

**INSTITUTO UNIVERSITARIO ASOCIACIÓN CRISTIANA DE JÓVENES**

**LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE**

**METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA DE LAS  
FORMACIONES DEFENSIVAS EN LOS EQUIPOS DE  
VOLEIBOL DE CATEGORÍA SUB 21 DE MONTEVIDEO  
DURANTE EL AÑO 2019.**

Trabajo Final de Grado presentado al Instituto Universitario de la asociación Cristiana de Jóvenes como parte de los requisitos para la obtención del Diploma de Graduación de la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte.

Tutor: Iván Bignotti

MARIANO FIGUEROA

**MONTEVIDEO**

**2019**

## **DECLARACIÓN DE AUTORÍA**

El abajo firmante Mariano Figueroa, es el autor y el responsable de todos los contenidos y de las opiniones expresadas en este documento, que no necesariamente son compartidas por el Instituto Universitario Asociación Cristiana de Jóvenes.

## ÍNDICE

RESUMEN .....	1
1. INTRODUCCIÓN .....	1
1.1 Objetivo General .....	2
1.2 Objetivos Específicos .....	3
2. ENCUADRE TEÓRICO .....	4
2.1 Entrenamiento y enseñanza .....	4
2.1.1 Entrenamiento .....	4
2.1.2 Enseñanza.....	5
2.2 Método vs metodología .....	5
2.4 Concepto de voleibol.....	8
2.5 Características del deporte.....	8
.....	9
2.6 Concepto de técnica.....	9
2.7 Concepto de táctica .....	10
2.7.1 Complejos estratégicos .....	10
2.8 Sistemas defensivos.....	11
2.8.1 Defensa de jugador atrasado .....	13
2.8.2 Defensa de jugador adelantado .....	15
3. METODOLOGÍA .....	17
3.1 Modelo de investigación.....	17
3.2 Nivel.....	17
3.3 Tipo de diseño de investigación .....	18
3.4 Sujeto de estudio .....	19
3.4.1 Tipo de muestra .....	19
3.5 Instrumentos de recolección de datos. ....	20
3.5.1 Entrevista.....	20
3.5.2 Observación de prácticas. ....	21
3.6 Estrategia estadística y análisis de los datos .....	23
3.7 Estudio piloto .....	24
4. ANÁLISIS DE DATOS .....	25
5. CONCLUSIONES .....	33
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	35
6 ANEXOS .....	A
6.1 Anexo 1: Entrevistas .....	A

6.1.1	Entrevista 1 .....	A
6.1.2	Entrevista 2.....	F
6.1.3	Entrevista 3.....	K
6.2	Anexo 2: Observaciones.....	R
6.2.1	Observación 1.....	R
6.2.2	Observación 2.....	S
6.2.3	Observación 3.....	S
6.2.4	Observación 4.....	T
6.3	Anexo 3: Porcentajes.....	T
6.4	Anexo 4: Gestos Técnicos .....	U
2.6.1	Remate .....	U
2.6.2	Golpe alto a dos manos.....	U
2.6.3	Golpe bajo a dos manos.....	V
2.6.4	Bloqueo .....	W
2.6.5	Fly .....	Y
2.6.6	Rolo.....	Y

## LISTA DE IMÁGENES

Imagen 1 : Medidas oficiales de una cancha de voleibol y sistema de rotación (Extraído de Hessing, 2003, p. 22).....	9
Imagen 2: Secuencia del remate (extraído de página web, referencia en nota al pie) .....	U
Imagen 3: De izquierda a derecha: bloqueo defensivo y bloqueo ofensivo (Extraído de Lucas, 2000, p. 205) .....	X
Imagen 4: Posición base con defensor posterior medio (Liskevych y Neville, 1991, p.293).....	11
Imagen 5: Posición base con defensor posterior medio adelantado (extraído de Liskevych y Neville, 1991, p. 295).....	12
Imagen 6: Estructura defensiva en referencia al ataque desde el lado izquierdo (Extraído de Lisjevych y Neville, 1991, p. 296) .....	13
Imagen 7: Estructura defensiva en referencia al ataque desde el lado derecho. (Extraído de Liskevych y Neville, 1991, p. 296) .....	14
Imagen 8 Estructura defensiva en referencia al ataque desde el centro. (Extraído de Liskevych y Neville, 1991, p. 297).....	14
Imagen 9: Estructura defensiva en referencia al ataque desde el lado derecho (Extraído de Liskevych y Neville, 1991, p. 304) .....	15
Imagen 10: Estructura defensiva en referencia al ataque desde el centro. (Extraído de Liskevych y Neville, 1991, p. 305).....	16

## **RESUMEN**

El objetivo de esta investigación es analizar la metodología de enseñanza de las formaciones defensivas en voleibol utilizadas en los equipos de Montevideo en la categoría sub 21 con mayor representatividad en la selección uruguaya durante el año 2019. La muestra de estudio se encontró compuesta por aquellos entrenadores de la categoría sub 21 que poseen jugadores con representatividad dentro de la Selección Nacional Masculina de Voleibol de la mencionada categoría, incluyendo al entrenador de dicha selección. El diseño de la misma es de carácter no experimental, transeccional descriptivo y observacional. En cuanto a los resultados de la investigación se puede afirmar que el entrenador 1 según lo visualizado en las observaciones utiliza una metodología analítica en un 54,5%. En contraposición el entrenador 2 se basa en una metodología global en un 50%. Por su parte el entrenador 3 se centra en una metodología analítica en un 80%. Por último se ve reflejado que el entrenador de la selección enfoca sus entrenamientos en una metodología analítica en un 84,6%. Estos porcentajes nos ayudan a concluir que en lo que respecta a la metodología de la enseñanza 2 de los 3 entrenadores de los equipos con mayor representatividad en la Selección Uruguaya de voleibol sub 21 tienen una conexión con lo planteado por el Director Técnico de la misma. En contrapartida, en lo que se refiere a formaciones defensivas y criterios de selección, únicamente existe una relación entre el club y la selección que comparten al mismo entrenador.

Palabras clave: Metodología de Enseñanza, Formaciones Defensivas, Metodología Global, Metodología Analítica.

## **1. INTRODUCCIÓN**

El presente trabajo de investigación se enmarca dentro de la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte del Instituto Universitario Asociación Cristiana de Jóvenes, como requisito para el título de grado. El mismo expondrá el análisis de las metodologías de enseñanza utilizadas en las formaciones defensivas de voleibol en los equipos de divisiones formativas sub 21 con mayor representatividad en la selección uruguaya, durante el año 2019.

En primera instancia, cabe mencionar que se encuentran pocos antecedentes que relacionen los métodos utilizados por los docentes en la enseñanza del voleibol; por ello, resulta necesaria una intervención dentro de esta temática que permita dar mayor profundidad a la línea

de investigación en la cual está centrada este trabajo, que abra camino a nuevas líneas de investigación y que permitan enriquecer el campo de la educación física.

En otro aspecto, Marcondes y Pérez (2012) explican que en las últimas décadas el voleibol ha ganado gran popularidad a nivel sudamericano, y más concretamente en Brasil, debido a dos grandes líneas de intervención: por un lado, los logros de la selección nacional de este país han fomentado una exposición mediática que colabora con la expansión del deporte; mientras por otro lado, afirman que el voleibol posee un gran potencial para su desarrollo dentro del campo de la Educación Física, a nivel competitivo como a nivel educativo. En ese nivel competitivo es donde se justifica la presente investigación, ya que el objetivo implícito de la misma radica en el crecimiento del propio conocimiento científico de dicha área; generando así un aporte para la comunidad científica.

Por otra parte, Ochoa Ríos y Córdova Cabrera (2008) han concluido que los procesos metodológicos utilizados por los docentes en este ámbito, son (en parte) adecuados pero que poseen una tendencia más tradicional que va de lo analítico a lo global.

En este sentido, el estudio de Manzanillas Gutiérrez (2015) explicita que los trabajos de índole tradicional, logran únicamente una mecanización del individuo sin obtener el entendimiento de lo que están aprendiendo en los ejercicios marcados por el docente. Esta mecanización se da a causa de la repetición de una técnica determinada, la cual fue extraída de un todo.

En lo que respecta a las formaciones defensivas, Díaz Bento (2014) plantea que los jugadores que se encuentran posicionados en una segunda línea de defensa deben presentar una buena técnica de defensa, en donde les permita realizar acciones defensivas eficientes frente a remates y fintas.

En base a los antecedentes planteados anteriormente y a la información recabada, surge la siguiente pregunta de investigación: ¿A través de qué metodologías de enseñanza se aprenden las formaciones defensivas en los equipos de voleibol masculino sub 21 en Montevideo, con mayor representatividad en la selección durante el 2019?

## **1.1 Objetivo General**

Analizar la metodología de enseñanza de las formaciones defensivas en voleibol utilizadas en los equipos de Montevideo en la categoría sub 21 con mayor representatividad en la selección uruguaya, durante el año 2019.

## **1.2 Objetivos Específicos**

Conocer las formaciones defensivas existentes en el voleibol masculino sub 21.

Identificar la metodología de enseñanza de las formaciones defensivas utilizadas por los equipos de mayor representatividad en la selección uruguaya masculina sub 21.

Evidenciar los criterios por los cuales son seleccionadas dichas metodologías.

Relacionar las metodologías de enseñanza utilizadas por el cuerpo técnico de la selección uruguaya masculina sub 21 con los equipos de mayor representatividad en la misma.

## **2. ENCUADRE TEÓRICO**

### **2.1 Entrenamiento y enseñanza**

#### **2.1.1 Entrenamiento**

En los deportes, se presentan distintos momentos a lo largo del desarrollo del deportista, comenzando por una enseñanza hasta llegar al final que es la etapa de alto rendimiento en donde el deportista se encuentra enfocado en una etapa de entrenamiento. Dentro de esto último, Martin Dietrich, Carl Klaus y Lehnertz Klaus, tomando como referencia distintos autores, crearon su propia definición de entrenamiento deportivo, describiéndolo como “un proceso complejo de actividades, dirigido al desarrollo planificado de ciertos estados de rendimiento deportivo y a su exhibición en situaciones de verificación deportiva, especialmente en la actividad deportiva.” (2007, p. 17). Por otra parte, justificando lo que definen, los autores plantean, que un entrenamiento no se realiza de forma espontánea, sino que los entrenadores deben apoyarse en descubrimientos científicos, experiencias prácticas, teorías de entrenamiento. A su vez, afirman que el entrenamiento no sólo involucra al alto rendimiento, sino que se puede aplicar en distintos focos, como puede ser el deporte de recreación o el educativo, buscando los objetivos que el individuo que entrene se plantee como meta.

Por otra parte, Vladimir Issurin toma al entrenamiento como “la aplicación de cargas físicas a través de ejercicios físicos” (2014, p.52) teniendo como objetivo un rendimiento satisfactorio dentro de la competencia. A su vez, afirma que existe un vínculo muy estrecho entre lo que es el entrenamiento en sí mismo y las competencias, debido a que, en determinadas ocasiones, las competencias a las que nombra como secundarias, sirven como una prueba anterior al objetivo principal para el que se prepara el deportista.

Tomando en cuenta las dos posturas presentadas en los párrafos anteriores, consideramos importante destacar, que nuestro enfoque se encuentra relacionado en mayor medida a lo que presentan Dietrich, Klaus y Klaus; esto se debe a que consideramos al entrenamiento como un proceso y no como un hecho puntual de aplicación de cargas simplemente. A su vez, entendemos que los autores mencionados, enfocan el concepto de entrenamiento a algo deportivo en sí mismo, mientras que Issurin, lo plantea como un entrenamiento físico, corporal. Por lo que, como la investigación en la que nos estamos centrando se refiere a un deporte en específico consideramos pertinente enfocarnos en la primera definición de entrenamiento que en la segunda de ellas.

### 2.1.2 Enseñanza

En lo que respecta a la enseñanza, Daryl Siedentop (1998), define a la enseñanza como aquellos comportamientos que presentan los docentes a la hora del trabajo profesional. Estas acciones pueden involucrar aspectos como la planificación, las explicaciones, las preguntas, correcciones, buscando en todas ellas el desarrollo y el aprendizaje de los alumnos. A su vez, afirma que estas “habilidades y estrategias pueden ser ejercitadas y mejoradas” (Siedentop, 1998, p. 25), presentándose incluso en personas que no sean docentes como han de ser los familiares, amigos o compañeros de trabajo. Por su parte, Sánchez Bañuelos (1992) describe a la enseñanza como formal, en donde se involucra a una persona denominada profesor, quién va a facilitar el aprendizaje de los alumnos, el cual es el responsable de ejecutar las acciones del proceso de aprendizaje guiadas por el docente. A su vez, marca distintas diferencias en lo que es la enseñanza en la educación física y el deporte, y la enseñanza en el aula. Por ejemplo, menciona que dentro de la enseñanza de la educación física y el deporte se le da un enfoque principalmente lúdico y vivencial, mientras que en el aula la enseñanza se encuentra centrada a la capacidad cognitiva de los alumnos. Esto mencionado, va a contraposición con lo que sucede en el entrenamiento, donde el profesor marca las pautas a ejecutar y los deportistas simplemente las realizan.

## 2.2 Método vs metodología

Dentro de la enseñanza, varios autores utilizan de forma indistinta los conceptos de método y metodología, sin embargo, algunos otros plantean que estos conceptos son similares por lo que no los diferencian. Dentro de esta postura, encontramos a Sicilia y Delgado (2002) quienes plantean que método es también denominado como metodología y lo definen como una conjunción ordenada de momentos y técnicas utilizadas por el profesor para llevar adelante el aprendizaje de un individuo hacia ciertos objetivos planteados con anterioridad. Por tanto, un método de enseñanza es una vinculación entre el docente, el alumno y lo que se busca enseñar. A su vez, explican que posee una concepción ambigua pero que, dentro del ámbito de la educación física, alude a la manera o forma de conducir la enseñanza del alumnado. En este sentido, vale aclarar la diferencia entre método de enseñanza y estilo de enseñanza, siendo que este último refiere a la relación que se crea entre los elementos que componen el proceso didáctico: la forma en la que el docente expresa y se impone durante la clase y el tipo de

participación que se le da al alumno en el propio proceso de enseñanza-aprendizaje (Sicilia y Delgado, 2002).

Prosiguiendo con los autores que no diferencian los conceptos, Contreras (2004) expone una clasificación de los métodos que se utilizan para presentar las tareas, nombrándolas como “estrategias en la práctica”: global, analítica y mixta. Normalmente, estos términos son relacionados con la metodología, por esto afirmamos que el autor no diferencia entre los conceptos de método y metodología, tomándolos como similares.

En lo que respecta a los autores que marcan una clara diferencia entre los términos de método y metodología, en primera instancia encontramos a Weineck, quién define al método desde el punto de vista del entrenamiento, afirmando que son “procedimientos sistemáticos, desarrollados en la práctica deportiva para alcanzar los objetivos planteados.” (Weineck, 2005). Por su parte, Platonov define a los métodos de preparación deportiva como los métodos de entrenamiento mediante los cuales el entrenador y el deportista logran la “asimilación de los conocimientos, habilidades y hábitos y se desarrollan las cualidades necesarias.” (Platonov, 2001, p. 237). En estas dos definiciones de método se puede visualizar una diferencia en cuanto a los sujetos los cuales son responsables de dichos métodos. Mientras Weineck, no plantea un sujeto que esté a cargo del método, Platonov afirma que tanto el entrenador como el deportista son necesarios para que el método se desarrolle de forma satisfactoria. En opinión personal, el método podría considerarse una mixtura de ambas definiciones, ya que en un ámbito deportivo es necesario el alcance a los objetivos planteados, pero para llegar a ello es imprescindible la asimilación de nuevas técnicas que permitan el logro de dichos objetivos.

En lo que refiere a metodología, Gallardo y Mendoza, la definen como “el tratado, estudio o ciencia mediante la cual se intenta explicar y analizar el método o métodos utilizados en una investigación (2010, p.12) basándose en su el significado etimológico de las palabras de origen griego que la componen: “méthodo” (método) y “loggia” (tratado, estudio o ciencia).

Por su parte, los autores Martin y Klaus, afirman que “la metodología del entrenamiento es la teoría orientada hacia la práctica del entrenamiento.” (Dietrich, Klaus y Klaus, 2007, p. 18) A su vez, añaden que no solo abarca la teoría, sino que comprende todas las proposiciones que involucran a las reglas que se deben respetar en un entrenamiento y en cada una de las competiciones que participe un deportista. A su vez, Valera, Ureña, Ruiz y Alarcón (2010) exponen una serie de clasificaciones metodológicas basadas en los resultados que arroja su investigación en relación a observaciones prácticas. Las mismas se dividen en: analítica, global y mixta, subdividiendo esta última categoría en analítico-global y analítico-global-analítico.

En concordancia con este autor, Chávez Espinoza (2011) menciona que la metodología analítica centra su estudio en los elementos que se extraen de las partes de un todo y que en este sentido, dichos ejercicios deberían poder complementar y mejorar aquellas habilidades que los alumnos no han logrado asimilar correctamente durante el proceso global del juego.

En base a lo expuesto por los autores antes mencionados, se puede afirmar que la metodología analítica toma el gesto a enseñar, separándolo en las diferentes fases que lo componen, extrayéndose de la situación de real de juego con el objetivo de mejorar determinada etapa del gesto en base a la repetición del mismo. Según Gallardo y Mendoza (2010) esta metodología posee dos problemas principalmente: por un lado la escasa motivación y por otro, el entrenamiento a través de esta estrategia deja de lado muchas de las variables que se presentan en la situación real de juego.

En este sentido, Chávez Espinoza (2011) explica que existe la necesidad de utilizar una metodología global en la enseñanza del voleibol, con motivo de que los alumnos aprendan el deporte a través del juego en sí mismo. El autor menciona que de esta forma se genera una simplificación en el aprendizaje de la técnica, haciendo hincapié en que a través de esta metodología se desarrolla el pensamiento táctico desde el comienzo del juego; en otras palabras, el individuo logra potenciar la capacidad de resolver problemas, pudiendo seleccionar la mejor respuesta durante la práctica del propio juego.

En cuanto a la metodología tradicional, se toma a la técnica como punto primordial para el rendimiento de los deportistas. Dicha técnica es entrenada con ejercicios aislados los cuales pueden ser con balón o sin el mismo (Sánchez *et al*, 2013).

Por otra parte, Sánchez *et al* (1996) describen a la metodología alternativa como el surgimiento de un conjunto de modelos en donde la táctica es el elemento imprescindible, siendo desarrollado por ejercicios que propongan situaciones similares a las del propio juego que se practica, y que involucran por parte de los deportistas una toma de decisiones.

Mariano Giraldes (1977), por su parte, añade una forma de clasificación distinta a los autores descritos anteriormente, ya que diferencia a la metodología en general y especial. La primera de ellas involucra aquellos métodos que se siguen en lo que es la enseñanza de cualquier tipo de especialidad dentro de la educación física. Por otro lado, la metodología especial, son “aquellos que orientan el accionar en una determinada especialidad deportiva o gimnástica” (1977, p 26). Basándonos en esto, podemos decir que el voleibol, se encuentra enmarcado dentro de esta última metodología, al menos en lo que respecta a esta investigación.

## 2.4 Concepto de voleibol

Según lo expuesto por la Federación Internacional de Voleibol (2001), el voleibol es un deporte jugado por dos equipos los cuales se disponen a cada lado de una cancha dividida por una red central. Dicho deporte tiene como objetivo impedir que el balón, una vez superada la red, toque el piso del propio equipo; o en otras palabras, intentar que la pelota toque el campo de juego del oponente. Una vez realizado el saque comienza la jugada y cada equipo posee un máximo de tres toques para pasar el balón al equipo contrario, sin contar el golpe del bloqueo; la jugada finaliza una vez que el balón toca el suelo de alguno de los dos equipos, va fuera o cuando un equipo no logra devolver el balón de la forma correcta. Cada jugada supone un punto para el equipo que logra realizar las acciones antes descritas correctamente, obteniendo el derecho a sacar luego de que los jugadores roten dentro de su campo de juego en sentido de las agujas del reloj.

## 2.5 Características del deporte

El voleibol se caracteriza por ser un deporte de oposición-cooperación en donde las diferentes jugadas se dan en forma alternada, es decir, cada equipo en su zona de la cancha realiza las acciones necesarias para atracar al contrincante, teniendo un máximo de tres contactos con el balón. (Timón y Hormigo, 2010).

Es aquí donde se encuentra otra de las principales características, ya que el campo de juego se encuentra dividido por una red de 9,5 metros de largo por 1 metro de ancho, colocada a 2,24 metros de altura para la rama femenina y 2,44 metros para la rama masculina. Así mismo se encuentran sobre la propia red, dos postes, denominados antenas, los cuales poseen una medida de 80 centímetros y marcan la zona por donde debe pasar el balón una vez en el aire (Santos del Campo, Viciano Ramírez y Noguera Delgado, 1996).

La red delimita la zona de juego de cada equipo en conjunto con las líneas de fondo y las bandas, obteniendo así una cancha de 9x9 metros para cada equipo. Por tanto las medidas oficiales de una cancha de voleibol serían de 18 metros de largo por 9 metros de ancho (Santos del Campo, *et al*, 1996).

Otra de las principales características del voleibol, es que, una vez ganado el saque, el equipo deberá rotar en sentido de las agujas del reloj. Es así que todos los jugadores ocupan todas las posiciones dentro del campo de juego, ya sea en zona de ataque o defensa. (Santos del Campo, *et al*, 1996).

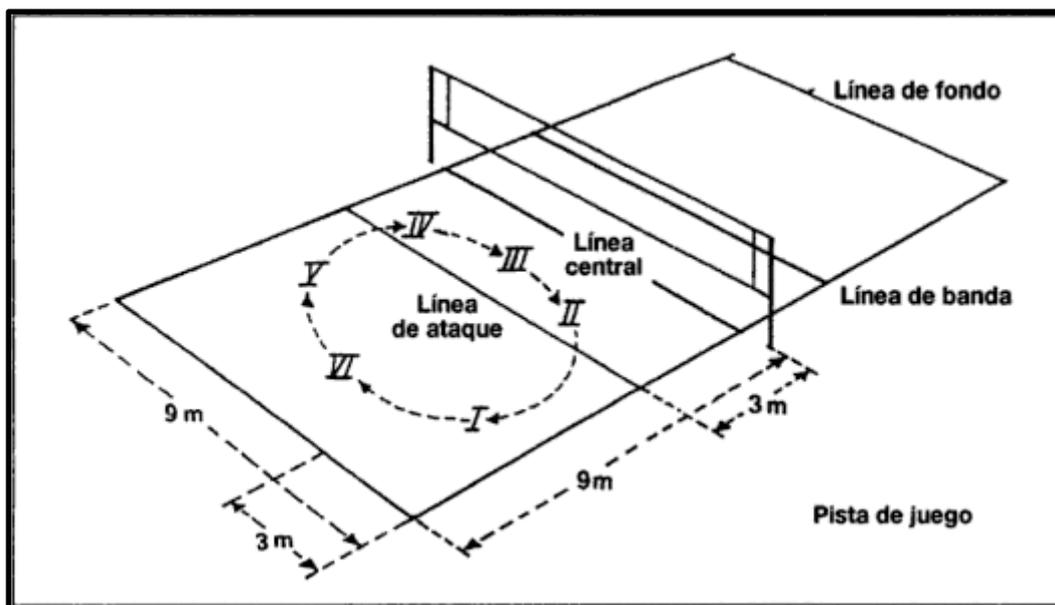


Imagen 1 : Medidas oficiales de una cancha de voleibol y sistema de rotación (Extraído de Hessing, 2003, p. 22)

## 2.6 Concepto de técnica

Si bien, la investigación se enfoca en un aspecto táctico del voleibol, es fundamental desarrollar la definición de técnica, debido a que el deporte presenta un requerimiento muy específico de la misma, y sin una base de ella, el juego no se puede ejecutar de forma efectiva.

Nitsch, Neumaier, de Marées y Mester la definen a la técnica como, “los procedimientos de rutina para resolver, de acuerdo a la situación, tareas motrices deportivas.” (2002, p. 62). Por otra parte, afirman que para toda técnica es fundamental desarrollar los modelos de coordinación tanto sensomotores como psicomotores. Weineck (2005), por su parte, adiciona que dichas resoluciones motrices deben realizarse de manera económica y adecuada a la tarea que se quiere ejecutar. Sin embargo, este mismo autor, menciona que la técnica deportiva puede presentar cambios en la ejecución a causa de la situación de juego individual; esto se debe, según el autor, a que se define técnica basándose en un modelo ideal.

Durante este apartado, se nombran tanto los fundamentos técnicos ofensivos como los defensivos, dándole mayor profundidad a estos últimos por la relevancia que presentan dentro de la investigación.

Dentro de los fundamentos técnicos ofensivos, se desarrollarán únicamente aquellos que se ven involucrados en el momento previo a la acción defensiva; entre ellos se dejará de lado el saque puesto que el oponente realiza una recepción una vez realizado el mismo, no utilizando sistemas defensivos.

## 2.7 Concepto de táctica

Según lo que plantean Timón y Hormigo (2010), podemos decir que la táctica es considerada como un conjunto de acciones, tanto colectivas como individuales “(...) de los jugadores de un equipo, organizado y coordinado racionalmente de manera unitaria, (...)” (2010, p. 31) con el fin de lograr la victoria.

Molina y Salas (2009) mencionan la existencia de dos tipos: por un lado, la táctica individual se vincula a los procesos cognitivos que posee el jugador en situación de juego. Estos autores explican que este complejo sistema se encuentra conformado por diferentes momentos concurrentes, es decir, que suceden al mismo tiempo: por un lado, la percepción de la situación de juego o mejor conocido como la lectura del juego; y por otro lado la respuesta a esa situación, mejor conocida como decisión.

Al mismo tiempo, los autores antes mencionados entienden que la táctica colectiva es comprendida como la intervención conjunta de un equipo en un espacio y tiempo común. De igual forma, es importante mencionar que la táctica colectiva no es la suma de tácticas individuales, sino que se trata de una respuesta conjunta por parte de los jugadores que se verá influenciada por el conocimiento, el dominio y el empleo de los sistemas, ya sean ofensivos o defensivos.

### 2.7.1 Complejos estratégicos

Según mencionan Molinas y Salas, los complejos estratégicos son entendidos como la conjunción de dos fases, una ofensiva y una defensiva, manifestada por la utilización de los recursos técnicos y tácticos de los jugadores con el fin de obtener el mejor resultado posible.

Tal como expresan dichos autores, en un partido de voleibol, se pueden encontrar distintos complejos estratégicos, los cuales se encuentran representados por números romanos, a medida que se van realizando a lo largo de las jugadas. En primera instancia, el complejo estratégico I (K I), compuesto por la recepción, el armado y el ataque, y posteriormente el complejo estratégico II (K II) que involucra al bloqueo, la defensa y el contraataque; quedando por fuera de estos dos complejos el saque, que según el autor es adecuado separarlo de los mismo como un aspecto anterior a ellos, nombrando al servicio como complejo estratégico 0 (K 0).

A su vez, Molina y Salas presentan otros dos complejos denominados K III y K IV; el primero de ellos se da cuando un jugador del equipo defensor debe enviar el balón al campo contrario con un golpe a dos manos, sea con una técnica de manos bajas o altas, generando lo que se denomina como “free-ball”. En cambio, el complejo estratégico IV, se produce en el momento en que el ataque es defendido por el bloqueo rival y la pelota regresa al campo atacante generando un apoyo y un nuevo contraataque.

## 2.8 Sistemas defensivos

Los sistemas defensivos, también nombrados como medios tácticos defensivos, según Antón (2000), tal como se cita en Gutiérrez Aguilar (2014) son aquellos aspectos tácticos producidos por más de dos defensores en respuesta a las acciones realizadas por el ataque rival; es decir, son aquellas estructuras posicionales defensivas que utiliza un equipo frente a un ataque del rival. Para ello se debe utilizar una posición base o de partida, según la nombran Liskevych y Neville (1991), para contrarrestar las habilidades ofensivas del atacante.

Estos últimos autores hacen referencias a dos estructuras básicas, dependiendo de la ubicación del defensor ubicado en la parte posterior media de la cancha.

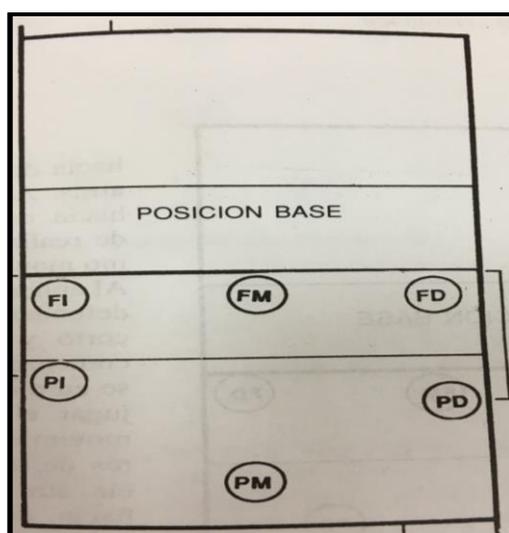


Imagen 2: Posición base con defensor posterior medio (Liskevych y Neville, 1991, p.293)

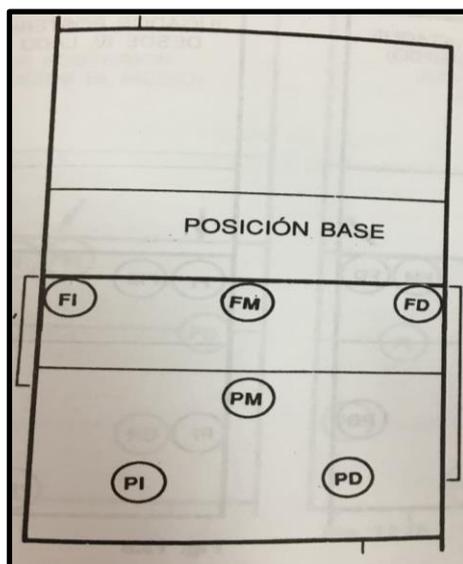


Imagen 3: Posición base con defensor posterior medio adelantado (extraído de Liskevych y Neville, 1991, p. 295)

### 2.8.1 Defensa de jugador atrasado

Esta estructura de defensa tiene como característica principal la cobertura de los sectores externos de la cancha, dejando la parte central de la misma cubierta por el bloqueo, según lo expresan Liskevych y Neville.

Dependiendo de la posición por la cual el equipo rival realice su ataque y la cantidad de jugadores que se dispongan en el bloqueo, será la estructura que se adoptará a la hora de defender con un jugador atrasado.

Cómo se observa en la figura 6, la estructura utilizada descrita en número, es 2-1-3, en donde se ubican 2 jugadores bloqueadores, el tercer bloqueador se retrasa a una posición de defensa, colocando un pie de cada lado de la línea de tres metros. Por su parte, los jugadores posteriores se paran retrasados con cercanía a las líneas laterales, los posteriores derechos e izquierdo, siendo este último el defensor principal de la diagonal, mientras que el posterior medio cercano a la línea final de la cancha (Liskevych y Neville, 1991).

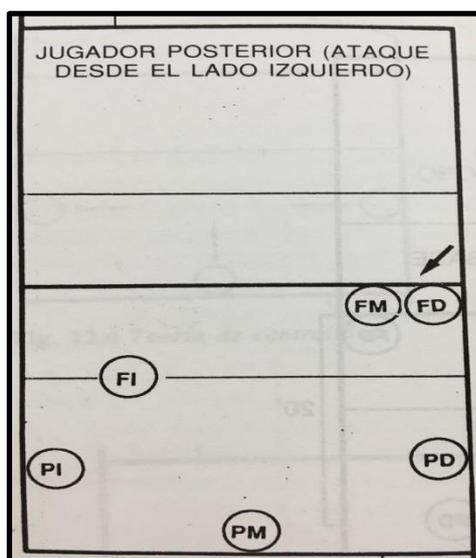


Imagen 4: Estructura defensiva en referencia al ataque desde el lado izquierdo (Extraído de Liskevych y Neville, 1991, p. 296)

Por su parte, Liskevych y Neville explican que si el ataque del equipo rival cambia de sector hacia el lado derecho, como se muestra en la figura 7, los defensores posteriores se mantienen en la misma posición, cambiando únicamente el principal defensor pasando a ser el ubicado en posición 1, es decir, el posterior derecho.

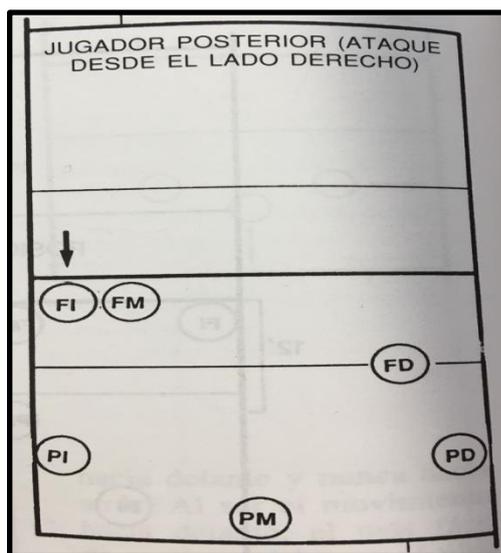


Imagen 5: Estructura defensiva en referencia al ataque desde el lado derecho. (Extraído de Liskevych y Neville, 1991, p. 296)

Por otro lado, si el colocador del equipo rival decide armar una pelota al centro del ataque, la estructura defensiva, será cómo se visualiza en la figura 8. Posicionándose, el defensor posterior derecho más hacia el centro, el posterior medio corrido hacia el sector izquierdo, mientras que el posterior izquierdo se mantiene en la misma posición que en las figuras anteriores.

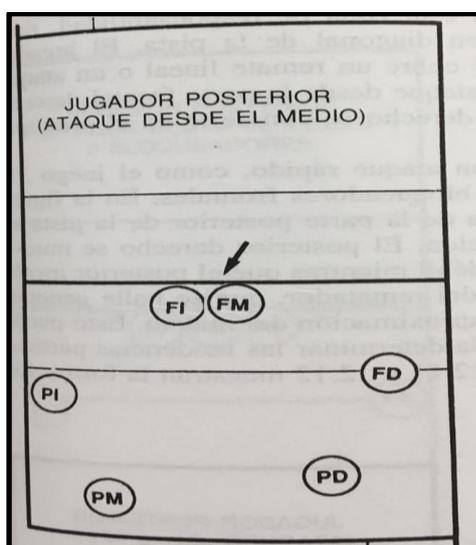


Imagen 6 Estructura defensiva en referencia al ataque desde el centro. (Extraído de Liskevych y Neville, 1991, p. 297)

### 2.8.2 Defensa de jugador adelantado

En contrapartida con el objetivo que presenta la defensa con el jugador atrasado, ésta estructura presenta el fin de cubrir el centro de la cancha del equipo defensor logrando esto, limitando los laterales a solamente tres defensores en lugar de cuatro como ocurría en el sistema defensivo anterior (Liskevych y Neville, 1991).

Cómo ocurre en la defensa anteriormente descrita, la posición base es la que se representa en la imagen 4, teniendo las variaciones respectivas según el sector por donde provenga el ataque del equipo rival.

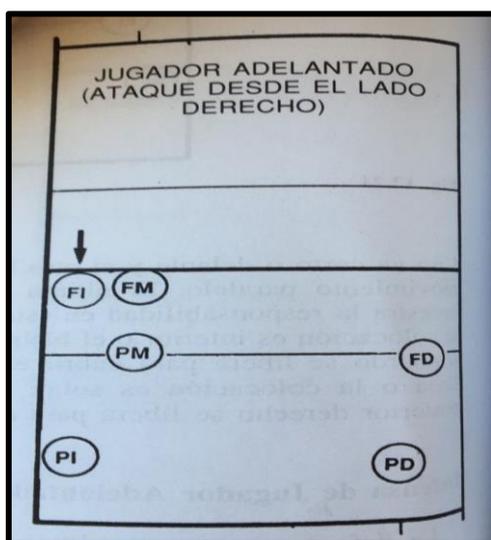


Imagen 7: Estructura defensiva en referencia al ataque desde el lado derecho (Extraído de Liskevych y Neville, 1991, p. 304)

En la imagen 9, se puede observar el posicionamiento de los jugadores defensor en relación tanto con el ataque que proviene del campo rival, como también al bloqueo que se realiza por los jugadores ubicados cercanos a la red. Como explican Liskevych y Neville, se visualiza que el jugador posterior medio (PM), se coloca cercano a la línea límite de 3 metros sobre el lado izquierdo mientras que el posterior derecho (PD), varía su posición con respecto a la imagen 6, ubicándose más al centro. Por su lado, el posterior izquierdo (PI), estará defendiendo la denominada paralela, cercano a la línea lateral izquierda de la defensa.

Esto sucederá de igual manera con un ataque proveniente desde el lado izquierdo, en donde el PM, se trasladará hacia el lado derecho de la defensa, generando que quién se aproxime al centro sea el PI, ubicando al PD sobre la línea del lado que se realiza el ataque.

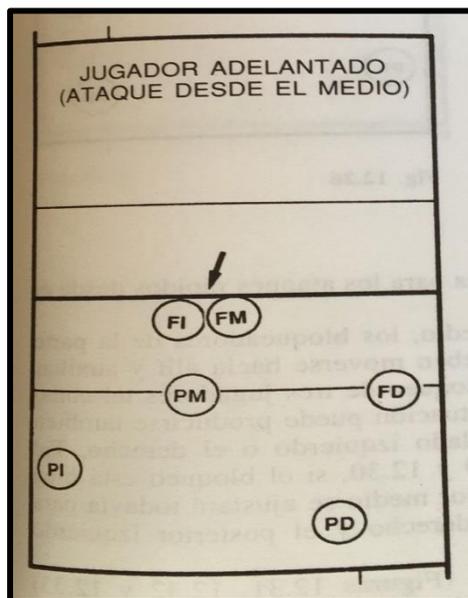


Imagen 8: Estructura defensiva en referencia al ataque desde el centro. (Extraído de Liskevych y Neville, 1991, p. 305)

En lo que respecta a un ataque realizado por el centro, se puede observar en la imagen 10 que el defensor PM, se ubica más centrado que en la figura 8 pero igualmente adelantado que en la misma, mientras que los PI y PD, se colocarán según el jugador frontal que ayude en el bloqueo.

Si tomamos como referencia la imagen utilizada, diremos que el PI, cómo lo describen los autores, cubrirá la diagonal que deje libre el jugador frontal izquierdo (FI), mientras que el PD, se ubicará ligeramente más centrado que en los ataques laterales pero continuando cercano a la línea de fondo. Finalmente, el jugador frontal derecho deberá auxiliar en lo que puede ser un remate corto del atacante.

### **3. METODOLOGÍA**

#### **3.1 Modelo de investigación**

El modelo metodológico que se utilizó fue mixto. Hernández Sampieri, Fernández Collado y Baptista Lucio (2010) comprenden a este modelo como la integración sistemática de los métodos cuantitativos y cualitativos, para posteriormente, realizar inferencias a partir de toda la información recabada a través de una discusión conjunta de todos aquellos aspectos relevantes que proporcionan cada uno de los modelos.

En cuanto al modelo cuantitativo, los autores antes mencionados explican que el mismo consta de un proceso riguroso y previamente pautado, el cual intenta comprobar una hipótesis que se desprende directamente del problema de investigación. A través de distintos métodos se miden las variables para luego analizarlas mediante procesos estadísticos que pretenden responder la hipótesis antes planteada. Los instrumentos de recolección de datos que se utilizaron en la presente investigación y a su vez, se alinearon con dicho método se visualizaron en la observación de las prácticas de estos equipos.

Por otro lado, según Hernández Sampieri *et al* el enfoque cualitativo se utiliza cuando se pretende comprender los fenómenos que rodean a pequeños grupos o individuos, de manera subjetiva y profundizando en sus experiencias, perspectivas, opiniones y significados. Este método se vio reflejado en la entrevista al entrenador de la selección nacional sub 21 de voleibol masculino y a los entrenadores de los equipos con representatividad en la misma, buscando comprender los fenómenos que relacionan a las metodologías de enseñanza y los sistemas defensivos desde la óptica del proceso formativo de una selección.

#### **3.2 Nivel**

El presente trabajo de investigación se desarrolló a través de la descripción de las formaciones defensivas, las metodologías de enseñanza que se utilizan para su desarrollo y los criterios de selección de las mismas. Según Hernández Sampieri *et al*, los trabajos descriptivos pretenden recoger información acerca de las variables de estudio.

Por otra parte, también se buscó relacionar las metodologías utilizadas por los entrenadores de los equipos con mayor representatividad en la selección uruguaya de voleibol con las utilizadas por el entrenador de la selección. En este sentido una investigación correlacional tiene como finalidad conocer la relación o grado de asociación entre dos o más

variables en un contexto en particular. Este tipo de estudio, una vez medida cada variable, cuantifica y analiza la vinculación entre ellas (Hernández Sampieri *et al*, 2010).

### **3.3 Tipo de diseño de investigación**

El presente estudio se basó en un diseño no experimental, puesto que según Hernández Sampieri *et al*, la investigación no experimental es aquella en la cual se estudian las variables sin realizar una manipulación de las mismas, observando los fenómenos en su entorno para luego analizarlos. Esta investigación adquirió dicha clasificación ya que se realizaron observaciones de las prácticas para luego comparar lo observado con lo expresado por parte de los entrenadores en cuanto a las metodologías de enseñanza utilizadas durante el aprendizaje de los sistemas defensivos.

Así mismo, dentro de este diseño se puede afirmar que la investigación es de tipo transeccional ya que en la misma la recolección de datos se dio en un momento único, según expresan Hernández Sampieri *et al.*, “Su propósito es describir las variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado” (2010, p. 151).

Conjuntamente con lo expuesto en el párrafo anterior, la investigación contó con la característica de poseer un diseño transeccional descriptivo ya que su objetivo trata de investigar la incidencia de las modalidades o niveles de las distintas variables, describiendo únicamente tal suceso.

Por tanto, y según lo que plantean Thomas y Nelson (2007), se puede afirmar que esta investigación tiene un diseño de carácter observacional, debido a que presenta un método de recolección de datos en donde los investigadores observarán los comportamientos que tienen distintos entrenadores de voleibol tanto en equipos de Montevideo, como el director técnico de la Selección Nacional de Uruguay de dicho deporte.

### 3.4 Sujeto de estudio

La población o sujetos de estudio de la presente investigación son todos los entrenadores, docentes o técnicos de voleibol de Montevideo de la categoría sub 21 masculino, ya que según lo expresan Hernández Sampieri et al (2010), una población es el conjunto de todo los casos que concuerdan con determinadas características.

#### 3.4.1 Tipo de muestra

La muestra se encontró compuesta por aquellos entrenadores de la categoría sub 21 que poseen jugadores con representatividad dentro de la Selección Nacional Masculina de Voleibol de la mencionada categoría, incluyendo al entrenador de dicha selección. Esta muestra se entiende, según Hernández Sampieri *et al* como un subconjunto de la población que posee las características determinadas por los objetivos de la investigación.

Por su parte, la presente investigación tomó una muestra de tipo no probabilística ya que “(...) la elección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de causas relacionadas con las características de la investigación o de quien hace la muestra” (Hernández Sampieri *et al*, 2010, p. 176).

### 3.5 Instrumentos de recolección de datos.

#### 3.5.1 Entrevista

Para obtener datos acerca de aquellas metodologías utilizadas tanto por el entrenador de la Selección Nacional como de los clubes de mayor representatividad en la misma, se utilizó una entrevista personal. Este instrumento de recolección de datos es, según expresan Thomas y Nelson (2007) muy similar al cuestionario, destacando como diferencias fundamentales que los interrogados responden de forma oral y no escrita, y que las respuestas son más fiables debido a la flexibilidad en la estructuración de la propia entrevista y a que los actores se encuentran cara a cara. Por otra parte, la entrevista fue de carácter semi-estructurada, debido a que se centra “en una guía de asuntos o preguntas y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información.” (Hernández Sampieri *et al*, 2010, p. 403).

A continuación se expone la pauta de entrevista:

#### **ENTREVISTA A ENTRENADOR DE LA SELECCIÓN NACIONAL SUB 21 DE VOLEIBOL MASCULINO.**

- 1) ¿Cómo es su nombre, que edad tiene y desde que año está vinculado al voleibol?
- 2) ¿Qué tipo de formación académica general y voleibolísticas posee?
- 3) ¿Cuántos años hace que dirige en voleibol y en qué categorías?
- 4) ¿Ha tenido experiencias anteriores en equipos de selección nacional?
- 5) ¿Hace cuánto tiempo comenzaron los entrenamientos de esta categoría sub 21?
- 6) Según su criterio, ¿Cuál o cuáles de los componentes que hacen al juego considera es fundamental fomentar durante la etapa que están trabajando en el plantel del voleibol?
- 7) ¿Qué clase de metodologías utiliza a la hora de desarrollar nuevas estrategias tácticas en estas edades?
- 8) ¿Qué métodos utiliza para trabajar los sistemas ofensivos y defensivos?
- 9) ¿En qué se basa para esa selección de las metodologías?
- 10) ¿Cuáles serían, a su criterio, las más apropiadas para enseñar y entrenar los sistemas defensivos? ¿Cuáles utiliza usted actualmente?
- 11) ¿En qué clase de sistemas defensivos se enfatiza actualmente en los entrenamientos?
- 12) ¿En qué se basa usted para la selección de dichos sistemas?
- 13) ¿Cuánto volumen de trabajo se le dedica al complejo defensivo?

## **ENTREVISTA A ENTRENADOR DE LOS CLUBES CON REPRESENTATIVIDAD EN LA SELECCIÓN NACIONAL SUB 21 DE VOLEIBOL MASCULINO.**

- 1) ¿Cómo es su nombre, que edad tiene y desde que año está vinculado al voleibol?
- 2) ¿Qué tipo de formación académica general y voleibolísticas posee?
- 3) ¿Cuántos años hace que dirige en voleibol y en qué categorías?
- 4) ¿Ha tenido experiencias anteriores en otros clubes?
- 5) ¿Hace cuánto tiempo comenzaron los entrenamientos de esta categoría sub 21?
- 6) A) Según su criterio, ¿Cuál o cuáles de los componentes que hacen al juego considera es fundamental fomentar durante la etapa que están trabajando en el plantel del voleibol?
- 7) ¿Qué clase de metodologías utiliza a la hora de desarrollar nuevas estrategias tácticas?
- 8) ¿En qué se basa para esa selección de las metodologías? Analítica, global, mixta
- 9) ¿Cuáles serían, a su criterio, las más apropiadas para enseñar y entrenar los sistemas defensivos? ¿Cuáles utiliza usted actualmente?
- 10) ¿Qué métodos utiliza para trabajar los sistemas ofensivos y defensivos?
- 11) ¿En qué clase de sistemas defensivos se enfatiza actualmente en los entrenamientos?
- 12) ¿En qué se basa usted para la selección de dichos sistemas?
- 13) ¿Cuánto volumen de trabajo se le dedica al complejo defensivo?

### 3.5.2 Observación de prácticas.

Con el fin de constatar y poder contrastar lo expuesto por los entrenadores, se realizaron observaciones a las prácticas de los equipos con jugadoras con mayor representatividad en la selección. En este sentido, Thomas y Nelson (2007) mencionaron que la observación es una técnica utilizada en las investigaciones de tipo descriptivas que permite determinar comportamientos para posteriormente realizar un análisis tanto cualitativo como cuantitativo.

Según los autores antes mencionados existen aspectos básicos para realizar las observaciones: por un lado qué y a quién se observará, en este caso se observarán las metodologías utilizadas por los entrenadores y por otro lado cuantas observaciones se realizarán; en este caso se observarán entre seis y siete sesiones de cada equipo.

A continuación se expone la grilla que se utilizará durante las observaciones de las prácticas:

**GRILLA DE OBSERVACIÓN DE PRÁCTICAS**

**N° de Obs:**

**Fecha:**

**Institución:**

1) Durante el momento inicial del entrenamiento, se observa la utilización de las metodologías:

Metodología analítica	Metodología global	Metodología mixta con preponderancia analítica	Metodología mixta con preponderancia global

2) Durante el momento central del entrenamiento, se observa la utilización de las metodologías:

Metodología analítica	Metodología global	Metodología mixta con preponderancia analítica	Metodología mixta con preponderancia global

3) Durante el momento final del entrenamiento, se observa la utilización de las metodologías:

Metodología analítica	Metodología global	Metodología mixta con preponderancia analítica	Metodología mixta con preponderancia global

Comentarios

--

### 3.6 Estrategia estadística y análisis de los datos

Para el análisis de datos, se utilizó lo que se denomina como Grounded Theory o Teoría Fundamentada. Hernández Sampieri *et al* afirma que con este método, la teoría emerge de los datos recolectados que se obtienen de los métodos de recolección, a su vez el autor menciona que es netamente insistente, ya que en ciertos momentos es pertinente regresar al campo para obtener más datos.

Por otro lado, se realizó inferencias de tipo teóricas para triangular los datos obtenidos por la prueba antes descrita conjuntamente con el discurso del entrenador de la Selección Nacional sub 21 de Voleibol Masculino.

### 3.7 Estudio piloto

Durante el estudio piloto se realizaron pruebas de los diferentes métodos de recolección de datos que se utilizarán en la fase de estudio de campo.

Para ello se probaron primeramente la pauta de entrevista que va dirigida a los entrenadores de los clubes con representatividad en la Selección Nacional de Voleibol sub 21. La misma fue realizada a un entrenador de primera división, quién tiene una experiencia acreditada en entrenamiento de voleibol internacional nivel II y que también tuvo participación en distintas selecciones nacionales tanto femeninas como masculinas en diferentes categorías, tanto sub 23, como mayores. La prueba fue positiva en general, únicamente se hicieron ajustes en lo que tiene que ver la formalidad de las preguntas y la claridad en los conceptos que se busca preguntar, debido a que en ocasiones dichos conceptos no se encuentran bien aclarados en la propuesta interrogatoria.

Por otra parte, al mismo entrenador, se le realizó la pauta de entrevista que posteriormente se le realizará al entrenador de la Selección Nacional de Voleibol sub 21. En este caso, al ya tener una devolución de la propuesta anterior, las modificaciones fueron similares, en donde se busca aclarar más los conceptos buscados en las preguntas. Pero en mayor medida, la pauta de entrevista se considera positiva para su puesta en el campo.

Por último, el instrumento de observación de las prácticas se ha probado únicamente en dos ocasiones de las cuales se desprenden resultados positivos aunque se sugiere agregar algún ítem que dé más especificidad a qué clase de ejercicios metodológicos se utilizan. A su vez se sugiere adicionar un sector en donde se puedan realizar comentarios personales de observación.

#### 4. ANÁLISIS DE DATOS

En esta investigación se recopiló información correspondiente a la metodología de enseñanza para las formaciones defensivas, utilizada por los entrenadores de la Selección Uruguaya de Voleibol Sub 21 y los clubes con mayor representatividad en la misma. Para esto se realizaron 46 observaciones, divididas en 11 al Equipo 1, 12 al equipo 2, 10 el equipo 3 y 13 el equipo 4. Las mismas fueron realizadas desde el 2 de octubre de 2019 al 15 de noviembre de 2019, terminando la asistencia a las mismas por distintas circunstancias. En lo que refiere al equipo 1, se logró recolectar la información suficiente para realizar un análisis correcto del mismo, situación similar ocurre con el equipo 2, el cual, a su vez, completó su participación en el torneo local, por lo que los entrenamientos llegaron a su finalización. En cambio, tanto el caso del equipo 3 como la Selección Nacional Sub 21, se logró recolectar información suficiente, sin embargo, se culminó con las observaciones debido a que los entrenamientos de ambos equipos culminaron con antelación. Por otro lado, se realizaron tres entrevistas, dos a los entrenadores de los clubes y una al director técnico de la selección, quién coincide con uno de los equipos, por lo que se le entrevistó en una sola ocasión, consultándosele por su club, como por la selección uruguaya. La realización de las entrevistas tuvo la finalidad de obtener información sobre las formaciones defensivas, la metodología de trabajo y los criterios de selección de ambos temas, de manera directa por parte de los entrenadores. Las mismas son de forma semi-estructurada, ya que las respuestas que realizan los entrevistados presentan un desarrollo, y a su vez, el prototipo de entrevista permite la repregunta por parte del entrevistador. Por otra parte, las entrevistas se realizaron personalmente, dos de ellas en el lugar de entrenamiento de los equipos, mientras que una fue hecha en la casa del entrenador. En lo que respecta a la duración de las entrevistas, fue de entre 20 minutos, ya que los entrevistados presentaron una clara noción sobre los temas por los que fueron consultados.

Estos métodos de recolección, fueron analizados mediante lo que se denomina como “teoría fundamentada”, el cual fue explicado con anterioridad. Además de este método, se utilizó como soporte para el mismo las herramientas de Microsoft Word 2013, Microsoft Excel 2013, ATLAS.ti versión WIN 7.5

Pasando al análisis propiamente dicho, en lo que respecta a las formaciones defensivas se revisaron primero dos categorías de análisis, las cuales fueron denominadas como estilo de defensa y criterio de selección del sistema. En relación a esto el entrenador 1 (E1), según lo recabado en la entrevista (EEE1, 2019, Anexo 1, p. C), presenta una defensa en la cual coloca al jugador que se encuentra ubicado en posición 6 retrasado en la línea de fondo, mientras que los jugadores defensivos laterales atentos a las pelotas que puedan filtrarse por el bloqueo. Por

lo que podemos decir, vinculándolo con el material teórico que se recabó, que el E1 presenta una defensa de 3-0-3 con el 6 retrasado. Dicha selección, se debe a las cualidades que presentan los jugadores que dirige, quienes, considera, que están capacitados para la lectura de este tipo de defensa. A su vez, plantea que la ubicación de sus dirigidos va variando según el estilo de juego del equipo rival, y del servicio que ellos realicen. Esto que el E1 afirma en la entrevista (EEE1, 2019, Anexo 1, p. A), va en concordancia con lo visualizado en las diez observaciones que se realizaron, en las cuales se observó una buena utilización del sistema de defensa, y una gran puesta en práctica de la misma. A su vez, es implementada en muchas ocasiones por el director técnico, planteándolo al menos en dos entrenamientos de los tres que presenta por semana el equipo, en el entorno de unos 60-70 minutos por práctica, lo que corresponde a un 66,7%-77,8% de frecuencia, lo cual va de la mano con lo afirmado con el entrenador cuando nos planteaba “que por práctica, entre el 70% y el 80% de la práctica se la dedico a algún aspecto defensivo” (EEE1, 2019, Anexo 1, p. D). Estos porcentajes de frecuencia, se pueden ver en los anexos junto con los porcentajes de los demás entrenadores (Tabla de porcentajes de Entrevista-Observación Formaciones defensivas, Anexo 2, p. T)

Por su parte el entrenador 2 (E2) en la entrevista realizada (EEE2, 2019, Anexo 1, p. H) menciona que plantea una formación defensiva básica, 3-0-3 que puede llegar a tener sus variantes según el rival a enfrentar, transformándose en un 2-1-3 dependiendo también del transcurso de los partidos. Estas dos formaciones, varían en la cantidad de jugadores que se presentan a la hora de posicionarse en el bloqueo. En el primero de ellos, los tres jugadores que se encuentran en la red van a participar del bloqueo, sin embargo, cuando “el bloqueador libre, baja y formamos un cuadrado, ahí se parecería a un 2-1-3, este, depende al equipo a enfrentar, son modalidades que trabajamos” (EEE2, 2019, Anexo 1, p. H). Esta postura, fue visualizada en los entrenamientos, en variadas ocasiones, teniendo un volumen de uno o dos prácticas cada cuatro entrenamientos las cuales involucran a las formaciones defensivas, lo que corresponde a un porcentaje de entre 25 y 50% de las planificaciones. A su vez, lo defensivo cuando el objetivo es trabajarlo de manera específica, conlleva 50 minutos de la planificación diaria lo que equivale al 55,5% aproximadamente (Tabla de porcentajes de Entrevista-Observación Formaciones defensivas, Anexo 2, p. T), mientras que los 40 minutos restantes si bien no son enfocados específicamente a lo defensivo, lo involucran desde otros aspectos más globales. Estos números planteados, van en concordancia con lo que afirma el E2 en la entrevista, donde “40-50% de la práctica va para eso” (EEE2, 2019, Anexo 1, p. I).

En lo que respecta al Entrenador 3 (E3), quién es el responsable tanto del tercer equipo como de la selección sub 21 masculina de voleibol, menciona (EEE3, 2019, Anexo 1, p. O) que

la formación defensiva típica de su uso es un 3-3 retrasado, previendo la posible utilización de un triple bloqueo, que genera que los ataques rivales sean en las cercanías de la línea final de la cancha. Por otra parte, afirma que en caso de no necesitar de un triple bloqueo, la formación varía a un 3-2-1. Esta selección del sistema, se da a causa que considera (EEE3, 2019, Anexo 1, p. P) que es el estilo de defensa más sencillo a la hora de entender por parte del jugador, ponerlo en práctica y que a su vez sea efectivo a la hora de defender. Lo compara con otros sistemas que ha probado y se centra en el 3-2-1, por la capacidad de entendimiento, aplicación y eficacia del mismo, que en otros casos es más compleja. En lo que respecta a la observado en los entrenamientos, pone un claro énfasis en la versatilidad del sistema 3-3 como lo justificó en la entrevista (EEE3, 2019, Anexo 1, p. O), al decir que por circunstancias de juego no se necesita un triple bloqueo o sí es necesario, allí se varía la posición de los jugadores en el aspecto defensivo. Por otro lado, se vio un claro enfoque predominante en lo que tiene que ver con el K1 (recepción y ataque), mientras que en segunda instancia si se observó la importancia del módulo K2 (defensa y contraataque), que tuvo una duración aproximada de entre 35 y 55 minutos de los entrenamientos, que equivale a un porcentaje entre 30 - 45%, que coincide con lo expresado por el E3 en la entrevista, mencionándonos que andaba en un entorno de un 40% del volumen de los entrenamientos, tanto en lo que tiene que ver con la Selección como el Club (Tabla de porcentajes de Entrevista-Observación Formaciones defensivas, anexo 2, p. T)

A la hora de entrelazar los datos recabados sobre los distintos entrenadores podemos ver que presentan una misma formación defensiva de preferencia, cada uno definiéndola de maneras distintas. En un primer caso, el E1 plantea que en su equipo trabajan un sistema defensivo “con el 6 barriendo el fondo y dos jugadores de punta, bien metidos a las pelotas que filtran en el costado del bloqueo” (EEE1, 2019, Anexo 1, p. C) de una manera vulgar y menos técnica en comparación con el E2 Y E3, ya que estos últimos, explican su formación defensiva de preferencia con un lenguaje mucho más técnico, mencionando una estructura numérica. Se puede constatar por la evidencia recolectada que esta explicación dada por los entrenadores, provenga de la formación voleibolística y académica que presenta cada uno, ya que el E2 y E3, provienen del área de la educación física (EEE2, 2019, Anexo 1, p. E) (EEE3, 2019, Anexo 1, p. J), mientras que el E1 se especializa en lo matemático, y no tanto en lo educativo deportivo (EEE1, 2019, Anexo 1, p. A), por lo que podemos decir que el E2 y E3 presentan una noción, justificada por los estudios previos, guiada hacia la enseñanza del deporte. Por otra parte, también se encuentra una conexión en el criterio de flexibilización en lo que tiene que ver con el bloqueo, el cual forma parte de la estructura defensiva, debido a que todos los entrenadores,

dependiendo de la circunstancia del partido es la utilización del bloqueo que presentan, ya sea un triple bloqueo, un doble bloqueo o bien un bloqueo simple en ocasiones de clara inferioridad.

Estos cambios en los bloqueos, son los que marcan una diferencia en la explicación de las formaciones defensivas, sobre todo entre E2 y E3, ya que el primero de ellos, cuando se realiza un doble bloqueo, afirma (EEE2, 2019, Anexo 1, p. H) que su formación se denomina 2-1-3, mientras que por su parte el E3, menciona (EEE3, 2019, Anexo 1, p. O) a esa estructura como un 3-2-1. Si nos basamos en lo expresado por el E2, y triangulándolo con lo planteado por Liskevych y Neville, 1991, anteriormente explicado en el apartado teórico, podemos decir que la explicación del este director técnico es más propicia y presenta un respaldo teórico importante, mientras que para la explicación brindada por el E3, no se encontró un respaldo bibliográfico que afirme que dicha estructura sea óptima. A pesar de compartir la estructura de la formación defensiva, se encuentra una diferencia según lo planteado por los distintos entrenadores en el criterio de selección que tienen entre ellos a la hora de parar defensivamente su equipo. La más clara de las diferencias se marca entre el entrenador 1 y el 2, ya que el primero pone énfasis en su propio equipo, teniendo en cuenta “las características de jugadores que tienes en el equipo” (EEE1, 2019, Anexo 1, p. B), mientras que en contraposición el segundo director técnico afirma que siempre tiene en cuenta al rival, debido a que no encuentra propicio el “adecuar sistemas a los jugadores” (EEE2, 2019, Anexo 1, p. I), sino que por contrario cada jugador debe saber posicionarse en distintos sistemas defensivos. Por fuera de estas dos ideas, se encuentra que el entrenador 3, quién se justifica en un entendimiento de las formaciones y la aplicación de las mismas, sin embargo se encuentra más cercano a lo que propone el entrenador 2 que a lo que menciona el primero de los directores técnicos, ya que va variando su estrategia defensiva según el ataque del rival.

Pasando a lo que es el segundo objetivo, el cual corresponde con la metodología de enseñanza, en esta investigación se utilizaron dos categorías de análisis, uno correspondiente a metodología analítica y la otra a la metodología global. Lo que en este apartado se analizará es el uso de las mismas por parte de los tres entrenadores entrevistados y observados. En lo que respecta al primero de ellos (E1), plantea (EEE1, 2019, Anexo 1, p. B) que su metodología se basa en la repetición de las acciones, ya sea en posicionamiento defensivo, o en otros aspectos más técnicos. A su vez, afirma que realiza entrenamientos en donde practica el juego en sí mismo, para ponerle énfasis a los aspectos más defensivos, como el bloqueo, la defensa en sus etapas y por otro lado el saque. Si esto lo entrelazamos con el material teórico recabado podemos decir que el entrenador 1 se basa en una metodología analítica, ya que como se vio anteriormente, este estilo de metodología tiene su centro en la repetición de acciones que fueron

apartadas de situaciones reales de juego. Esto se ve reflejado en lo que son los entrenamientos, ya que de los once entrenamientos observados, en seis de ellos la metodología tendía a lo analítico, que equivale a un 54,5%, de estos seis únicamente el 33,3% de ellos fueron puramente analíticos, mientras que el restante 66,7% presentaron algún aspecto global en algún tramo del entrenamiento. Las cinco prácticas que quedan para completar el número total de observaciones (45,5%) se dividen de tal forma en donde en tres de ellas, referente a un 60% (Tabla de porcentajes de metodología, 2019, Anexo 2, p. T), hubo mayor parte del entrenamiento una globalidad en los ejercicios planteados, esto justificado por el entrenador, quién en la entrevista mencionó que en prácticas previas a partidos realiza entrenamientos más globales (EEE1, 2019, Anexo 1, p. A); mientras que también se observaron dos partidos que fueron fijados en días de práctica. (Observación 1, anexo 2, p. R). Por su parte el E2, en el momento de ser consultado sobre su metodología a aplicar a la hora de enseñar en voleibol (EEE2, 2019, Anexo 1, p. G), se centra específicamente en la metodología global, debido a que busca que los entrenamientos sean lo más parecido a la realidad posible, por esto entiende que la globalidad es primordial para el desarrollo de los jugadores. Esto va de la mano con lo que se plantea en el marco teórico donde se describe lo que Chávez Espinoza (2011) explica; que es necesario utilizar una metodología global para que los alumnos, jugadores, puedan comprender el deporte por sí mismo, ya que se provoca una facilitación en lo que tiene que ver con el aprendizaje de la técnica. A su vez este autor, clarifica que mediante esta metodología se puede poner énfasis en el aspecto táctico, lo cual es lo que se está buscando en esta investigación.

Sin embargo, lo que afirma el director técnico del club 2, en cuanto a la utilización de la metodología global, no se vio reflejado en las observaciones (Observación 2, 2019, Anexo 2, p. S) ya que a la hora de observar los entrenamientos, en doce entrenamientos observados, presenta la misma cantidad de prevalencia de metodología global, como de metodología analítica, ya que presentó seis de cada una de las metodologías; incluso, fueron realizadas en mayor cantidad prácticas en donde todo el entrenamiento fue analítico. De las doce observaciones en cuatro toda la duración de la práctica fueron analíticas, mientras que completamente globales, mayoritariamente globales y analíticas, cada una de ellas presentó tres entrenamientos, completando así las doce observaciones. (Observación 2, 2019, anexo 2, p. S)

En lo que respecta al E3, afirma (EEE3, 2019, Anexo 1, p. L) que utiliza una metodología claramente analítica, sobre todo analíticas grupales, a la hora de la enseñanza, no solo de las formaciones defensivas sino en aspectos generales del voleibol, igualmente aclara que por momentos realiza entrenamientos donde lo global tiene el foco, sin embargo el utiliza en mayor medida la metodología analítica. A su vez, explica poniendo un ejemplo claro de un

tipo de ejercicio en donde “(...) de un lado una cuarteta donde existe un pasador, un central, un armador y un opuesto, donde esos tres atacantes están trabajando el K1” (EEE3, 2019, Anexo 1, p. N) mientras que del otro ubica otro equipo que trabaja el complejo K2. Una vez que se defiende la pelota “la pasas fácil para el otro lado y lo vuelves a trabajar” (EEE3, 2019, Anexo 1, p. N). Plantea una metodología analítica grupal, justificando esta metodología dentro de la repetición y separado de un todo como lo planteó Chávez Espinosa (2011) en el material recolectado dentro del marco teórico de esta investigación. Esta postura clara de utilización de la metodología analítica, se vio claramente reflejada en las observaciones, ya que de los diez entrenamientos visualizados el 80% tienen la presencia de la metodología analítica. De este 80%, el 37,5% corresponde a entrenamientos completamente analíticos, mientras que el 62,5% restante equivale a prácticas en donde la supremacía es analítica pero existiendo una leve presencia de la metodología global. El 20%, equivalente a únicamente dos entrenamientos, tiene mayoría de aspectos globales en las prácticas. Sin embargo, de este 20% en ambos entrenamientos existieron aspectos analíticos, por lo que, tomando en cuenta estos porcentajes (Tabla de porcentajes de metodología, 2019, Anexo 2, p. T), podemos afirmar que lo planteado por el entrenador 3 al ser consultado, tiene total relación con lo expuesto a la hora de presentar los ejercicios prácticos.

En contra posición con lo ocurrido en el primer objetivo analizado, la metodología de enseñanza que seleccionan cada uno de los entrenadores si presentan diferencias, ya que los E1 y E3, optan por utilizar la metodología analítica como base para la enseñanza de la de las formaciones defensivas. Mientras que el E2, por su parte, según lo planteado en la entrevista (EEE2, 2019, Anexo 1, p. G), se basa en una metodología global. Sin embargo, poniendo en consideración las observaciones podemos decir que cada uno de los entrenadores, utilizan en mayor medida la metodología analítica, debido a que, si lo llevamos a números, podemos decir que de 46 observaciones realizadas 31 de ellas (67,4%) corresponden a entrenamientos mayoritariamente analíticos o analíticos puros. De este 67,4%, el 32,6% presentan una metodología analítica pura, mientras que el 34,8% restante se refiere a una metodología mayoritariamente analítica. Por su parte, el 32,6% que queda corresponde a metodologías mayoritariamente globales o puramente globales, correspondiéndose un 19,6% y 13% respectivamente (Tabla de porcentajes de observaciones de metodología de enseñanza, 2019, Anexo 2, p. T). Estos números, marca una referencia contraria a lo que plantea Chávez Espinosa (2011), quién menciona que existe “la necesidad de intentar un sistema global de enseñanza del voleibol, como una forma de aprender a través de la esencia del juego.” (2011, p. 83). Según estos datos recolectados podemos sacar distintas suposiciones. Como por ejemplo, la idea que

presentan sobre el concepto de metodología analítica y global. Quizás tanto el E1 y E3, tienen una idea más clara de lo que significa metodología analítica, sin embargo, podemos decir que el E2, por su parte, presenta una noción no tan clara de las diferencias que se pueden encontrar entre una metodología analítica y una global, en donde, la primera de ellas según Chávez Espinosa (2011) se separa un aspecto a trabajar de la situación real, mientras que una metodología global es esto último, una situación real de juego.

En lo que tiene que ver con los distintos criterios de selección de las metodologías el E1 se basa en una metodología analítica, (EEE1, Anexo 1, 2019, p. B) debido a que considera que el jugador debe tener las acciones automatizadas, ya que en situaciones reales de juego, en un entrenamiento el jugador se encuentra relajado, sin embargo en un partido presenta fatiga, y en caso de no tener gesto motores o aspectos colectivos automatizados, esto puede llevar al error. A su vez, hace mucho hincapié en las decisiones individuales, que no deben existir en lo que se refiere a defensa, sino que tiene que ser acciones grupales, entonces considera que tiene que entrenarlo mediante repetición para poder en la fatiga tener los movimientos funcionando automáticamente.

Por su parte, el E2 se centra (EE2, Anexo 1, 2019, p. G) en una metodología global basando su selección en aspectos fundamentalmente teóricos, ya que se centra en cursos que ha realizado en países como Chile con entrenadores más experimentados y de renombre para el voleibol. A su vez, plantea que en el deporte en general ha habido un cambio cualitativo, en donde lo específico ha quedado de lado. Esto está en concordancia con lo ya planteado por Chávez Espinosa (2011) sobre la metodología global.

Por último, el entrenador 3 plantea (EE3, Anexo 1, 2019, p. M) su selección de la metodología en los resultados que ha tenido a lo largo de su carrera como entrenador. Entiende que en el momento en que se encuentran en el club, los entrenamientos ya no pasan más el disfrute sino por el perfeccionamiento de los aspectos técnicos de los jugadores y que para ello se necesita repetición. Este criterio que propone el director técnico, presenta una similitud con lo que propone Sánchez et al (2013) en cuanto a la técnica como foco para el rendimiento de los deportistas. En cambio, el autor nombra a esto como metodología tradicional, en lugar de metodología analítica.

Tomando en cuenta estas tres posturas de los entrenadores y sus criterios, podemos afirmar que lo planteado por el entrenador 2 se encuentra alineado con lo que se presenta en el marco teórico, ya que mantiene una relación metodológica con lo que afirma el autor Chávez Espinosa.

Para buscar una conexión entre las metodologías de enseñanza de los tres entrenadores y el director técnico de la selección, en primer lugar, debemos mencionar, que tipo de metodología utiliza este último para el desarrollo de las distintas sesiones. El entrenador menciona en la entrevista que se realizó para la recolección de datos (EEE3, Anexo 1, 2019, p. Q), que para los entrenamientos de la Selección nacional Sub 21 masculina utiliza la misma metodología que para su club, el cual es uno de los analizados anteriormente, que corresponde a una metodología analítica, justificando que “los equipos del voleibol tienen que trabajar la técnica (...) y si tiene que estar la técnica tiene que estar la metodología analítica” (EEE3, 2019, Anexo 1, p. M). Esto al igual que en el club, se vio claramente reflejado en las observaciones, incluso con mayor porcentaje que anteriormente. De trece observaciones que se realizaron, en las trece existe la presencia de metodología analítica, siendo once de ellas mayoritariamente analíticas o analíticas puras, representando un 84,6% de los entrenamientos, siendo el 54,5% analítico puro y 45,5% mayoritariamente analíticos. Mientras que el 15,4% restante, que equivalen a dos entrenamientos, en donde uno de ellos fue un partido amistoso, y el otro fue mayoritariamente global, teniendo presencia de metodología analítica. (Tabla de porcentajes de metodologías, Anexo 2, p. T)

Por otra parte, el E1 presenta una conexión con el entrenador de la selección uruguaya de voleibol sub 21, en lo que respecta a la metodología de enseñanza en los entrenamientos, ya que, en ambos casos, se centran en una metodología analítica, buscando el perfeccionamiento tanto colectivo como individual. Sin embargo, se encuentra una diferencia en lo que tiene que ver con las observaciones debido a que el entrenador de la selección nacional marca un claro énfasis en lo analítico, utilizando en un 80% de los entrenamientos la metodología analítica, mientras que el E1 presenta una mixtura que tiene una tendencia mayor a lo analítico, presentando un 54,5% del mismo y un 45,5% de metodología mayoritariamente global. Esto es justificado por el mismo, ya que en los entrenamientos previos a los partidos utiliza una metodología mayormente global. En contra posición con esto, el entrenador 2 afirma al ser consultado que su foco está puesto en una metodología global, por lo que podríamos afirmar que no existe una conexión entre la metodología utilizada por este con la ejecutada por el entrenador de la selección nacional sub 21. A pesar de esto, si tomamos en cuenta las observaciones, existe un cierto vínculo, ya que la metodología analítica es la que utiliza en mayor medida en los entrenamientos, sin embargo al igual que el E1, el porcentaje es bastante menor que lo que realiza el entrenador de la selección, ya que presenta un 50% de los entrenamientos con metodología analítica pura y el restante 50% subdividido entre metodología mayoritariamente analítica, mayoritariamente global y puramente global.

## 5. CONCLUSIONES

En esta investigación se ha pretendido analizar las distintas metodologías, formaciones defensivas y los criterios de selección sobre ambos temas, que utilizan los entrenadores de los equipos con mayor representatividad en la selección masculina de voleibol sub 21 de Uruguay.

Según lo planteado en el marco teórico podemos afirmar que existen dos estructuras de formaciones defensivas básicas entre los entrenadores investigados, una en la que el jugador en posición 6 se encuentra atrasado y, por consiguiente, otra en la que el mismo jugador se puede ubicar adelantado. Esto, llevado a una estructura numérica quedaría representado como un 3-3 en cualquiera de los casos, ya que se encuentran tres jugadores cercanos a la red y tres alejados de la misma. Sin embargo, se pueden hallar variantes, que son las utilizadas en nuestro país por los entrenadores de los clubes con mayor representatividad en la selección sub 21, estas pueden ser 2-1-3 o 3-2-1. Por otra parte, podemos afirmar que la formación defensiva que es representada por un 2-1-3, es la más adecuada en lo que respecta a la enseñanza del deporte, esto se justifica con apoyo de lo que plantean Liskevych y Neville, (1991) al numerar las formaciones defensivas y describir las posiciones de los jugadores en la cancha (ver marco teórico).

Según lo recabado en las entrevistas, podemos visualizar que cada entrenador selecciona un tipo de metodología pudiendo ser global o analítica; presentando cada uno de ellos distintas justificaciones. El entrenador 1, toma la metodología analítica basándose en una consideración personal, el entrenador 2 considera la globalidad como metodología pertinente para la enseñanza, centrándose en experiencias personales y cursos, en contraposición el entrenador 3, toma lo analítico apoyándose en justificaciones teóricas que ha estudiado a lo largo de su trayectoria como director técnico. Sin embargo a la hora de observar, los tres entrenadores se enfocaron más en una metodología analítica a la hora de realizar los entrenamientos. Personalmente, se pudieron visualizar distintas maneras de trabajo para la enseñanza del voleibol en la categoría sub 21, pero se considera que la metodología analítica es la más pertinente, debido a que se pone el foco específico en el contenido a trabajar, apartándolo de las situaciones reales de juego como plantea Chávez Espinosa (2011). A pesar de esta percepción personal, ¿Sucederá de igual manera con los demás equipos que disputan el torneo local? ¿Qué ocurrirá en el resto de Sudamérica?

Finalmente, tomando en cuenta todo lo planteado en el análisis de datos recabados, en cuanto a metodologías, formaciones defensivas y criterios de selección, podemos concluir que

el vínculo entre los clubes y la selección masculina sub 21 de voleibol es mínima, ya que existen discrepancias en los tres aspectos analizados. Únicamente, existe una relación entre el club y la selección que comparten al mismo entrenador. Por lo que, este estudio podría presentar otra investigación en donde se busque justificar estos resultados, donde se pueda responder: ¿A qué se debe la falta relacionamiento entre los clubes de mayor representatividad y la selección nacional? ¿Ocurrirá lo mismo con el resto de los clubes del país?

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Beal, D. y Crabb, T (1991) Bloquear. EN: Moras Feliu, J. *Guía de voleibol de la A.E.A.V.* (p. 113-123) Barcelona, España. Ed. Paidotribo.
- Chávez Espinoza, L.G. (2011) *Vóleibol para aprender a enseñar*. Santiago de Chile, Chile. RIL editores.
- Contreras, O. R. (2004) *Didáctica de la Educación Física*. Barcelona, España. INDE
- Díaz Bento, M. S. (2014) *Estudio de la estructura formal de la defensa en voleibol masculino de alto rendimiento*. (Memoria para optar al grado de doctor) Universidad de Huelva, Huelva: España.
- Dietrich, M.; Klaus, C.; Klaus Lehnertz. (2007) *Manual de metodología del entrenamiento deportivo*. Barcelona, España. Ed. Paidotribo.
- Drauschke, K.; Köger, C.; Schulz, A.; Utz, M. (2002) *El entrenador de voleibol*. Barcelona, España. Ed. Paidotribo.
- Federación Internacional de Voleibol (2001). *Reglas oficiales de voleibol (edic castellano)*. Cádiz. Jiménez-Mena.
- Fernández, L y Latour S. (2015) *Análisis de la enseñanza de la técnica y la táctica en hockey femenino de jugadoras de 15 y 16 años*. (Trabajo de grado). IUACJ, Montevideo.
- Gutierrez Aguiar, O. (2014) *Balonmano: Contenidos teóricos*. España. Universidad Miguel Hernández de Elche.
- Gallardo Vázquez, P y Mendoza Pérez, A. (2010) *Didáctica de la Actividad Física y Deportiva; Metodología, estilos de enseñanza, programación y evaluación*. España. Wanceulen Editorial Deportiva, S.L.

- Giraldes, M. (1977) *Metodología de la Educación Física: Análisis de la formación física básica en niveles escolares*. Buenos Aires, Argentina. Editorial Stadium.
- González VÍllora, S.; García López, L.M.; Contreras Jordan, O.R. y Sánchez Mora Moreno, D. (2009= El concepto de iniciación deportiva en la actualidad. RETOS. *Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, [Fecha de consulta: 19 de abril de 2018] Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=345732280003> ISSN 1579-1726
- Haley, M. (1991) Remate. EN: Moras Feliu, J. *Guía de voleibol de la A.E.A.V.* (p. 101-111) Barcelona, España. Ed. Paidotribo.
- Hessing, W. (2003) *Voleibol para Principiantes*. Barcelona, España. Ed. Paidotribo.
- Hernández Sampieri, R.; Fernández Collado, C. y Baptista Lucio, P. (2010) *Metodología de la investigación*. México D.F, México. McGraw-Hill.
- Issurin, V. (2014) Términos básicos y principios del entrenamiento deportivo. EN: Issurin, V. *Entrenamiento Deportivo; periodización en bloques*. (p.5) Barcelona, España. Ed. Paidotribo.
- Liskevych, T. y Neville, B. (1991) Defensa del suelo: defensa de la parte posterior de la pista. EN: Moras Feliu, J. *Guía de voleibol de la A.E.A.V.* (p. 281-327) Barcelona, España. Ed. Paidotribo.
- Lucas, J. (2000). *Recepción, colocación y ataque en voleibol*. Barcelona, España. Ed. Paidotribo.
- Manzanillas Gutiérrez, L.A. (2015) *El proceso de enseñanza aprendizaje en el voleibol para la formación axiológica de los alumnos de 2do de bachillerato general unificado del Colegio Nacional Adolfo Velarezo de la provincia de Loja, período académico 2013-2014*. (Tesis previa a la obtención del grado de Licenciados en Ciencias de la Educación: Mención Cultura Física y Deporte). Universidad Nacional de Loja; Loja, Ecuador.

- Marcondes, J.C. y Pérez, L. (2012) *Ensinando Voleibol*. Sao Paulo, ed. Phorte. 5ta edición.
- Mathore, M. (1959) *Volleyball*. Montevideo, Uruguay. Comisión Nacional de Educación Física de la República Oriental del Uruguay.
- Molina Martín, J.J y Salas Santandreu, C. (2009) *Voleibol Táctico*. Barcelona, España. Ed. Paidotribo.
- Nitsch, J.R.; Neumaier, A.; de Marées, H.; y Mester, J. (2002) *Entrenamiento de la técnica: contribuciones para un enfoque interdisciplinario*. Barcelona, España. Ed Paidotribo.
- Ochoa Ríos, Y.L. y Córdova Cabrera B.D (2008) *Las acciones y el proceso técnico metodológico que utilizan los docentes en la enseñanza del voleibol con los alumnos del tercer año de bachillerato de los colegios Juan Montalvo, La Dolorosa y Adolfo Valarezo de la Ciudad de Loja, período lectivo 2007-2008*. (Tesis previa a la obtención del grado de Licenciados en la Educación, Especialidad: Cultura Física). Universidad Nacional de Loja; Loja, Ecuador.
- Platonov, V.N.; (2001) *Teoría general del entrenamiento deportivo olímpico*. España: Barcelona. Editorial Paidotribo.
- Sánchez Bañuelos, F (1992) *Bases para una didáctica de la educación física y el deporte*. España: Madrid. Ed. Gymnos.
- Sánchez Sánchez, J.; Pérez Muñoz, S. y Yagüe Cabezón, J.M. (2013) *El proceso de enseñanza-aprendizaje de los deportes colectivos: especial referencia al fútbol*. España: Sevilla. Wanceulen Editorial Deportiva S.L.
- Santos del Campo, J.A.; Viciano Ramírez, J. y Delgado Noguera, M.A. (1996) *La actividad física y deportiva extracurricular en los centros educativos: Voleibol*. Madrid, España. Consejo Superior de Deportes.

- Sicilia Camacho, Á. y Delgado Noguera, M.Á. (2002) *Educación física y estilos de enseñanza: análisis de la participación del alumnado desde un modelo socio-cultural del conocimiento escolar*. España: Barcelona. INDE
- Siedentop, D. (1998) Enseñanza, aprendizaje y pedagogía EN: Siedentop, D. *Aprender a enseñar en educación física* (p. 19 - 35) Barcelona, España. Ed. INDE publicaciones.
- Timón, L. M. y Hormigo F. (2010) *El voleibol en la escuela: nuevos enfoques metodológicos y su enseñanza en la escuela*. Sevilla, España. Wanceulen Editorial Deportiva, S.L
- Thomas, J. R. y Nelson, J. K. (2007) *Métodos de investigación en Actividad Física*. España: Badalona. Paidotribo.
- Valera Tomás, S.; Ureña Ortín, N.; Ruiz Lara, E.; Alarcón López, F. (2010) La enseñanza de los deportes colectivos en educación física en la E.S.O. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 10(40), 502-520.
- Weineck, J.; (2005). Fundamentos generales de la teoría del entrenamiento EN: Weineck, J. *Entrenamiento Total*. (p. 20). Barcelona, España. Ed. Paidotribo

## 6 ANEXOS

### 6.1 Anexo 1: Entrevistas

#### 6.1.1 Entrevista 1

**Entrevistado:** Director Técnico equipo 1

**Entrevistador:** Mariano Figueroa

**Fecha:** 23 de setiembre de 2019

**Hora de Inicio:** 20:45 aproximadamente.

**Hora de finalización:** 21:00 aproximadamente.

**Código de transcripción:**

- DT: Director Técnico
- EN: Entrevistador

ENN: Bien, ¿cómo es tu nombre, que edad tenes y desde que año estas vinculado al Volleyball?

DT: Esas son preguntas difíciles, empezamos (se ríe). Me llamo Víctor Delgado, tengo 44 años, y estoy vinculado al Volleyball desde hace aproximadamente 26.

EN: 26 años, y de esos 26, eee, ¿cuántos de jugador y cuántos de técnico?

DT De esos 26, 24 como jugador y los últimos 2 años ahora como entrenador.

EN: Ahora como entrenador. ¿Qué tipo de formación académica general y voleibolísticas tenes?

DT: General, soy licenciado en negocios internacionales, y soy docente de la cátedra de logística de la Universidad Católica.

EN: Y voleibolística?

DT: Y voleibolística, tengo algún curso hecho de entrenador hace muchísimos años, en femenino, pero no, nada oficial, no tengo el curso de entrenador internacional, y después tengo talleres y cosas pero hace años, es que nunca pensé en ser técnico, fue una propuesta que me hicieron acá y en base a eso es que agarre de técnico, con la experiencia, que tengo y la, como jugador y las experiencias que tuve hace muchos años dirigiendo mujeres, con un entrenador que era , es decir, como asistente de un entrenador de mujeres.

EN: Y a parte, por el conocimiento que tenes vos del plantel no?

DT: La idea es hacer ahora el curso de entrenador internacional. Creo que ahora en noviembre viene para hacer el grado 1 y después seguir haciendo.

EN: Bien, ya más o menos me respondiste. ¿Cuántos años hace que dirigís en Volleyball y en que categorías?

DT: Este es el segundo año que estoy dirigiéndolos a ellos, y arranque en primera. Cuando dirigí, te estoy hablando hace 20 años atrás, 25-26, era jugador y este, también era asistente técnico, del entrenador, en aquel momento, del Rowing, Carmelo. Que después fue Valdense, un equipo femenino que salió campeón nacional muchos años. Ahí fui asistente técnico 2 años y después ahora acá hace un par de años que estoy con el plantel masculino de primera y este año, agarre el plantel de la B también, que está en la A, estos están en Primera, vendría a ser la segunda.

EN: ¿Qué edades tienen, entorno de que edades tienen los jugadores que dirigís?

DT: Y acá hay de todo, hay jugadores más veteranos, treinta y pico, 35 y después tengo jóvenes 17, 18, 19 tienen un par, bueno Joaco tiene 17. Y este, el rango etario como todos los equipos del país, es bastante amplio, porque al no haber divisionales fuertes formativas. Los guachos de 17, 18 años si pueden jugar en primera, y si andan más o menos bien, alternan en cualquier equipo, entonces las edades son muy verosímiles, y es muy amplio el espectro de edades.

EN: Bien, ¿cuál o cuáles de los componentes que hacen al juego considera fundamental fomentar durante la etapa que están en el plantel de voleibol hoy en día? O sea, en qué etapa están y cuales consideras fundamental.

DT: Bueno, nosotros ahora tenemos un esquema bastante armado, y lo que tratamos es pulir los detalles. Para mí, lo fundamental, de este deporte, es establecer el dominio del juego, plantearle problemas al rival que el rival tenga que, en todo momento intentar resolver problemas que nosotros les planteamos, desde ese punto de vista para mí es muy importante el saque, hago mucho hincapié en que nuestro equipo tiene que ser fuerte desde el saque, después plantear una buena defensa, como estrategia de recuperación de pelotas y después ser bastante maduros en el tema de cometer pocos errores. Pero más que nada, lo que yo planteo en estos grupos es el tratar de en todo momento, resolver problemas que nos planteo el otro equipo, y si se puede plantearles problemas al equipo contrario.

EN: ¿Qué clase de metodología se utiliza a la hora de desarrollar nuevas estrategias tácticas?

DT: Nosotros, con este equipo, que es el equipo de primera, utilizamos mucho, como viste ahora, ejercicios de posicionamiento, mucho repetición, mucho ejercicio de posicionamiento con repetición, y después lo que hacemos la práctica antes de los partidos es hacer ejercicios, con práctica de juego, plantear un equipo y hacer rotaciones y darle a la defensa, el bloqueo, primera etapa de defensa, segunda etapa de defensa, del otro lado entrenar saque, después en última instancia los días que están alejados de los partidos, que no tenemos que planificar nada específico es hacer, estrategias de jugadas, o alguna cuestión específica de defensa de algún jugador.

EN: Y ¿en qué basas la selección de dicha metodología?

DT: En realidad, lo primero que tenes que ver, es qué características tiene tu equipo, si vos tenes un equipo que desde el saque se planta muy bien, entonces lo que tenes que hacer es reforzar tu defensa de pelotas amplias digamos, de pelotas de salida por punta, del otro equipo, porque se supone que vas a presionar mucho con el saque y no vas a tener, no le vas a dar al otro equipo posibilidad de jugar muy rápido, entonces, la primera es, si tenes un saque fuerte, que nosotros tenemos varios jugadores que sacan fuertes, somos fuertes desde el saque, plantear defensas de jugadas de, alternativas, no de primera jugada. La primera jugada, si se entrena, más que anda tiene que salir por alternativas de juego, pueden darse lugar a no tener tanta defensa, porque si el otro equipo plantea bien desde la recepción, el armado de la jugada, es muy difícil plantear una defensa para una jugada que sale perfecta, entonces tratamos de sacar la diferencia cuando nosotros imponemos las condiciones.

EN: ¿Cuáles serían a tu criterio, las metodologías más apropiadas para enseñar y entrenar los sistemas defensivos, y cuales usas vos?

DT: Y, lamentablemente, el que más utiliza, y es el único que para mí en este deporte funciona, es el de repetición, repetición hasta que, al jugador le salga, prácticamente que instintivo, porque en situaciones de juego donde, juegan un montón de situaciones más que en una práctica; vos en una práctica, estás jugando distendido, no tenes demasiada presión, no tenes demasiado cansado, la fatiga no te deja pensar, en situaciones de partido donde, muchas veces estas presionado por el equipo contrario, la cabeza te funciona de otra manera, y el ritmo cardíaco funciona de otra manera, cuando la cabeza no está bien oxigenada, tenes que tener movimientos establecidos, entonces, entrenar muchísimo el tema de defensa, para que la defensa que vos tenes en tu equipo, por un lado desde el bloqueo hasta el que defiende atrás, no tomar decisiones individuales, nunca, las decisiones en equipo, se toman en equipo, tanto en defensa como, tratar de resolver algún problema, si vos tomas una decisión individual en un equipo de 6, descompaginas el resto de tus compañeros, que están seteados para, responder a una determinada situación, entonces, tienen que entrenar y tiene que salir prácticamente que automáticamente, porque en el momento en que vos estás cansado y no podes pensar en el partido hay cosas que tenes que seguir haciendo, y son las que hacen diferencia.

EN: Vos dijiste, “lamentablemente”, o sea ¿te gustaría poder utilizar otro tipo de metodología para el desarrollo de esas fases?

DT: Sí, hay muchas metodologías y hay mucho, este, del entrenamiento de defensa, del ataque también pero sobre todo en defensa, para mí, en nuestro nivel es lo que hace la diferencia, hay muchas metodologías de trabajo que estaría buenísimo hacerlas, pero nosotros no tenemos ni

infraestructura ni el tiempo, ni la gente que necesitamos para hacerlo. El otro día estábamos hablando con los chiquilines, que el armador titular de Brasil, estaba entrenando defensa con 5 personas, el solo, con 5 personas alrededor, que lo abastecían, de pelotas, le hacían ejercicios, le planteaban ejercicios de defensa, o sea, y era un jugador con 5 asistentes. Nosotros muchas veces, tenemos que hacerlo al revés, tenemos 6-7 jugadores para entrenar defensa con una persona sola, entonces, desde ese punto de vista, lo único que nosotros podemos hacer es la repetición, el hacerlo, hacerlo hasta que salga. Obviamente que hay métodos que son mucho mejores, que no necesitan de tanta repetición, si vos lo haces enfocado al jugador, en la infraestructura que nosotros nos movemos es imposible.

EN: Claro. Y ¿qué métodos utiliza para trabajar los sistemas ofensivos y defensivos? Porque dijiste, que es fundamental el trabajo colectivo, ¿Qué métodos utilizas vos para desarrollar eso? O sea, que ejercicios, que actividades y eso.

DT: Primero, nosotros hicimos a principio de año, afianzar los conocimientos a nivel individual, entonces se hicieron varios ejercicios de defensa individuales y después se le va sumando el colectivo a la defensa, tiene que ser una progresión, a principio de año, cuando el jugador está más duro, que viene o de la pretemporada o venís una época parado que no tenes mucho rodaje lo primero que hacemos es entrenar defensa a nivel individual, que la reacción, del golpe. Hacemos muchos ejercicios de reacción, de movimiento de piernas y de mas, que eso empiece a reactivarse en cada uno de los jugadores, después que eso ya está más o menos asimilado, partimos a entrenar defensa a nivel grupal, y de ahí después lo integramos a lo que es el resto del equipo.

EN: ¿En qué clase de sistema defensivo, enfatizas actualmente los entrenamientos?

DT: Y nosotros estamos trabajando el sistema defensivo, con el 6 barriendo el fondo y los dos jugadores de punta, bien metidos a las pelotas que filtran en el costado del bloqueo, y plantear un bloqueo firme, nosotros el primer sistema de defensa y el más efectivo es el bloqueo, no solo cuando la pelota es tocada por el bloqueo, sino cuando no es tocada pero el bloqueo está bien plantado y obliga a los jugadores a atacar por los costados de los bloqueos, planteando una buena defensa desde la red nosotros tenemos muchas más posibilidades de defender las pelotas de segunda instancia que las pelotas de defensa filtradas.

EN: Bien, y ¿en qué te basas vos para la selección de dicho sistema?

DT: Y, como te decía hoy, primero que nada, las características de jugadores que tenes en el equipo, si vos tenes jugadores que reaccionan a determinado tipo; yo por rotación tengo dos o tres jugadores que son buenos en defensa, en defensa, tengo un muy buen libero, que puede defender un pelotazo franco, que no necesita que el bloqueo muerda una pelota o esté intentando

adivinar a dónde va la pelota para defenderla. Si yo planto un buen bloqueo, y dejo que el atacante contrario ataque franco para un lugar, tengo jugadores que pueden defender atrás, entonces yo me baso mucho, en un esquema de planteo de defensa, de bloqueo y después en jugadores buenos que defiendan atrás, defender no solo pelotas de salida de saque sino defender, pelotas que muchas veces el otro equipo juega como opción, para eso tenes que tener gente que tenga buena reacción en el fondo, y bloqueos que se paren prolijos para mí eso es fundamental.

EN: Y ¿cuánto tiempo, cuánto volumen de trabajo le dedicas vos, a lo que tiene que ver con la defensa, a los sistemas defensivos?

DT: Y, te diría que por práctica, entre el 70 y el 80% de la práctica le dedico a algún aspecto defensivo, porque ofensivamente, es mucho más fácil funcionar cuando vos tenes un buen pase, y jugadores que más o menos son dúctiles en el ataque, ofensivamente no tenes demasiados problemas. Y en todo caso, la ofensiva, se tiene que adaptar a lo que te plantea el otro equipo. Se supone, que el otro equipo te plantea problemas a vos que tenes que resolver con tu ofensiva, ahora la defensa, con la defensa lo que haces es plantearle problemas al equipo contrario, y eso como es algo que a nosotros nos interesa hacemos mucho hincapié, en salida de saque, en saques buenos, y firmes y en defensa, porque estoy convencido, que en defensa es donde se ganan los partidos, los partidos que defienden más y cometen menos errores son los que terminan ganando. Entonces, te diría que entre 70 y el 80% de las prácticas tienen algún costado defensivo.

EN: Y, por ejemplo, en los ejercicios que trabajas ofensiva ¿haces algún remarque en lo que tiene que ver en los aspectos defensivos también?

DT: En realidad, si hemos hecho ejercicios de ofensiva con primera defensa de bloqueo, por ejemplo de ejercicios de agarrar las tablas de bloqueo, y hacer salidas de saque, con la primera jugada, obliga a atacar sobre el bloqueo, recuperación de pelota y una salida de ataque, es decir, ataque de segunda opción, eso lo remarcamos bastante en tema de este, el ataque nuestro, porque acá estamos acostumbrados a que, cuando tenes jugadores buenos, se mira mucho el ataque del jugador y se deja de lado, la defensa de su primer ataque y eso también, la recuperación de pelota, la importancia de tener varios puntos de tu lado y no del otro. Entonces sí, se trabaja menos, pero en definitiva el jugador necesita determinado tiempo para descargar energías en el ataque y no hacerlo todo defensivo porque si no la concentración es muy difícil de mantener toda la práctica trabajando defensa, entonces más como un recreo se les da ejercicios de ataque, donde se puedan liberar un poco más, la energía y la mente. Pero mechamos muchas veces, esos ejercicios de ataque, con ejercicios de primera defensa y recuperación.

EN: Bien, eee. Ta, por ahora, me respondiste todo y bastante amplio, así que, va a estar interesante. Te agradezco mucho la disponibilidad y cualquier cosa vuelvo a molestarte.

DT: Por favor, cualquier cosa avisa, cuando quieras.

EN: Muchas gracias.

DT: Bueno, suerte.

### 6.1.2 Entrevista 2

**Entrevistado:** Director Técnico equipo 2

**Entrevistador:** Estudiante

**Fecha:** 8 de octubre de 2019

**Hora de Inicio:** 21:20 aproximadamente.

**Hora de finalización:** 21:40 aproximadamente.

**Código de transcripción:**

- DT: Director Técnico equipo 2
- EN: Entrevistador

EN: Bien, ¿cómo es tu nombre, que edad tienes y desde que año estás vinculado al voleibol?

DT: Bueno, yo mi nombre es Martín Aramburo, tengo 44 y estoy vinculado desde los 6 años.

EN: Desde los 6 años.

DT: Hasta los 28 jugué y llevo 16 dirigiendo.

EN: Perfecto, y ¿qué tipo de formación académica general y voleibolística tienes?

DT: Soy profesor de Educación física, egresado del ISEF, estudié educación física, el primer año lo hice en Chile, donde también jugué vóley y soy nivel II internacional.

EN: Nivel II internacional, y ¿dónde hiciste los niveles de entrenador?

DT: El nivel I lo hice en Chile, en 2006, y en el 2016 lo hice acá en Montevideo el Nivel II.

EN: Y eso ¿en masculino y femenino o solamente masculino?

DT: Dirigí 10 años femenino, los diez primeros años y hace 6 que estoy con el masculino.

EN: ¿Me recuerdas cuántos años hace que dirigís?

DT: 16.

EN: Y ¿en qué categorías diriges?

DT: Todas. Todo el femenino, menores, juveniles y mayores, y actualmente con el masculino, menores que compiten juntos con los juveniles y mayores.

EN: ¿Has tenido alguna experiencia en algún otro club además del que estás dirigiendo actualmente?

DT: Dirigiendo no, como jugador sí. Tanto universidad como club.

EN: Bien. ¿Hace cuánto que comenzaron los entrenamientos con los juveniles?

DT: ¿Este año?

EN: Sí.

DT: Este año comenzamos haya por el 15 de febrero, una readaptación, ya que el voleibol de playa, este, un poco cambia los golpes y demás, sumado a la preparación, pero más básicamente a lo que es el volver a jugar voleibol, verdad.

EN: Sí, y ¿hace cuánto que estas dirigiendo a los juveniles que tenes ahora?

DT: 6 años. Aquí en (nombra la institución) es, una agarra es la rama entera, agarra todas las categorías y aparte hace unos 12 años que estoy, junto con otro profesional con los que le llamamos pre-plantel, que ha nutrido, en muchos casos a los planteles, tanto de hombres como mujeres.

EN: El pre-plantel sería como una escuelita de enseñanza.

DT: El segundo paso, tenemos una escuelita de formación, que va hasta los 11-12 años, después a los 12 cuando ingresan a la parte secundaria los tomamos nosotros.

EN: ¿Cuántos jugadores aproximadamente tienen de sub 21?

DT: Sub 21 debemos andar por los 14 jugadores más o menos. Sí, 13-14 jugadores.

EN: Pasando un poco más a lo que es el voleibol.

DT: Sí.

EN: ¿Cuál o cuáles crees vos que son los componentes que hacen al juego que consideras fundamental para fomentar en la etapa de sub 21?

DT: Yo considero que los aspectos mayoritariamente técnicos son los más importantes, eee, en todo aspecto, ni bien ya agarran los elementos técnicos, mejorarlos, e ir introduciendo de a poquito lo táctico, ya con una táctica básica, lo antes que se pueda jugar, ya ingreso. Ya, a nivel juvenil, por supuesto el manejo de los diferentes sistemas tiene que estar medianamente trabajado, la problemática es que las informaciones son, que poseen los jugadores, son muy diversas, ya sea por su historia deportiva o por la formación misma, este pero creo que el aspecto técnico, es acá con la cultura que tenemos, los elementos de repetición, en nuestro deporte son fundamentales, muchas veces chocan con la variabilidad de los jugadores no?

EN: Si. ¿En qué basas vos?, mejor dicho. ¿Qué metodologías utilizas vos, para desarrollar las estrategias tácticas? Me dijiste que lo técnico lo trabajan mucho, pero como ya lo tienen medio dominado, hacen un poco de hincapié en lo táctico. ¿Qué metodologías utilizas vos para trabajar vos eso?

DT: Yo, parto siempre digamos, creo que ha habido un cambio cualitativo, importante todos estos años, creo que en el deporte en general, que se ha dejado de lado lo específico, o de lo particular, que era cierta o era verídica, en una parte de lo pasado y demás. Yo creo que la globalidad, ahora es fundamental, creo que el ejercicio analítico en sí, específico en sí, tiene que ser para corrección de errores, o para un horario o fuera de horario, con algún grupo de jugadores. Me inclino por lo global, trato, intento, busco, que todos los ejercicios tengan, la mayor realidad posible, así sea en uno de los aspectos. Aunque tenga que sacrificar otras cosas, tratar de que sea lo más global posible, si con repetición por supuesto, pero que sea golpear 100 veces la pelota contra la pared, a un objetivo, cuando puedo poner otras cosas, lo cambio, tratar de erradicar el peloteo, que golpeen la pelota contra el piso que no tienen una fundamentación hoy en día, que de repente calienten con 10 ataques suaves a un compañero.

EN: ¿En qué basas vos, esa selección de la metodología global que vos afirmaste?

DT: En experiencias, en cursos que he hecho con otros entrenadores, tuve la suerte de estar, con Julio Velazco en Chile, fui a hacer un curso allá, también me cambio mucho, la mirada, diferentes cursos que he hecho también, viendo videos de entrenamiento, y viendo hacia donde orientaba. Charlas con otros entrenadores también no? Pero, ahí como que no se revela tanto. Y viendo que los modelos que usábamos como jugador, quedan bastante primitivos hoy en día, era sacar a un sector, sacar a otro sector y ahí terminaba el ejercicio en sí. Creo que es una evolución que ha tenido el juego, y se ha hecho más global. Creo que el deporte en sí ha tenido una evolución, digamos en permitir golpes en todo, en pos de darle continuidad, y creo que eso ayudo a trabajar en diferentes aspectos. Desde golpear con el pie, bueno, el primer toque de arriba, todas esas cosas que ya sabemos, que antes era impensado, antes era demasiado estricto, entonces le quitaba lo que era el rally de juego, que es lo que la gente paga hoy en día para ir a ver a los espectáculos.

EN: Obvio. Bien, a tu criterio ¿cuáles crees vos, de las metodologías que son las más apropiadas para enseñar específicamente los sistemas defensivos? ¿Cuáles utilizas vos actualmente?

DT: Bueno el sistema defensivo, creo que el primer elemento, que ayuda mucho, es el elemento visual, o sea, audiovisual en todo caso, hoy en día se cuenta con, en el grupo que tú tenes de jugadores y demás, ir compartiendo diferentes metodologías, esteee, vía YouTube, mismo la federación internacional tiene un canal que están desglosados los diferentes complejos, entonces creo que por ahí eso es muy importante, creo que era una gran falta, una gran carencia que surgía cuando nosotros éramos jugadores, era muy abstracto lo que nos explicaban, nos hablaban de 4-1, nos hablaban de 5-2, nos hablaban de la W, de 6 adelantado, 6 atrasado. Bueno, un montón de cosas que eran muy abstractas, creo que la primer gran modificación, empezó

con el tema de la pizarra, ahí yo por lo pronto como jugador, en otro país, vi el rol del entrenador diferente, el entrenador de short, de atacar pelotas y demás, entonces, para empezar a enseñarla, la parte visual es fundamental, después el trabajar con una pelota que se va deteniendo, y que el jugador vaya entendiendo con pequeños movimientos las zonas a cubrir, y como te decía la globalidad, no me parece que sea importante, llenarlos de conceptos en edades que están en formación, sabemos que los jugadores explotan a los 30 años, entonces 17, 18, 19 años, en este deporte, sos muy noble, sos muy joven, entonces, un tipo de defensas o dos, pero por lo pronto, hago o trato de hacer, más énfasis en lo técnico, si bien ya lo agarro donde va, en lo técnico, porque se puede parar perfecto y golpear mal la pelota.

EN: Bien, ¿qué sistema utilizan ustedes actualmente, tanto en los juveniles, en los sub 21 más específicamente, o en los mayores también?

DT: Nosotros, básicamente jugamos en el modelo 3-0-3 no?, buscando, todos los partidos son distintos, si bien con mayores, es un 3-0-3, pero cuando da la posibilidad se trabaja con triple bloqueo, o con el bloqueador libre, baja y formamos un cuadrado, ahí se parecería más a un 2-1-3, este, depende al equipo a enfrentar, son las modalidades que trabajamos. Los juveniles, al enfrentarnos con ataques más flojos, si, trabajamos 2-1-3, creo que es el que va mejor, cuidando, jugando más por porcentaje al toque, al afloje de pelota, en mayores no, el afloje de pelota está contemplado en un porcentaje que no me cambia, que mínimo, entonces, todos sabemos que esto se juega, se entrena y se vive por el porcentajes, entonces si me entra una tocada o dos por partido no me preocupa, este, pero básicamente esos son los dos sistemas, que juego. Eee, el jugador en posición 6, que por lo general es el punta, en algunas ocasiones pasa a ser el libero, es el que tiene la última palabra, en pararse atrás del bloqueo, si están pegando muy fuerte, o salirse del mismo, ahí hay diferentes bibliotecas, algunos marcan que sí otros que no, pero esos son los sistemas manejados, en defensa.

EN: ¿Qué métodos utilizas vos para trabajar vos dichos sistemas tanto los defensivos como ofensivos? Los dos.

DT: Bueno, paro el equipo en cancha, del otro hemisferio de la cancha, voy lanzando balones, voy frenando y se va corrigiendo, eee, con pelotas facilitadas, de repente si se falla se repite esa misma pelota, para que lo vayan tomando y mecanizando no? Porque, digo, sabemos que tenes fracciones de segundo para resolver, estee, sobre todo como te decía en las edades más jóvenes, ya en mayores trabajamos con una pelota que no se detiene, ahí si entre pelota y pelota corregimos.

EN: Eeee, lo que no te pregunte, ¿en qué basas vos, la selección de los sistemas que utilizas? El 3-0-3 y el 3-1-2, perdón, el 2-1-3.

DT: Bueno, sí, este, tomo en cuenta el equipo rival, creo que eso iría con, nosotros hacemos un scouting muy básico, no trabajamos con Data volei, pero hoy en día, creo que en relación con el partido que tenes, hace poco una semana atrás dos, venimos de jugar un torneo internacional, en el cual desde el balón, el piso, la continuidad del juego y todo, cambio demasiado, mucho nos cambió y ahí realmente, se empiezan a tomar defensa, riesgos y demás que acá son innecesarios, que acá no te surten efecto, entonces digo, siempre teniendo en cuenta al rival, adecuar sistemas a jugadores, no me parece tan propicio, porque todos deben entender los diferentes sistemas y saber jugar los diferentes sistemas. Lo mismo el bloqueo, que es una parte, que lo podemos poner dentro de ofensivos y defensivos, dentro del rubro defensivo creo que cuando yo trabajo la defensa, lo tomo como el elemento principal, que me arma la defensa, que me puede dar un contragolpe, un punto directo, o que me puede dar la posibilidad de rejugarse la pelota, a veces el bloqueo es bravo como situarlo, o sea para definirlo o para colocarlo, de hecho es un elemento que es de los menos entrenados y de los que más nos cuesta trabajar con nuestros jugadores, porque no les gusta.

EN: Bien, ¿cuánto volumen de trabajo le dedicas vos, con los que tienen que ver con los complejos defensivos?

DT: Y cómo va en la globalidad este, yo, digamos 40-50% de la práctica va para eso, eh, yo considero que con el poco tiempo que tenemos la cancha disponible, no hay que perder tiempo en cosas tan pequeñas de repente, o tratar, se proyecta, y bue como que eso, creo que, enseguida hay que ir a la cancha, creo que es de todos los días, el tema recepción por ejemplo, a diferencia de la defensa, eso es vital, es fundamental, otros entrenadores por ejemplo, toman como básico, y me parece también válido no? Por ejemplo, el tema del saque, el servicio, no me parece tan importante, ahí sí por las características del tiempo que tengo y el vóley que tenemos aquí, le dedico un tema mínimo, así que, creo que va todos los días eso no, es fundamental desde el inicio, desde el peloteo, ya en todo momento hay que estar trabajándolo porque es desde lo más difícil. Luego desde lo defensivo, digo, va conjuntamente, al menos que le saques un aspecto físico, que se puede poner en la primera sesión de la semana o a principio de temporada, junto con el bloqueo, yo por lo pronto lo trabajo junto con el bloqueo.

EN: Bien, cuando trabajas la ofensiva del equipo, ¿también haces remarques en lo que tiene que ver lo defensivo? Porque, a veces hay veces que se trabaja libremente el ataque, pero hay veces que se le pone una oposición al atacante para el tema defensivo. Vos ¿le haces remarques en lo que tiene que ver lo defensivo?

DT: Si, creo que es fundamental, hoy en día, ya creo que desde el trabajo en red, son 5 minutos que se juega, 8 nomas, de ataque a red libre, después ya hay que poner oposición, o un objetivo

de última o un blanco fijo, que actué como tal. Pero sí, creo va junto, puedes, es demasiado global el deporte nuestro como para separarlos, si bien hay que separarlos para poner énfasis en algunas cosas, creo que ataque y defensa va de la mano todo el tiempo.

EN: Bien, por acá estaríamos quedando. Voy a estar en contacto para venir a ver algunas prácticas.

DT: Como no.

EN: Y cualquier cosa te pego un telefonazo.

DT: Sí como no.

EN: Muchas gracias ( nombra al entrevistado).

### 6.1.3 Entrevista 3

**Entrevistado:** Director Técnico equipo 3 y Selección

**Entrevistador:** Estudiante

**Fecha:** 12 de noviembre de 2019

**Hora de Inicio:** 21:05 aproximadamente.

**Hora de finalización:** 21:25 aproximadamente.

**Código de transcripción:**

DT: Director Técnico equipo 3 y Selección

EN: Entrevistador

EN: ¿Cómo es tu nombre, que edad tienes y desde cuando estás vinculado al voleibol?

DT: Mi nombre es Rafael Martín Codina Olave, estoy vinculado al voleibol desde los 9 años, que jugué hasta los 26 años y después nada, estuve vinculado con la parte de la enseñanza desde los 19-20 años.

EN: Bien, y ¿qué tipo de formación académica general y voleibolística posee, tienes?

DT: Bueno, hice el profesorado de Educación Física, y después hice cursos, cursos internacionales, el nivel I y nivel II, después hice, o sea, hice encuentros de entrenadores, hice un curso de solidaridad olímpica en La Habana de 15 días, después hice un ateneo de los 5 mejores técnicos de Argentina hace 3 – 4 años, después un curso de Celio Cordeiro, que vino acá, ahí más o menos voy como, de los que me acuerdo ahora, de los cursos que más o menos he hecho. He hecho otros, pero no me puedo acordar mucho.

EN: ¿Hace cuántos años dirigís en voleibol y en qué categoría dirigiste?

DT: Eee, dirigí, desde el 2001, que estoy dirigiendo en Bohemios, en el, haber cuando fue. (Piensa) En el 2001, empecé con el proyecto de Bohemios, que empecé trabajando con las

formativas, y a los 4 años o a los 3 años tenía todas las formativas, mayores, juveniles y menores. En el año 96, dirigí Juan Ferreira femenino, en el año 1996 hice el nivel I y me fui a dirigir Juan Ferreira femenino, después en el año, 97-98-99, dirigí Welcome y después en el 2000-2001, dirigí Unión de Santa Rosa, que era la misma gente de Welcome, que era todo en femenino, que estaba Nani, Carolina Castrillón, toda esa gente, y este, en los comienzos, en el año 95 creo que fue la primera vez que dirigí, que estaba con un plantel, estaba con cadetes en Bohemios, que fueron mis primeras experiencias, me dijeron que se quedaron sin técnico, Pablo Petruccelli dejó, agarré medio año o prácticamente todo el año de las menores y juveniles de femenino de Bohemios.

EN: O sea, unos 24 años más o menos que dirigís, desde el 95, hasta ahora inclusive, 19 inclusive.

DT: Ponele que sí, 20 años de trayectoria, 20 años del proyecto de bohemios fue este año, después estuve 96-97-98-99-2000 dirigiendo femenino adulto, Juan Ferreira, la misma gente de Juan Ferreira se fue a Welcome, de Welcome a Unión de Santa Rosa, y ta en el 94, si está bien, en el 95.

EN: Por eso, 24 años. ¿Categorías así específicas? Menores, juveniles.

DT: Menores, juveniles y Mayores. Sí, todo eso.

EN: ¿Has tenido experiencias anteriores en equipos de selección nacional?

DT: Sí.

EN: ¿Cuáles?

DT: Y bueno, empecé, la primer selección que fui como asistente técnico, fue una juvenil en el año 94 yo estaba participando de una selección, y cambiaron las fechas de nacimiento entonces no pude ir, y el técnico que estaba a cargo era Gonzalo Portela no pudo, y entonces fue Sergio García y yo lo acompañe, porque yo era el capitán de esa selección. Esa fue la primera experiencia que tuve como asistente técnico, después en el 2000 estuve con el "pollo" Macosky, con los mayores masculino que fue de asistente técnico también, que era la primer selección de mayores de Camilo de Pró, Rubén Postiglioni, había otra gente ahí, después ahí deje de tener selecciones, hasta que agarre la primer selección en el 2005, con el femenino adulto, con toda la generación de las Aguirre, Lucía Gigou y todo eso, y ahí empecé a Intercalar 2005, 2007 femenino adulto, 2006, 2007, después 2009 ya seguí con las juveniles, 2011 hice mayores, y ta después de la 2011 ahora este año.

EN: ¿Y este año tenes?

DT: Este año tengo, la U19 y la U21.

EN: Hace cuánto empezaron los entrenamientos de la sub 21?

DT: Y hace 5 meses, empezaron en, más o menos empezaron en mayo, mayo, junio, julio, agosto, setiembre, y buena parte de octubre, porque después que llegamos a octubre se cortó, pero era lo que venimos entrenando con esas selecciones, ahora se paró un poco.

EN: Según tu criterio ¿cuál o cuáles de los componentes que hacen al juego consideras fundamental durante la etapa que están trabajando en el plantel de voleibol de la selección sub 21?

DT: El pase, el pase y saque.

EN: Recepción y saque.

DT: Sí.

EN: Y eso, ¿lo trabajan constantemente o lo trabajan junto con otras cosas?

DT: No, se alterna, porque se trabaja por complejos. Pero la esencia del complejo y la importancia, es que sobre todo dentro de los complejos, por ejemplo en el K1, se trabaje, el saque y el pase, si bien el saque no entra dentro del complejo K1, pero necesitas de eso, es como el pan de todos los días, cualquier selección que salga al exterior, acá por ejemplo en este país, hay que trabajar el pase, es lo más importante para hacer la mayor cantidad de puntos, no digo para ganar, digo para hacer la mayor cantidad de puntos necesitas pase. Después lo demás son cosas relativas, secundarias.

EN: Bien, y ¿en el plantel del club que estas dirigiendo en Bohemios?

DT: También, creo que si tengo generalmente, tengo resultados favorables, son porque los equipos generalmente tienden a ser muy buenos pasadores, los equipos en su predominancia son buenos pasadores, lo cual permite que si tengo buen pase, tengo buen armado, si tengo buen armado, tengo buen ataque entonces ta.

EN: ¿Qué clase de metodologías utilizas a la hora de desarrollar nuevas estrategias tácticas en estas edades?

DT: ANALÍTICAS! Analíticas grupales, mucho trabajo de, ¿de qué era lo que me estabas preguntando?

EN: Desarrollar nuevas estrategias tácticas.

DT: Nuevas estrategias tácticas, y depende si es en el k1 lo que yo trato de fomentar, nada, es en distintos complejos K1, después a veces, trabajo mucho el K1, pero no para dejar quitos a los otros equipos, a los otros jugadores, trabajo sobre el complejo K2, y bueno, eso como que nada va favoreciendo, los voy cambiando de un lado al otro y están participando de las actividades.

EN: Ta pero eso es siempre enfocado a una metodología analítica.

DT: Sí, a veces trabajamos sobre lo global, pero tiene, pero es muy, o sea, muchas veces parte de eso, que estén jugando, sobre el juego, entrenan global porque de repente el punto comienza donde se inició el error, donde se generó el error, para volver a repetir, para corregir, de ahí se parte del punto, pero no es la parte mayoritaria, la mayor parte de la concentración de la práctica, pasa por ser analítica y no global.

EN: ¿En qué te basas vos para la selección de dicha metodología analítica?

DT: ¿En que me baso?

EN: Si.

DT: En los resultados, en que entiendo de que en los entrenamientos, cuando ya estás trabajando en la alta competencia no pasa por un tema de disfrute de la misma, sino por un tema de perfeccionamiento, y el perfeccionamiento se da en la repetición, entonces digo, desde ahí es que parto que tengo que trabajar lo analítico, porque necesito repetición y la repetición va a estar en función del nivel de ejecución que se haga, entonces nada, hay que respetar un poco el tema de los tiempos de cansancio pero me baso en eso, que estoy preparando los equipos y los equipos dentro del voleibol tienen que trabajar la técnica. La táctica está en relación, pero en el momento que estás trabajando con los equipos, capaz que hay otros deportes que son un poco más tácticos. Ahora acaban de venir de una selección de handball y justamente estaban hablando de eso, que técnicamente los equipos eran netamente superiores, y ta, en ese momento la técnica se ve favorecida, porque si vos, para resolver ciertas situaciones, no tenes las herramientas suficientes como para poder, este, resolver cierta situación, por más que lo sepas y el intelecto te lo de, si la herramienta que tenes no es la adecuada estas en el horno. Entonces ta, por eso tiene que estar la técnica presente y si tiene que estar la técnica tiene que estar la metodología analítica.

EN: Perfecto. ¿Cuáles serían a tu criterio, las metodologías más adecuadas para enseñar y entrenar los sistemas defensivos?

DT: ¿Cuáles serían los ejercicios decís vos?

EN: Las metodologías.

DT: ¿Las metodologías a utilizar?

EN: Sí.

DT: Para empezar, tienen que ser metodologías analíticas grupales, eso tiene que estar.

EN: Eso para enseñar, estamos hablando.

DT: Claro, o sea trabajaría sobre todo en cuanto a la defensa en los complejos K2, no estoy hablando de la recepción estoy hablando de la defensa.

EN: Si, si defensa.

DT: En producción de eso, trabajaría mucho el K2, con distintos tipos de ejercicios pero muy situados lo que es el K2, en los complejos.

EN: Y ¿a la hora de entrenar esos complejos? Ahí ¿ya pasarías a algo más global o mantendrías lo analítico?

DT: No, no porque a veces lo global puede pasar por un tema de la motivación, pero pasas que a veces trabajas global y ta vos ves, a veces trabajar las metodologías globales va, más allá por un tema de concentración o por un tema de que jugas a cinco puntos para buscar la concentración o la intensidad o la presión del jugador. Pero cuando tenes que trabajar y tenes que trabajar sobre los sistemas defensivos, los complejos te permiten trabajarlos sin que el jugador se encuentre presionado a la hora de errar, que a veces hay que trabajarlo. Pero cuando vos quieres trabajar los sistemas es para que todo el mundo entienda como tiene que trabajar y que tiene que hacer adentro de la cancha, entonces tiene que estar más distendido. Después a la hora de estar en la práctica, pongo de un lado una quarteta donde existe un pasador, un central, un armador y un opuesto donde con esos tres atacantes vos le están trabajando el K1, pero de este lado, podes poner un equipo de seis jugadores que estén trabajando el bloqueo y la defensa, eso que hacíamos nosotros la pasas fácil para el otro lado y lo vuelves a trabajar, ¿qué metodología es eso? Es una metodología analítica grupal, no estás trabajando global, porque no se contabilizan los puntos, lo podes trabajar global porque sacamos jugamos el punto hasta que termine, pero vos sabes que el punto va a estar condicionado al bloqueo y a la defensa y al error del otro, pero se puede tomar como global, pero también se puede tomar como analítico, porque termino el punto pero no lo contabilizo ni le doy el sentido del partido en sí.

EN: ¿Qué métodos utilizas para trabajar dichos sistemas ofensivos y defensivos?

DT: ¿Qué métodos en cuanto a qué?

EN: En cuanto a enseñanza y entrenamiento.

DT: Y bueno en realidad, lo que pasa que, yo por ejemplo, hay muchas metodologías, que podes encontrar muchos libros, yo hoy por hoy la teoría de decir cuántas metodologías hay. La analítica sin critica, esa por ejemplo tenes un montón. Yo me baso en dos. Yo tengo dos ramas, analíticas individual y grupal. La analítica individual la meto en la técnica en sí, la grupal la baso más en el grupo, las mismas metodologías que aplico y que enseño en el instituto, son muchas veces las que se enseñan a la hora de entrenar. Más o menos es en eso en lo que me baso. Ahora para esto que me estas planteando, estabas hablando al final, a ver repetime de vuelta la pregunta.

EN: Los métodos que utilizas para trabajar los sistemas ofensivos y defensivos.

DT: Y bueno, son también, se puede utilizar tanto lo global como lo analítico, lo que pasa que, uno necesita más la repetición, y lo global está más en el juego, hay que resolver bien que es lo que quieres en ese momento y para que lo quieres, entonces no es tipo ah yo me baso en una o en otra, yo entiendo que no existen metodologías buenas o malas, todas son buenas y todas son malas, va en función de lo que quieras aplicar y trabajar ese es el hecho puntual, está todo bien con el tema de las bibliografías, pero eso es la teoría después vos tenes la práctica y la práctica es otra y es en función de lo que tenes con los jugadores, como te llevan los jugadores como están los jugadores, porque es un deporte amateur, te vas a encontrar muchas veces que los jugadores están cansados, pero los jugadores tienen que aprender a entrenar con cansancio, es parte de esta bien, no puedo estar todo el día pensando en que los voy a poner a jugar para que se diviertan porque no es así, entonces en sí, que yo te diga, bueno, de tal autor no sé qué, manejo más o menos esas metodologías y andan en esa.

EN: ¿En qué clase de sistemas defensivos te enfatizas actualmente en los entrenamientos, tanto en la selección sub 21 como en bohemios?

DT: ¿Qué sistemas defensivos?

EN: ¿Qué sistemas defensivos usas vos para la hora de entrenar?

DT: Sistemas defensivos avanzados, no utilizo los simples. Un simple podría ser un 3-3, un 4-2 para recibir. No, se busca tratar de recibir, se recibe con tres receptores en cuanto a los sistemas de recepción, a veces podés recibir con uno más, es lo que está cambiando a nivel internacional, a nivel internacional vos ves, y los sacadores están sacando a nivel de Rusia, de Polonia, estaba viendo en los mundiales ahora, estaban recibiendo con cuatro en línea, o sea, se ponen cuatro para recibir no es que, el opuesto está tirado contra la línea, después si pasó o no pasó va y ataca por el zaguero, hay a veces que si están flotados están recibiendo con tres, a veces reciben con dos en función del otro, o sea, esos sistemas son sistemas complejos porque bueno, cuantos menos receptores tengan en cancha, más dificultad hay.

EN: Bien, y en cuanto a defensa, al complejo K2?

DT: Bueno, los sistemas que más o menos estamos utilizando tienden a cambiar en función de lo que está pasando, si por ejemplo estamos hablando de que nosotros, tenemos un sistema donde de repente este el adversario del otro lado, o sea manejas varios, no manejas uno. Son complejos, porque tenes un 3-3, pero es un 3-3 que está retrasado porque sabes que hay un triple bloqueo entonces la pelota va a ir más al fondo y la pelota de atrás hacia adelante se va a ir a buscar a defender porque es lo más fácil. Si de repente vos agarras y decís, no, no amerita un triple bloqueo, o por una velocidad de juego termina siendo un doble bloqueo, el sistema va a

cambiar a 3-2-1, no? No vas a terminar haciendo un 3-1-2, hay a veces que hay gente que lo hace, y termina siendo como un sistema avanzado, yo que sé, lo han hecho en sudamericanos femenino pero también son tendencias, que van pasando a lo largo de las décadas, pero es como todo, las cosas hay gente que entiende, hay países o algo que dicen que cambian y cambian, y hay otros que mantienen la misma tesitura o es eso no? Que nada es viejo, y lo que es viejo se renueva y termina siendo nuevo. Pero toda la vida se entendió que el líbero se paraba en el 5 y ahora lo ves y hay veces que los líberos están el 6 y los puntas a veces están defendiendo el 5, entonces en que va?, también es la postura del equipo, si estás haciendo que un equipo, este, ahora se está tendiendo a salir por el zaguero 5, entonces bueno, ahí sacas al líbero, va muy relativo al esquema de juego que vos estés implementando y que este muy acorde a los jugadores que vos tenes.

EN: Y tu esquema básico, o sea, con el que vos decís, me enfoco en este.

DT: Mi esquema básico en la recepción es pasar con tres en gran porcentaje de las canchas, y los líberos por ejemplo toman su cuota de recepción también y el opuesto también, y en lo que es la defensa generalmente termina siendo 3-2-1. Pero yo, últimamente, se ha convertido en un 3-3, ¿Por qué? Porque generalmente los primeros tiempos busco que se defiendan la pelota larga, que no defiendan la pelota en zona, eso se lo doy virtud al atacante porque no pasa generalmente, entonces bueno nada. En el planteo general de los equipos, le vamos planteando un 3-2-1, después vemos lo que pasa.

EN: Vos, ¿en qué te basas para la selección de dicho complejo, de dicho sistema defensivo, en ese 3-2-1?

DT: ¿Qué?

EN: ¿En qué te basas vos para la selección de dicho 3-2-1, de ese sistema defensivo?

DT: ¿Por qué decido ese?

EN: Sí.

DT: Decido porque es el sistema más fácil de poder entender, aplicarlo y que sea efectivo a la hora de defender por un montón de situaciones que van pasando, entonces bueno nada, me identifico con ese sistema, me gusta el sistema ese y me parece que es fácil de entender y que hay otros sistemas que pueden haber pero no son tan efectivos ni son tan fáciles de poder llevar a cabo, hay otros que tienen sus complejidades, y nada después de un buen tiempo digo ta. Tampoco los sistemas tienen mucho, no hay tantos sistemas así que digas hay millones, no, puede cambiar un jugador o algo donde se van a parar, pero de última lo que siempre pasa va terminar siendo lo mismo, o pasas un 3-3 o un 3-1-2 o 3-2-1. Pero por ejemplo no vas a ver un sistema paleolítico como antes que era 1-2-3, porque ningún atleta que está jugando en la zona

de los atacantes, no la zona de los zagueros, bajan a defender la pelota por el centro porque estás hablando que están jugando rápido y no llegan. A veces no llegan a la puntas y se tienen que quedar en el lugar, entonces eso ya es ridículo, a veces pueden llegar, si de repente tenes un armador que de repente es bajo, implementas el 2-1-3, pero es hoy por hoy muy complicado, porque las tendencias es puntual para un punto nomas, porque si no te masacran, porque hoy en la red tenes cuatro ataques seguro, tres adelante y uno atrás o dos atrás y dos adelante, y ta ahí te matan, no tenes otra chance.

EN: ¿Cuánto volumen de trabajo le2 dedicas vos al complejo defensivo? En las prácticas no?

DT: Y en las prácticas, entiendo que le doy un 40%, generalmente me lo baso en el saque y pase pero la defensa también está muy presente.

EN: Eso tanto es en la selección sub 21 como en bohemios

DT: La misma forma que trabajo en bohemios, trabajo en la selección.

EN: Bueno rafa, es todo por ahora.

DT: Terminaste?

EN: Sí. Muchas gracias y cualquier cosa te vuelvo a contactar.

DT: Sí obvio, perfecto.

## 6.2 Anexo 2: Observaciones

### 6.2.1 Observación 1

	PARTE INICIAL	PARTE CENTRAL	PARTE FINAL	METODOLOGÍA UTILIZADA EN EL ENTRENAMIENTO
E1O1	Analítico	Global	Analítico	Mayormente Analítico
E1O2	Global	Analítico	Analítico	Mayormente Analítico
E1O3	Analítico	Analítico	Global	Mayormente Analítico
E1O4	Analítico	Global	Global	Mayormente Global
E1O5	Analítico	Analítico	Analítico	Analítico
E1O6	Partido			Global
E1O7	Global	Analítico	Global	Mayormente Global
E1O8	Analítico	Analítico	Analítico	Analítico
E1O9	Global	Analítico	Global	Mayormente Global
E1O10	Analítico	Analítico	Global	Mayormente Analítico
E1O11	Partido			Global

## 6.2.2 Observación 2

	PARTE INICIAL	PARTE CENTRAL	PARTE FINAL	METODOLOGÍA UTILIZADA EN EL ENTRENAMIENTO
E2O1	Analítico	Analítico	Analítico	Analítico
E2O2	Analítico	Global	Global	Mayormente Global
E2O3	Analítico	Analítico	Analítico	Analítico
E2O4	Analítico	Global	Global	Mayormente Global
E2O5	Global	Analítico	Analítico	Mayormente Analítico
E2O6	Global	Global	Global	Global
E2O7	Analítico	Analítico	Analítico	Analítico
E2O8	Global	Global	Analítico	Mayormente Global
E2O9	Global	Global	Global	Global
E2O10	Analítico	Analítico	Analítico	Analítico
E2O11	Analítico	Global	Analítico	Mayormente Analítico
E2O12	Global	Global	Global	Global

## 6.2.3 Observación 3

	PARTE INICIAL	PARTE CENTRAL	PARTE FINAL	METODOLOGÍA UTILIZADA EN EL ENTRENAMIENTO
E3O1	Analítico	Analítico	Global	Mayormente Analítico
E3O2	Analítico	Analítico	Analítico	Analítico
E3O3	Analítico	Analítico	Analítico	Analítico
E3O4	Global	Analítico	Global	Mayormente Global
E3O5	Analítico	Analítico	Global	Mayormente Analítico
E3O6	Global	Global	Analítico	Mayormente Global
E3O7	Analítico	Global	Analítico	Mayormente Analítico
E3O8	Analítico	Analítico	Global	Mayormente Analítico
E3O9	Analítico	Analítico	Analítico	Analítico
EO10	Analítico	Analítico	Global	Mayormente Analítico

## 6.2.4 Observación 4

	PARTE INICIAL	PARTE CENTRAL	PARTE FINAL	METODOLOGÍA UTILIZADA EN EL ENTRENAMIENTO
E3O1	Analítico	Analítico	Analítico	Analítico
E3O2	Analítico	Analítico	Global	Mayormente Analítico
E3O3	Analítico	Analítico	Analítico	Analítico
E3O4	Amistoso			Global
E3O5	Analítico	Global	Analítico	Mayormente Analítico
E3O6	Analítico	Analítico	Analítico	Analítico
E3O7	Analítico	Analítico	Global	Mayormente Analítico
E3O8	Analítico	Analítico	Analítico	Analítico
E3O9	Global	Analítico	Analítico	Mayormente Analítico
E3O10	Analítico	Analítico	Analítico	Analítico
E3O11	Analítico	Analítico	Analítico	Mayormente Analítico
E3O12	Analítico	Global	Global	Mayormente Global
E3O13	Analítico	Analítico	Analítico	Analítico

## 6.3 Anexo 3: Porcentajes

## 6.3.1 Porcentajes de Entrevista-Observación Formaciones defensivas

	Entrevista	Observación
ENTRENADOR 1	70%-80%	66,7%-77,8%
ENTRENADOR 2	40%-50%	55,5%
ENTRENADOR 3	40%	30%-45%
ENTRENADOR SELECCIÓN	40%	37,5%

## 6.3.2 Porcentajes Observaciones Metodologías de enseñanza

	E 1 (+/- 0,1)	E 2 (+/- 0,1)	E 3 (+/- 0,1)	E 4 (+/- 0,1)	GENERAL (+/- 0,1)
ANALÍTICO	18,2%	33,3%	30,0%	46,2%	32,6%
MAYORMENTE ANALÍTICO	36,4%	16,7%	50,0%	38,5%	34,8%
GLOBAL	18,2%	25,0%	0,0%	7,7%	13,0%
MAYORMENTE GLOBAL	27,3%	25,0%	20,0%	7,7%	19,6%

## 6.4 Anexo 4: Gestos Técnicos

### 2.6.1 Remate

Según Haley este fundamento es entendido como “El acto de golpear una pelota, colocada previamente, desde una altura superior a la red hacia el campo contrario.” (1991, p. 101) Por tanto, se puede afirmar que el mismo es el principal responsable de la utilización de los sistemas defensivos, puesto que cada equipo desarrolla determinado sistema, de acuerdo a las características del remate del oponente.

Por otra parte, este fundamento está compuesto por cuatro fases, la aproximación, el salto, el golpe y el aterrizaje y es considerado, por el autor, como una de las técnicas más complejas de realizar por un jugador, ya que para su correcta realización se tienen que dominar distintas acciones específicas. (Haley, 1991).

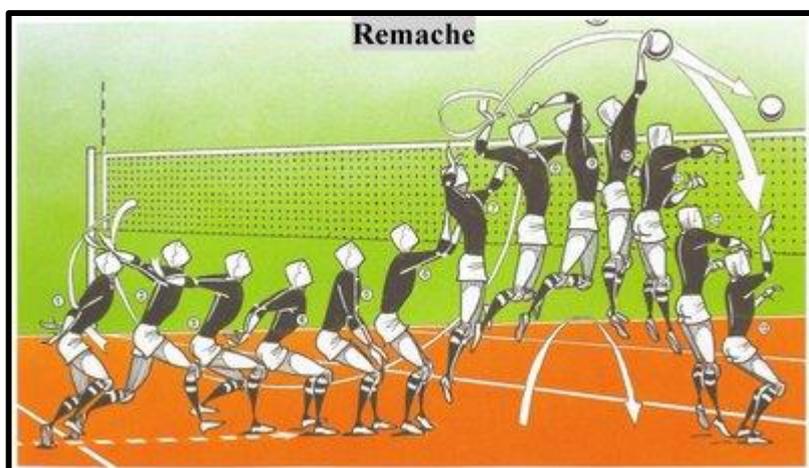


Imagen 9: Secuencia del remate  
(extraído de página web,  
referencia en nota al pie)

### 2.6.2 Golpe alto a dos manos

Drauschke, Köger, Schulz y Utz (2002) definen este fundamento como pase alto a dos manos; si bien es mayormente utilizado para colocar el balón de la forma más óptima previo al remate, también es utilizado durante la defensa.

Los autores describen dentro de sus principales características la posición de los pies, la cual debe ser paralelos entre sí y con una separación del ancho de los hombros

---

<sup>1</sup> Extraído de: <https://solovoley.wordpress.com/videos/gesto-tecnico-de-remate/>

aproximadamente; el peso del cuerpo debe estar sobre el metatarso del pie y el centro de gravedad debe estar bajo, realizándolo a través de una leve flexión conjunta de las articulaciones de la rodilla y la cadera.

En cuanto a la posición de los brazos, éstos deben esperar la pelota colocando los codos flexionados a la altura de los hombros o un poco por encima de ellos, manos juntas formando un rombo con los dedos índice y pulgar.

Por último, el contacto del balón se da principalmente con los dedos pulgares, índices y medios. El pase se realiza generando una cadena de fuerza que parte desde la extensión de las rodillas hasta el impulso de los brazos. (Drauschke, *et al*, 2002).

### 2.6.3 Golpe bajo a dos manos

Según Santos del Campo *et al*, la posición inicial de los pies de este golpe, es igual a la descrita en el apartado anterior; la diferencia se da en la posición de las manos y el lugar de contacto del balón.

Los autores explican que los brazos se posicionan extendidos hacia delante, formando un ángulo de 45° con el suelo aproximadamente colocando los antebrazos juntos para generar una mayor superficie de contacto. Las manos se colocan cruzando el dorso de una mano con la palma de la otra, uniendo los pulgares (que darán sostén al resto de los dedos) y orientándolos hacia delante. El puño de la mano de abajo deberá permanecer semi cerrado y las muñecas se deberán extender hacia delante para generar una mejor superficie de contacto en los antebrazos.

Tanto Santos del Campo *et al*, como Drauschke *et al*, mencionan que el impulso de este golpe también comienza por la extensión de rodillas, generando (como se ha mencionado anteriormente) una cadena de fuerza que finaliza, en este caso, con el contacto del balón sobre los antebrazos los cuales se elevan en dirección al pase que se pretende realizar.

#### 2.6.4 Bloqueo

Según Mathore “el bloqueo es el primer movimiento defensivo que se opone al ataque (...) Corresponde a la marcación individual propia de los deportes de equipo...” (1959, p.104). Por su parte, Lucas (2000) agrega que este fundamento genera grandes resultados por el hecho de mantener la técnica una vez realizado el salto del bloqueo, lo cual no produce tanta complejidad a la hora de utilizarlo como puede ser durante la ejecución del remate.

En este sentido, Beal y Crabb (1991) mencionan que el bloqueo posee dos funciones: por un lado, pretende detener el balón de su trayectoria. Esta acción podrá resultar en un punto o en un fuera de banda para el equipo bloqueador, es decir un punto para el equipo contrario. Por otra parte, el bloqueo también puede desviar el balón hacia el equipo bloqueador para poder emplear los tres contactos reglamentarios efectuando así su propia acción ofensiva.

El defensa adoptará la siguiente postura a modo de preparación del bloqueo: pies separadas al ancho de hombros con el peso del cuerpo inclinado hacia la parte anterior del pie; la manos se colocan por encima de los hombros con las palmas hacia delante, dedos separados y espalda recta; las rodillas se mantienen levemente flexionadas preparando el salto mientras se observa el juego del oponente (Lucas, 2000).

Una vez que el jugador se ubica en el lugar donde realizará el bloqueo, el mismo deberá agacharse rápidamente con la espalda recta y la cabeza con la mirada sobre el balón; el salto se dará de forma vertical con los brazos extendidos a los lados de la cabeza, hombros encogidos con el fin de reducir la distancia entre los brazos; los pulgares también se acercan para obtener una distancia menor a la del diámetro de la pelota para que ésta no pase entre las manos del defensa. (Lucas, 2000)

Con referencia al bloqueo Santos del Campo *et al*, mencionan que dentro de los aspectos más importantes de este fundamento están dónde y cuándo se salta, en conjunción con el contacto de las manos con el balón y la orientación de éstas, puesto que ello determinará las acciones subsiguientes tanto de un equipo como del otro.

En este sentido, vale aclarar que existen dos tipos de bloqueo que se determinan justamente por el contacto del balón con los bloqueadores: si el jugador no logra sobrepasar la red deberá extender las muñecas hacia atrás, con el fin de desviar el balón hacia arriba para que el resto de sus compañeros logren controlar la situación de la mejor forma; a este tipo de bloqueo se le denomina bloqueo defensivo. En tanto, el bloqueo ofensivo será aquel en el cual el jugador si logra sobrepasar la red, realizado un flexión hacia delante con la articulación del hombro, manteniendo las muñecas alineadas con los brazos y el tronco firme. (Lucas, 2000).

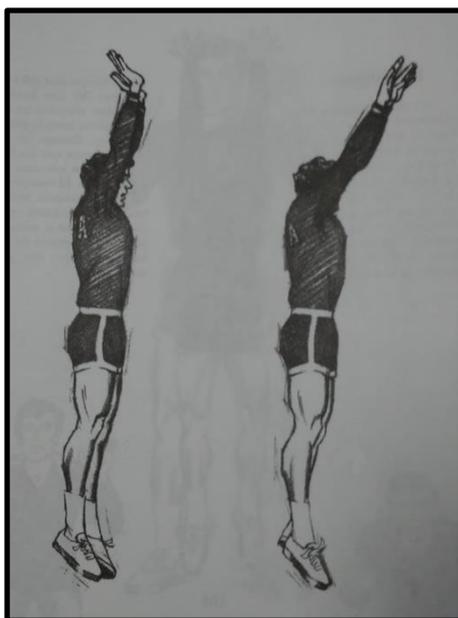


Imagen 10: De izquierda a derecha:  
bloqueo defensivo y bloqueo ofensivo  
(Extraído de Lucas, 2000, p. 205)

### 2.6.5 Fly

Según menciona Lucas el fly o “la plancha” permiten que el defensa extiende su cuerpo hacia el suelo sin hacerse daño, logrando un control del balón en situaciones de riesgo. El autor explica que este fundamento es una de las habilidades más agotadoras de las que se realizan cercana al suelo debido a la fuerza que realizan los jugadores con la parte superior de su cuerpo para poder elevarse.

Dentro de las principales acciones que se realizan durante la ejecución del fly, Lucas destaca el impulso realizado con la pierna y la posición de los brazos previo al salto, los cuales se posicionan hacia atrás para colaborar en la acción de alargamiento del cuerpo en busca de la pelota. Por otro lado, el autor también menciona la posición del cuerpo durante el salto, en la cual la cabeza se encuentra erguida y el cuerpo arqueado. Además hace referencia al posicionamiento de la o las manos de acuerdo a la distancia con respecto al balón: si éste se encuentra cerca, el jugador podrá entrelazar las manos para golpearlo con los antebrazos, destacando el gran control que requiere esta habilidad; si por otra parte, el jugador necesita que la pelota se dirija hacia delante o arriba, deberá contactar la misma con el dorso de la mano.

Este fundamento finaliza con la amortiguación de los brazos y la caída del cuerpo sobre el suelo. Durante la misma, el pecho es lo primero que contacta el suelo, seguido de la zona media y la cadera; los brazos empujan hacia atrás para favorecer el deslizamiento final (Lucas, 2000).

### 2.6.6 Rolo

A diferencia de la plancha, Lucas explica que este fundamento es la caída que produce menor fatiga al jugador, por la utilización de la propia inercia de la caída para realizar el rolo luego del contacto con el balón; así mismo, menciona que es la única caída en la cual el jugador vuelve a ponerse de pie luego de “tirarse al suelo”.

Dentro de las principales acciones que se realizan, el autor menciona en primera instancia el posicionamiento de los brazos previo al golpe: por un lado, el brazo con el que se dará el golpe toma impulso desde atrás para alcanzar la pelota, mientras que el otro se extiende hacia afuera para dar equilibrio al jugador. Posteriormente, durante el contacto, el cual puede ser con la palma, el dorso o los dedos pulgar e índice de la mano; el peso del cuerpo se encuentra mayormente sobre la pierna que se encuentra en dirección al balón.

Finalmente, el jugador desliza la palma de la mano que ha utilizado para dar el golpe sobre el suelo, amortiguando la caída; prosigue con el cuerpo el cual cae sobre un costado con ambas rodillas flexionadas. De allí comienza a rodar sobre ese costado teniendo como eje una línea diagonal que va desde la cadera hacia el hombro que se encuentran en contacto con el suelo; en este momento la palma de la mano se encuentra hacia arriba. La rodilla que ha contactado el suelo, ahora es la que dirige el giro y el pie de esa misma pierna es lo primero que contacta el suelo luego de rodar sobre sí mismo. Seguido del otro pie, el jugador logra incorporarse habiendo realizado una pseudo voltereta hacia atrás sobre su hombro. (Lucas, 2000)