considera de gran importancia por las posibilidades que ofrece de materializarse desde la propia clase, al aportar vías o procedimientos que despierten el interés de las atletas hacia el voleibol.

#### **Nombre del juego: Interceptar el saque**

Objetivo: Realizar el saque de forma sencilla por debajo de frente.

Materiales: Pelotas y cuerda.

Organización: Se delimita un área de 12 m de largo por 6 m de ancho. En el centro del terreno, a todo lo ancho, se tiende una cuerda a 1.80 m de altura, dividiendo el terreno en dos partes iguales. A cada lado del terreno se traza una línea central, quedando el

terreno dividido en 4 partes de 3 m entre sí. A ambos lados del terreno se coloca la misma cantidad de participantes en cada equipo. El equipo que le corresponde el saque, sus integrantes se colocarán en la zona más próxima al área de saque, y el equipo contrario en las zonas delanteras.

Desarrollo: El equipo que se encuentra a la ofensiva, sus integrantes irán realizando el saque de uno y otro lado con el objetivo de pasarla por encima de la cuerda y dirigirla a la zona donde se encuentran sus compañeros. Los integrantes del equipo contrario tratarán de interceptar la bola dentro de los límites de la zona de 3 m designada para ellos, evitando la posibilidad de que el equipo contrario obtenga un tanto. Después se invierten las funciones.

Reglas:

- ✓ El saque es válido si no es interceptado por el equipo contrario y es atrapado por algún integrante del equipo que está al saque, antes de que rebote en el piso.
- ✓ El equipo que se encuentra a la defensiva solo puede interceptar la pelota en la zona delantera.
- ✓ El saque se realizará de uno y otro lado, hasta que todos los integrantes del equipo lo hayan realizado para invertir las funciones.
- ✓ Ganará el equipo que más veces logre dirigir la pelota a sus compañeros, sin que sea interceptada, por el contrario.

**Nombre del juego: Lanza con precisión.**

Objetivo: Ejecutar de forma sencilla el movimiento pendular del brazo con balón.

Materiales: Balón de voleibol, aro o algo similar.

Organización: Dos equipos formados en hileras.

Desarrollo: A la señal del profesor, el estudiante de un equipo lanzará el balón ejecutando el movimiento del saque por debajo de frente hacia el aro que se encuentra a 4 metros de distancia; si anota, es un punto para su equipo, y así sucesivamente hasta que todos los integrantes de los equipos lo realicen.

Reglas:

- ✓ Gana el equipo que más puntos anote.
- ✓ Para anotar un punto, debe encestar.
- ✓ Tiene una sola oportunidad de lanzar el balón.

Variante: Aumentar la distancia de tiro al aro.

**Nombre del juego: Golpea fuerte.**

Objetivo: Ejecutar de forma sencilla el saque por abajo de frente.

Materiales: Balón de voleibol y tizas.

Organización: Se forman dos hileras, el primer alumno de cada una de las formaciones sostiene un balón.

Desarrollo: A la señal del profesor, los dos primeros golpearán el balón realizando el saque por abajo de frente, tratando de sobrepasar la línea que se encuentra a 8 metros de distancia; luego de ejecutar el movimiento, se incorporan al final de su formación hasta que sus compañeros terminen. Por cada vez que el balón pase de aire la línea delimitada, se le otorgará un punto para su equipo.

Reglas:

- ✓ Gana el equipo que más puntos acumule.
- ✓ Para anotar un punto, el balón debe sobrepasar la línea delimitada.
- ✓ El atleta tiene una sola oportunidad de ejecutar el movimiento.

Variante: Aumentar la distancia de la línea.

**Nombre del juego: Desplazamientos con autopase y saque**

Objetivo: Practicar posiciones fundamentales de voleibol (bajas, medias y altas).

Materiales: Lápiz y papel.

Organización: Todos los alumnos ubicados detrás de la línea final del terreno, organizados en filas y el primero de cada equipo posee un balón.

Desarrollo: A la señal del profesor, el primer alumno sale en carrera con el balón; antes de llegar a la red, tira el balón por encima y pasa por debajo para recogerlo por el otro lado y continúa hasta la línea de fondo. Desde allí saca hacia el otro lado para que el siguiente de su equipo haga lo mismo.

Reglas:

✓ Gana el equipo que antes finalice.

Variante: Se puede realizar el juego con desplazamiento de los niños hacia diferentes direcciones.

### **Nombre del juego: Tiro al blanco**

Objetivo: Mejorar la precisión del saque por bajo, centrando la atención en la trayectoria del balón.

Materiales: 5 aros o círculos marcados con cinta, balones y conos para delimitar la zona de saque.

Organización: Los aros se disponen en el campo contrario, a diferentes distancias y ubicaciones. Además, las jugadoras se organizan en fila siguiendo la línea de servicio.

Desarrollo: Cada jugadora efectuará un saque intentando que el balón caiga dentro de uno de los aros. Cada aro puede tener valores de puntuación distintos (mayor distancia = más puntos).

Reglas:

✓ Se permite únicamente un intento por turno.

✓ El balón debe ingresar al aro para que el punto sea contabilizado.

✓ La ganadora será la jugadora que obtenga la mayor cantidad de puntos tras cinco rondas.

Variante:

✓ Sustituir los aros por cajas o conos.

✓ Permitir dos intentos por turno.

### **Nombre del juego: Derriba conos**

Objetivo: Trabajar la potencia y la dirección del saque.

Materiales: 10 conos (o botellas de plástico), tiza para marcar la zona de saque y balones de voleibol.

Organización: Se disponen los conos en el campo contrario, formando una pirámide o fila. Las jugadoras se agrupan en equipos o de manera individual.

Desarrollo: Desde el área de saque, cada jugadora lanza el balón con la intención de derribar los conos. Se contabilizan los conos derribados por cada jugadora o equipo.

Reglas:

- ✓ Cada jugadora cuenta con tres intentos por ronda.
- ✓ Se permite únicamente el uso de saques por abajo.
- ✓ El ganador es quien derriba la mayor cantidad de conos.

Variante:

- ✓ Acortar la distancia para los principiantes.
- ✓ Incrementar la cantidad de conos.

### **Nombre del juego: Saque y atrapa**

Objetivo: Mejorar el control del saque y la orientación hacia un compañero en movimiento.

Materiales: Balones de voleibol y conos para delimitar zonas.

Organización: Las jugadoras se dividen en parejas. Una jugadora efectúa el saque, mientras que la otra debe atrapar el balón en una zona designada.

Desarrollo: La jugadora A realiza un saque dirigido a su compañera B, quien se desplaza dentro de una zona para atrapar el balón sin que toque el suelo. Posteriormente, los roles se intercambian.

Reglas:

- ✓ Solo se puede atrapar dentro de la zona marcada.
- ✓ Se cuenta un punto por cada atrapada exitosa.
- ✓ Se cambia de rol cada 3 intentos.

## Variantes

- ✓ Ampliar o reducir la zona de recepción.
- ✓ Introducir desplazamientos previos al saque.
- ✓ Hacerlo en forma de competencia por equipos.

### **Nombre del juego: Saque a zonas marcadas**

Objetivo: Mejorar la precisión del saque al dirigir el balón a zonas específicas.

Materiales: Balones de voleibol, conos o marcas en el suelo.

Organización: El grupo se divide en parejas o pequeños equipos.

#### Desarrollo:

Se colocan varias zonas marcadas en el campo (círculos o cuadrantes). Cada jugadora ejecuta un saque intentando acertar en un área marcada. Se otorgan puntos según la precisión.

#### Reglas:

- ✓ Cada jugadora dispone de tres intentos por turno.
- ✓ Se premia a quien logre más aciertos.

Variantes: Reducir las dimensiones de las áreas marcadas para aumentar la dificultad.

### **Nombre del juego: Saque y reacción rápida**

Objetivo: Fomentar la velocidad de reacción y precisión en el saque.

Materiales: Balones de voleibol, cuerda o línea de referencia.

Organización: Se forman equipos de tres o más jugadoras.

Desarrollo: Una jugadora ejecuta el saque y debe correr rápidamente hacia una marca específica. La jugadora siguiente recoge el balón y repite la actividad. Se evalúan el tiempo de reacción y la eficacia del saque.

Reglas:

- ✓ El saque debe pasar por encima de la red con la técnica adecuada.
- ✓ Se penaliza si una jugadora no llega a la marca a tiempo.

Variantes: Incluir obstáculos en el recorrido.

**Nombre del juego: Reto del saque dirigido**

Objetivo: Mejorar el control del saque y su orientación.

Materiales: Balones de voleibol, cajas o zonas específicas en la cancha.

Organización: De manera individual o en pequeños grupos.

Desarrollo: Se coloca una caja en diferentes partes del campo. Cada jugadora realiza su saque buscando que el balón caiga dentro de la caja. Se registra cuántas veces logran hacerlo correctamente.

Reglas:

- ✓ Cada jugadora tiene un total de cinco intentos.
- ✓ Se otorgan puntos por cada acierto obtenido.

Variantes:

- ✓ Emplear diversas alturas para las cajas.
- ✓ Incorporar obstáculos que alteren la trayectoria de la pelota.

**Nombre del juego: Saque al tesoro**

Objetivo: Mejorar la precisión en el saque por abajo.

Materiales: 6 aros de colores, pelota de voleibol y tiza o conos para delimitar zonas

Organización: Colocar los aros en el campo contrario (a 5-7 metros de la red), cada uno con un valor de puntos (ej: azul = 10 pts, rojo = 20 pts). Los jugadores se alinean tras la línea de saque

Desarrollo: Cada jugador tiene tres intentos de saque para obtener puntos. Deben mencionar el color del aro que intentarán alcanzar antes de realizar el saque. Se suman los puntos obtenidos por los aciertos.

Reglas:

- ✓ Solo se considera válido si la pelota rebota dentro del aro.
- ✓ Si la pelota toca la periferia del aro, se otorgarán puntos completos.

Variantes: Incrementar la distancia para añadir mayor dificultad.

### **Nombre del juego: Saque y derriba**

Objetivo: Desarrollar la potencia del saque por abajo.

Materiales: 10 conos o botellas plásticas, balón de voleibol y cronómetro

Organización: Colocar los conos en el campo adversario (en la línea de fondo y los laterales). Dividir al grupo en dos equipos.

Desarrollo: Por turnos, cada jugador ejecuta un saque con el objetivo de derribar los conos. El equipo dispone de un minuto para derribar la mayor cantidad posible. Cada cono derribado otorga 5 puntos.

Reglas:

- ✓ El saque debe sobrepasar la red para ser considerado válido.
- ✓ No es válido si la pelota rebota fuera del campo antes de tocar el cono.

Variantes: Otorgar diferentes puntos a los conos dependiendo de su ubicación.

### **Nombre del juego: Carrera de saques**

Objetivo: Mejorar la velocidad de ejecución.

Materiales: 4 conos o botellas plásticas, balón de voleibol y silbato

Organización: Colocar los conos en línea (cada uno a 3 metros de distancia). Jugadores en equipos de 3-4 integrantes.

Desarrollo: El primer jugador saca desde el primer cono. Si el saque es bueno (pasa la red y cae en el campo contrario), avanza al siguiente cono. Gana el equipo complete primero las 4 estaciones con todos sus miembros.

Reglas: Si fallan, vuelven a intentarlo desde la misma estación.

Variantes: Limitar el tiempo para cada saque (ej: 10 segundos).

### **Nombre del juego: Guerra de saques**

Objetivo: Practicar saques por abajo con presión.

Materiales: balón de voleibol y red de voleibol

Organización: Dividir la cancha en 2 campos con la red. Formar 2 equipos (cada uno en su campo).

Desarrollo: Todos los participantes realizan su saque de manera simultánea durante su turno asignado. Cada saque que aterriza en el terreno del equipo contrario resulta en la eliminación de un jugador del equipo rival. El equipo que logre eliminar a todos los adversarios primero se declara vencedor.

Reglas:

- ✓ Es necesario que los saques sean válidos, es decir, deben sobrepasar la red y caer dentro de los límites establecidos.
- ✓ Los jugadores que han sido eliminados pueden reingresar si sus compañeros consiguen tres saques exitosos consecutivos.

### **Nombre del juego: Saque al blanco móvil**

Objetivo: Mejorar la coordinación visual y el control de la potencia.

Materiales: caja deslizante, 1 aro grande y pelotas

Organización: Un jugador o entrenador desplaza lentamente la caja con el aro a través del campo contrario. Los demás jugadores se alinean en la línea de saque.

Desarrollo: Los jugadores deben realizar sus saques intentando que la pelota pase a través del aro en movimiento. Cada acierto otorga 15 puntos.

Reglas:

- ✓ El carrito no debe detenerse durante la ejecución de los saques.
- ✓ Se considerará válido únicamente si la pelota atraviesa completamente el aro.

Variantes:

- ✓ Aumentar la velocidad del carrito durante el saque.
- ✓ Utilizar dos aros al mismo tiempo.

#### **2.4.4. Validación de los juegos predeportivos**

Para valorar los juegos predeportivos propuestos, se tuvo en cuenta el uso del método criterio de especialistas, considerado por Cepero et al. (2025) & Fuente et al. (2018) como un método a través del cual un profesional cuyo ejercicio de la profesión se relaciona con el objeto de estudio de la investigación y posee los requisitos exigidos para valorar la factibilidad, aplicabilidad y viabilidad de un producto determinado. La aplicación de este método ha demostrado que es eficaz para que sus autores perfeccionen los resultados científicos de sistemas de acciones, programas, metodologías, software, etcétera. Es el más utilizado en el ámbito universitario.

Es especialista quien practica una rama determinada de la ciencia. Los especialistas que cumplan con los requisitos exigidos podrán ser utilizados para valorar la factibilidad, aplicabilidad y viabilidad de una propuesta dada, y obtener una consideración que

justifique o constatare si es apropiada para las condiciones actuales del proceso para el cual se elabora una determinada propuesta científica (Cepero, *et al.*, 2025).

En un primer momento, se procedió a seleccionar a los especialistas, quienes quedaron conformados teniendo en cuenta las siguientes características: años de experiencia docente, nivel escolar, si es licenciado, años de graduado, títulos académicos y científicos, y tipo de centro en el que trabaja, además de conocer su disposición para llenar el instrumento a entregar (Anexo 2).

En la tabla 6 (Anexo 2) se recogen los resultados de las características de los especialistas:

1. EIDE Provincial: cuatro (4), de ellos un Máster y tres (3) Licenciados.
2. Combinado Deportivo: siete (7), cinco (5) Licenciados en Cultura Física y dos Másters.

El 100 % ejerce como entrenadores de voleibol.

En un segundo momento, se les hizo entrega de un instrumento, solicitándoles que evaluaran los juegos predeportivos para la enseñanza de los fundamentos técnicos: saque, pase y recepción (Anexo 3).

El criterio de los especialistas arrojó (Anexo 4):

De 11 especialistas, 11, que representan el 100%, consideran muy adecuados los objetivos; además, plantean que los juegos predeportivos ayudan a resolver un problema de la práctica y son importantes para la enseñanza de los fundamentos técnicos. También los consideran novedosos y de gran significación para la enseñanza.

El 81,8 % considera que la metodología utilizada para diseñar los juegos predeportivos y su aplicación son muy adecuados, mientras que el 27,3 % la consideran bastante adecuada. Por otro lado, el 72,7 % considera muy adecuada la estructura.

Las sugerencias, ideas, críticas y recomendaciones expresadas por los usuarios en los instrumentos aplicados se consideraron debidamente en la investigación, y la totalidad de los usuarios expresaron:

1. Capacitar a comisionados, metodólogos y entrenadores de voleibol encargados de la enseñanza de los fundamentos técnicos del saque por abajo a través de juegos predeportivos.
2. Generalizar los juegos predeportivos para la enseñanza de los fundamentos técnicos del saque por abajo.



### 3. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### CONCLUSIONES

Teniendo en cuenta los objetivos planteados, así como los resultados derivados del proceso investigativo, se consideran como conclusiones de este trabajo las siguientes:

- ✓ La investigación realizada permitió concretar con gran precisión la revisión de los fundamentos teóricos y metodológicos de los juegos sobre la preparación técnica de los voleibolistas.
- ✓ El diagnóstico arrojó que el 50 % de los voleibolistas fueron evaluados de Mal, el 33.3 % de Bien y 2, que representan el 16.7 %, fueron evaluados de Muy Bien. En sentido general, los errores que predominaron fueron lanzar incorrectamente la bola, golpear el balón demasiado corto contra la red, además de no extender el brazo al momento del golpeo.
- ✓ La elaboración de los juegos predeportivos para las habilidades técnicas del saque se conformó teniendo en cuenta: objetivos, materiales, organización, desarrollo, reglas y variantes.
- ✓ Los especialistas valoraron los juegos predeportivos como adecuados y factibles para los propósitos para los que fueron concebidos.

#### RECOMENDACIONES

Continuar estudiando la temática para su aplicación a los restantes elementos técnicos desarrollados en el voleibol, como el remate y el bloqueo.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álava Párraga, G. M. (2021). Learning individual volleyball techniques: an experience from leisure activities. *ConcienciaDigital*, 4(4.1), 152-177. <https://doi.org/10.33262/concienciadigital.v4i4.1.1931>
- Albarracín Millán, K. D., y Montes Borda, R. A. (2015). Plan pedagógico para la enseñanza y el aprendizaje del Mini voleibol en niños de 9 a 11 años. *Revista de Educación Física*, 4(2), 1 – 13.
- Ali, Y. (2017). Upaya peningkatan teknik permainan bola voli melalui modifikasi permainan siswa kelas x sma negeri 2 kampar. *Jurnal Pajar (Pendidikan Dan Pengajaran)*, 1(1), 143. <https://doi.org/10.33578/pjr.v1i1.4381>
- Ambrosio Juan de Dios, Y. (2020). *Juegos predeportivos de voleibol para desarrollar capacidades físicas básicas en estudiantes de 6° grado de la I.E. Juan Velasco Alvarado - Cayhuayna 2017– 2018*. (Tesis de Maestría). Universidad de Huanuco]. <http://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/123456789/2640/Ambrosio%20Juan%20de%20Dios%2c%20Yonathan.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
- Arias Gonzáles, J. L., y Covinos Gallardo, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación*. Enfoques Consulting EIRL
- Armenteros González, Y. (2021). *Complejo de juegos para desarrollar las habilidades motrices básicas en los nadadores de 6 - 7 años de Cienfuegos*. (Tesis de maestría). Universidad Central de las Villas.
- Armenteros González, Y., Hernández Garay, A., Valero Inerarity, A., Reyes Barrizonte, E. A., y Rivera Díaz, R. (2020). Juegos para desarrollar las habilidades motrices básicas en los nadadores de 6-7 años. *Conrado*, 16(77), 162-171. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1990-86442020000600162&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442020000600162&lng=es&tlng=es).
- Aryanti, S., Azhar, S., Tangkudung, J., Yusmawati, Y., Ilahi, B. R., y Okilanda, A. (2022). Teaching games for understanding (tgfu) model learning for overhead pass

volleyball in elementary school students. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 10(4), 677-682. <https://doi.org/10.13189/saj.2022.100407>

Báguena Mainar, J. I.; Sevil Serrano, J.; Julián Clemente, J. A.; Murillo Pardo, B.; García González, L. (2014). El aprendizaje del voleibol basado en el juego en Educación Física y su efecto sobre variables motivacionales situacionales. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 16 (3), 255 – 270. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/23781/AEFD-2014-3-aprendizaje-del-voleibol.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Barrientos Monsalve, J. A., Sotelo Barrios, M. E., Hoyos Patiño, J. F. (2023). *Metodología de la investigación. Guía práctica para la formulación de proyectos de investigación con ejemplos en áreas de administración y diseño*. Ecoe Ediciones.

Bernal, D., y Sarmiento, D. (2019). Estrategia metodológica a través de los juegos predeportivos para el desarrollo del modelo CRE-SER en los cursos 301 y 402 jornada mañana del Colegio Tabora sede B. Bogotá. (Trabajo de grado). Universidad Libre]. <https://repository.unilibre.edu.co/handle/10901/17639>

Betancourt Betancourt, F. F., Machángara Quilca, A. D., y Gibert O'farril, A. R. (2020). Juegos predeportivos y perfeccionamiento del ataque en voleibol escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 87-97. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i266.2321>

Cabrera, R. E., y González, J. (2022). Gamificación instancia de la enseñanza-aprendizaje del voleibol en la Educación Física escolar. *Revista Académica Internacional De Educación Física*, 2(6), 1–14. <https://revista-acief.com/index.php/articulos/article/view/83>

Capote Femenías, J. L., Peña Rosell, A., Barrios Pedraza, T., LLanes Bugallo, G., y López Ramil, N. (2019). Construction and validation of the questionnaire Satisfaction of users in Dentistry services. Cienfuegos, 2018. *MediSur*, 17(1), 84-94. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1727-897X2019000100084&lng=es&tlng=en](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2019000100084&lng=es&tlng=en).

- Cepero Herrera, M., Pérez Fernández, V., y Lilly González, R. (2025). Uso del criterio de especialistas en las investigaciones más allá de la Educación Avanzada. *Varona*. <http://revistas.ucpejv.edu.cu/index.php/rVar/article/view/2560>
- Chipana Mendoza, C. (2019). Los juegos pre deportivos de vóleybol y el desarrollo de capacidades tácticas en estudiantes del nivel secundaria de la I.E. Rubén Cachique Sangama de Bellavista, 2018 [Tesis de Maestría], Universidad Cesar Vallejo - Perú]. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/36042/Chipana\\_MC.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/36042/Chipana_MC.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Coca Paucar, E. S. (2023). Los juegos cooperativos en la enseñanza de los fundamentos técnicos del voleibol en escolares de Educación General Básica Media. (Tesis de Grado). Universidad Técnica de Ambato]. <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/38966>
- Drauschke, K., Kröger, C., Schulz, A., y Utz, M. (2011). *Entrenador de Voleibol (2da edición)*.
- Espinoza Casco, R. J., Sánchez Camargo, M. R., Velasco Taipe, M. A., Gonzales Sánchez, A., Romero Carazas, R., y Mory Chiparra, W. E. (2023). *Metodología y estadística en la investigación científica*. Puerto Madero Editorial Académica. <https://puertomaderoeditorial.com.ar/index.php/pmea/catalog/view/17/93/136>
- Evolución de las Habilidades Motrices. (2015). *Club Ensayo*. <https://www.clubensayos.com/Temas-Variados/Evoluci%C3%B3n-De-Las-Habilidades-Motrices/2339978.html>.
- Fuentes Morales, I. G., Toledano Prieto, Y., y Capote Pérez, A. A. (2018). Valoración del producto científico por criterios de usuarios: necesidad apremiante para su perfeccionamiento. *EDUMECENTRO*, 10(3), 249-253. Recuperado en 05 de mayo de 2025, de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-28742018000300019&lng=es&tlnq=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742018000300019&lng=es&tlnq=es).
- Gallardo López, J. A., y Gallardo Vázquez, P. (2018). Teorías sobre el juego y su importancia como recurso educativo para el desarrollo integral infantil. *Revista*



- González Liens, B., y Olivera Rodríguez, V. L. (2023). Juegos predeportivos y familiarización con las habilidades motrices deportivas del voleibol. *Revista Peruana De Investigación E Innovación Educativa*, 3(1), e24732. <https://doi.org/10.15381/rpiiedu.v3i1.24732>
- Guerrero Soto, A. (2024). Capítulo 6 Enfoques de la investigación social y educativa. En C. Fierro Rojas y A. Guerrero Soto (Coordinadores). *La investigación científica en educación física* (pp. 85 – 103). Editorial COMEXEF y la Red Internacional de Investigación Educativa en Educación Física (RIIEEF). [https://www.comexef.org/files/ugd/d9ec00\\_b3108cb8ae194ca388df7619565093d3.pdf](https://www.comexef.org/files/ugd/d9ec00_b3108cb8ae194ca388df7619565093d3.pdf)
- Guillén Pereira, L., y Bueno Fernández, E. (2016). Incidencia de la contextualización en la adquisición de los elementos técnicos - tácticos del karate do durante la iniciación deportiva (incidence of contextualization in the acquisition of tactical technical elements of karate do for the sport initiation. *Retos*, (30), 59-63. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i30.36699>
- Guiscasho Chicaiza, S. F. (2016). La enseñanza-aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol en los niños de séptimo año de educación general básica de la unidad educativa fiscomisional “La Inmaculada” del Cantón Pangua, provincia de Cotopaxi [Tesis de Licenciatura, Universidad Técnica de Ambato]. <https://repositorio.uta.edu.ec/server/api/core/bitstreams/305622df-e1cc-4fd4-bf8d-51d7cff59d70/content>
- Hasyim, H., y Bachtiar, I. (2021). Improving volleyball game learning outcomes through cooperative learning model. *Gorontalo Sport Science*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.31314/gss.v1i1.912>
- Historia del voleibol. (19 de noviembre de 2023). *Editorial Etecé*. <https://concepto.de/historia-del-voleibol/>
- Incarbone, O., y Giraldes, M. (2003). De juego a la iniciación deportiva de 6 a 14 años. Stadium

Juegos predeportivos. (15 de diciembre de 2022). *Lifeder*.  
<https://www.lifeder.com/juegos-predeportivos/>.

Khoirudin, D., Pratama, H. G., Santoso, D. A. y Putro, B. N. (2023). The Impact of Drill Exercise and Games Approach on Improving Under-Passing Ability in Adolescent Female Volleyball Athletes. *Physical Education and Sports Studies and Research*, 2(2), 142-151. <https://doi.org/10.56003/pessr.v2i2.276>

Los juegos. (2023). *Icarito*. <https://www.icarito.cl/2009/12/68-8666-9-los-juegos.shtml/#>

Lozano Torres, J. S. (2024). Implementación y evaluación de un ambiente virtual de aprendizaje en blog para el mejoramiento del conocimiento teórico y práctico del voleibol en estudiantes de grado séptimo. *Dialéctica*, 1(22).  
<https://doi.org/10.56219/dialctica.v1i22.2561>

Mahedero, M. P., Calderón, A., Hastie, P. A., & Estero, J. L. A. (2021). Grouping students by skill level in mini-volleyball: effect on game performance and knowledge in sport education. *Perceptual and Motor Skills*, 128(4), 1851-1871.  
<https://doi.org/10.1177/00315125211021812>

Mamami Ramos, Á., Huayanca Medina, P., Mamani Quispe, N., Manzaneda Cabala, P., Casa Nina, N., Nina Zamata, D., y Fuentes López, J. (2018). Estrategia de enseñanza global para el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol en jugadoras de la categoría infantil. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 4(3), 574-586.  
<https://doi.org/10.17979/sportis.2018.4.3.3396>

Méndez Urresta, J. B., y Méndez Urresta, E. M. (2016). Educación, Actividad Física y Deportes. Lenguaje contemporáneo. Editorial Ibarra – Ecuador

Monta Morales, D. A., y Romero Frómata, A. (2017). Influencia de los juegos predeportivos sobre el rendimiento técnico y motriz del voleibol de iniciación. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 22(229), 87-97.  
<https://www.efdeportes.com/efd229/influencia-de-los-juegos-predeportivos-del-voleibol.htm>

- Morell Rico, P., Morell Rico, G., y Mato González, M. (2007). La enseñanza del voleibol a través de las situaciones simplificadas de juego en la Educación Física en la enseñanza media. *Podium*, 2(4).  
<https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/234/236>
- Notarnicola, A., Fischetti, F., Gallone, D., Moretti, L., Pignataro, P., Tafuri, S. & Moretti, B. (2012). Overload and neovascularization of shoulder tendons in volleyball players. *BMC Research Notes*, 5(1). <https://doi.org/10.1186/1756-0500-5-397>
- Oliinyk, I., Doroshenko, E., Melnyk, M., Sushko, R., Tyshchenko, V., & Shamardin, V. (2021). Modern Approaches to Analysis of Technical and Tactical Actions of Skilled Volleyball Players. *Physical Education Theory and Methodology*, 21(3), 235–243.  
<https://doi.org/10.17309/tmfv.2021.3.07>
- Olivera Rodríguez, V., Martínez Barzaga, O., Sáez Palmero, A., y Cabrera Carrazana, Y. (2018). Alternativa de juegos predeportivos para la iniciación deportiva de los escolares en el Voleibol desde la Educación Física. *OLIMPIA*, 15(48), 145-159.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6399850>
- Orosco Tunja, G. F. (2022). *Los juegos predeportivos en el aprendizaje de las carreras de medio fondo en estudiantes de educación básica superior*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Técnica de Ambato - Ecuador].  
<https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/35893/1/EST.%20OROSCO%20TUNJA%20GIOVANNI%20FABRICIO%20TESIS%20FINAL-signed-signed-signed.pdf>
- Padillah, A., Yudiana, Y., y Juliantine, T. (2020). The effect of cooperative learning model and peer teaching model on social skills and volleyball games performance. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 5(1). <https://doi.org/10.17509/jpjo.v5i1.22093>
- Palacio, A. (2020). *Voleibol entrenamiento con niños de 11 a 14 años*.  
<https://www.studocu.com/co/document/corporacion-universitaria-minuto-de-dios/electiva-actividad-fisica/libro-voleibol-entrenamientos-para-ninos-de-11-a-14-anos/17317836>

- Picardo Joao, O. (2005). *Diccionario Enciclopédico de Ciencias de la Educación*. Ed. Centro de Investigación Educativa. <https://eduso.wordpress.com/wp-content/uploads/2008/06/diccionario-de-ciencias-de-la-educacion.pdf>
- Quishpe-Veloz, K. A., y Torres-Palchisaca, Z. G. (2021). Juegos Predeportivos en el Proceso Formativo de la Natación. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 6(2), 546–567. <https://doi.org/10.35381/r.k.v6i2.1253>
- Rosero Hernández, P. L., y Venté Castrillón, J. J. (2024). *Incidencia de un programa de juegos predeportivos de carácter lúdico – recreativos fundamentado en el modelo ludo – técnico, en el nivel de actividad física y condición física de los estudiantes de grado noveno de la Institución Educativa Escuela Normal Superior Miguel de Cervantes Saavedra del municipio de Guacarí – Valle del Cauca* [Tesis de Maestría, Unidad Central del Valle del Cauca]. <https://repositorio.uceva.edu.co/bitstream/handle/20.500.12993/4739/TG%20prosero-jvente.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Sánchez, F. (2017). *Incidencia de los juegos pre-deportivos en los fundamentos técnicos del fútbol en la categoría sub 12 de la unidad educativa Jefferson de la ciudad de Riobamba* [Tesis de Maestría, Universidad Técnica de Ambato]. <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/4906>
- Santes Sosa, R. M., Navarrete Torres, M. D. C., y García Muñoz Aparicio, C. (2017). Marketing digital para los consumidores del siglo XXI. *Hitos de Ciencias Económico Administrativas*, 23(65), 24-37. <https://doi.org/10.19136/hitos.a0n65.1819>
- Ureña Espa, A., Millán-Sánchez, A., y Moreno Arroyo, M. P. (2022). Modelo dual convergente para la iniciación al voleibol: 20 aplicaciones prácticas. *JUMP*, 5, 43-67. <https://doi.org/10.17561/jump.n5.5>
- Vargas Cuenca, G. M., y Ávila Mediavilla, C. M. (2022). Juegos predeportivos como estrategia metodológica en la práctica del fútbol en adolescentes escolarizados. *CIENCIAMATRIA Revista Interdisciplinaria de Humanidades, Educación, Ciencia y Tecnología*. (3)3, 713 – 737.

Viciano, J., Casado Robles, C., Pérez Macías, L., y Mayorga-Vega, D. (2020). A Sport Education teaching unit as a citizenship education strategy in Physical Education. A group - randomized controlled trial. *Retos*, 38, 44–52.  
<https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.73546>



## ANEXOS

### ANEXO 1

**Objetivo:** Conocer el criterio de los profesores con respecto a la inserción de juegos predeportivos para la enseñanza de los fundamentos técnicos de voleibol.

1. ¿Cree usted que los juegos predeportivos se encuentran dentro de las herramientas más adecuadas para la enseñanza de los fundamentos técnicos de voleibol?
2. ¿Debería aplicarse con mayor frecuencia el método de juego en las clases de enseñanza de los fundamentos técnicos de voleibol?
3. ¿Cree usted que el método de juego sustituya al método de enseñanza tradicional en las edades de 10 a 12 años?
4. ¿Podría los juegos predeportivos facilitar a los niños de 10 a 12 años el aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol necesarios para su continuidad en el deporte?
5. ¿Existe algún material que contemple los juegos predeportivos que sirva de guía a los entrenadores para planificar las clases de enseñanza?
6. ¿Podría usted brindarnos algunas sugerencias de los juegos predeportivos que se puedan aplicar en la investigación?

## ANEXO 2

**Tabla 4.** *Especialistas empleados en la investigación*

No	Título	Años de experiencia docente	Profesión	Centro de trabajo
1	Licenciado en Cultura Física	19	Entrenador de Voleibol	EIDE Provincial
2	Máster en Actividad Física en la Comunidad	21	Entrenador de Voleibol	Combinado Deportivo
3	Licenciado en Cultura Física	27	Entrenador de Voleibol	Combinado Deportivo
4	Máster en Actividad Física en la Comunidad	17	Entrenador de Voleibol	EIDE Provincial
5	Licenciado en Cultura Física	15	Entrenador de Voleibol	Combinado Deportivo
6	Licenciado en Cultura Física	9	Entrenador de Voleibol	Combinado Deportivo
7	Licenciado en Cultura Física	15	Entrenador de Voleibol	EIDE Provincial
8	Máster en Actividad Física en la Comunidad	21	Entrenador de Voleibol	Combinado Deportivo
9	Máster en Actividad Física en la Comunidad	17	Entrenador de Voleibol	Combinado Deportivo
10	Licenciado en Cultura Física	11	Entrenador de Voleibol	EIDE Provincial

11	Licenciado en Cultura Física	13	Entrenador de Voleibol	Combinado Deportivo
Total		16.81 años de experiencias		



### ANEXO 3

#### Valoración juegos predeportivos elaborados responden a la enseñanza de los elementos técnicos del saque, pase y recepción en niños de 10 a 12 años

Estimado colega:

La Facultad de Cultura Física “Manuel Fajardo” viene desarrollando una investigación. Usted ha sido seleccionado como usuario por su experiencia como entrenador de voleibol.

A continuación, se ofrece un cuadro que presenta los elementos que conforman los juegos predeportivos. Expresé sus criterios marcando con una x

ELEMENTOS	Muy Adecuado	Bastante Adecuado	Adecuado	Poco Adecuado	No Adecuado
Los juegos predeportivos ayudan a resolver un problema de la práctica:					
La metodología utilizada para diseñar los juegos predeportivos puede ser considerada como:					
El fundamento teórico de los juegos predeportivos es considerado como:					
El objetivo de los juegos predeportivos es considerado como:					

<p>La estructura de los juegos predeportivos son considerados como:</p>					
<p>En estos momentos, la aplicación de los juegos predeportivos son considerados:</p>					
<p>Los juegos predeportivos son importantes para la enseñanza de los fundamentos técnicos de saque, pase y recepción</p>					
<p>Los juegos predeportivos propuestos son novedosos y de gran significación para la enseñanza de los fundamentos técnicos de saque, pase y recepción</p>					

## ANEXO 4

**Tabla 5.** Resultados del criterio de usuario

Elementos	M.A	%	B.A	%	A	%	P.A	%	N.A	%
Los juegos predeportivos ayudan a resolver un problema de la práctica:	11	100,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
La metodología utilizada para diseñar los juegos predeportivos puede ser considerada como:	9	81,8	2	18,2	0	0,0	0	0,0	0	0,0
El fundamento teórico de los juegos predeportivos es considerado como:	11	100,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
El objetivo de los juegos predeportivos es considerado como:	8	72,7	3	27,3	0	0,0	0	0,0	0	0,0
La estructura de los juegos predeportivos son considerados como:	9	81,8	2	18,2	0	0,0	0	0,0	0	0,0
En estos momentos, la aplicación de los juegos predeportivos son considerados:	11	100,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Los juegos predeportivos son importantes para la enseñanza de los fundamentos técnicos de saque, pase y recepción	11	100,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0

### Leyenda

M.A: Muy Adecuado

B.A: Bastante Adecuado

P.A: Poco Adecuado

N.A: No Adecuado

A: Adecuado