



**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR
PEDAGÓGICA PÚBLICA**

**“VÍCTOR ANDRÉS BELAUNDE”
JAÉN**

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

**APRENDIZAJE DEL VÓLEIBOL COMO PROCESO
FORMATIVO EN ESTUDIANTES DEL NIVEL
SECUNDARIO**

**PARA OPTAR EL GRADO DE BACHILLER EN EDUCACIÓN
PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN FÍSICA**

PRESENTADO POR:

GALLARDO TORRES, JEINER DANTE

HUAMAN MANCHAY, ARECIO

JAÉN – PERÚ

2025

Reporte de similitud



21% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto citado
- ▶ Texto mencionado
- ▶ Coincidencias menores (menos de 8 palabras)

Fuentes principales

- 20% Fuentes de Internet
- 1% Publicaciones
- 0% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"VÍCTOR ANDRÉS BELAUNDE CHÁEN"

Dr. Saúl M. Nájera Cieza
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.



*% detectado como IA

La detección de IA incluye la posibilidad de palabras. Aunque cierto texto en esta entrega se generó probablemente con IA, los puntajes inferiores al umbral de 20 % no aparecen porque tienen una mayor probabilidad de falsos positivos.

Precaución: Se requiere revisión.

Es esencial comprender los límites de la detección de IA antes de la toma de decisiones acerca del trabajo del estudiante. Lo alentamos a obtener más información acerca de las funciones de detección de IA de Turnitin antes de usar la herramienta.

Datos generales de la investigación

Título:

APRENDIZAJE DEL VOLEIBOL COMO PROCESO FORMATIVO
EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO.

Autor (es):

Huamán Manchay, Arecio

Gallardo Torres, Jeiner Dante

ASESOR DE LA INVESTIGACIÓN:

Aguinaga Doig, Silvia Georgina

CÓDIGO ORCID DEL ASESOR:

<https://orcid.org/0000-0001-6747-5375>

DURACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

Fecha de inicio: 07/09/2024

Fecha de término: 31/01/2025

LÍNEA DE LA INVESTIGACIÓN:

Pedagogía, Currículo y Didáctica

EJE TEMÁTICO:

Desarrollo de competencias y capacidades.

JURADOS:

Presidente: Mag. Abel Elvis Baca Sánchez

Secretario: Mag. Adamastor Remberto Fernández Chamaya

Vocal: Dr. Ramiro Soto Fernández

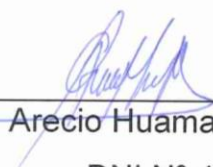
DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

ARECIO HUAMAN MANCHAY, identificado con DNI N° 44360123; Jeiner DANTE GALLARDO TORRES, con DNI N° 42015680; estudiantes de la especialidad de Educación física del programa de profesionalización docente, de la escuela de educación superior pedagógica pública "Víctor Andrés Belaunde" de Jaén, presentamos el trabajo de investigación "APRENDIZAJE DEL VOLEIBOL COMO PROCESO FORMATIVO EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO."

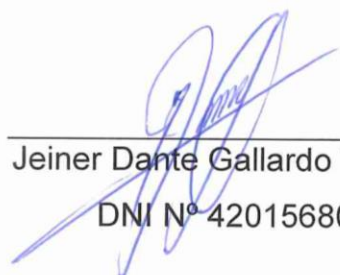
Declaramos, en honor a la verdad, que la monografía es producto de nuestra autoría; que los datos análisis e interpretación, los resultados constituyen nuestro aporte a la realidad educativa investigada así mismo, todas las referencias y estudios previos han sido debidamente consultadas y reconocidas en la investigación, respetando el derecho del autor.

Los autores asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad u ocultamiento de información aportada, estampando nuestras firmas correspondientes

Jaén 07 de enero del 2025



Arecio Huaman Manchay
DNI N° 44360123



Jeiner Dante Gallardo Torres
DNI N° 42015680

ÍNDICE

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD	¡Error! Marcador no definido.
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
INTRODUCCIÓN	8
DESARROLLO TEMÁTICO	10
1.1. EL VÓLEIBOL	10
1.1.2. El vóleybol a través del tiempo	10
1.1.3. El vóleybol en la práctica educativa	13
1.1.4. El vóleybol en la formación integral del educando	14
1.1.5. El vóleybol como herramienta pedagógica	15
2.2. EL VÓLEIBOL COMO DISCIPLINA	16
2.2.1. El vóleybol en el desarrollo de habilidades físicas	16
2.2.2. El vóleybol en el desarrollo de las habilidades cognitivas	17
2.2.3. El vóleybol y el desarrollo socioemocional	19
2.2.4. El vóleybol y el desarrollo de la autonomía	20
CONCLUSIONES	22
REFERENCIAS	23

RESUMEN

El presente estudio tiene como tema central el aprendizaje del vóleybol como instrumento formativo para los alumnos del nivel secundario. Su propósito consiste en analizar el aprendizaje de este deporte como herramienta formativa dentro del área de Educación Física, teniendo en cuenta las ventajas que posee para lograr el desarrollo integral de los educandos. Con respecto a la metodología utilizada para la investigación, es de enfoque cualitativo y emplea métodos de análisis de información especializada, recurriendo a libros y artículos de publicación actual. La práctica del vóleybol brinda habilidades físicas y cognitivas a los estudiantes en el aprendizaje socioemocional, así como en la afirmación de su autonomía constituyen algunas de las bondades de la práctica de este deporte en el contexto escolar. Los resultados de la investigación confirman que el vóleybol constituye una herramienta que potencia las referidas habilidades, además de aportar a los alumnos un adecuado sentido de la disciplina y del trabajo en equipo. En tal sentido, se concluye que el vóleybol es una disciplina positiva para el desarrollo integral de los estudiantes, siendo importante fomentar no solo como disciplina deportiva, sino como estrategia didáctica de aprendizaje y desarrolladora de capacidades físicas, intelectuales y afectivas.

Palabras clave: Educación física, aprendizaje socioemocional, disciplina, deporte.

ABSTRACT

The central theme of this study is the learning of volleyball as a formative tool for secondary school students. Its purpose is to analyze the learning of this sport as a formative tool within the area of Physical Education, taking into account its advantages for achieving the comprehensive development of students. The research methodology is qualitative and employs specialized data analysis methods, drawing on current books and articles. The practice of volleyball provides students with physical and cognitive skills in socio-emotional learning, as well as the affirmation of their autonomy, which are some of the benefits of practicing this sport in the school context. The results of the research confirm that volleyball is a tool that enhances these skills, in addition to providing students with an adequate sense of discipline and teamwork. In this sense, it is concluded that volleyball is a positive discipline for the comprehensive development of students, and is important to promote not only as a sport, but also as a didactic learning strategy and a developer of physical, intellectual, and emotional abilities.

Keywords: Physical education, socio-emotional learning, discipline, sport.

INTRODUCCIÓN

El Ministerio de Educación (2010) manifiesta que el deporte y la recreación son actividades que, además de favorecer la adquisición de habilidades motrices específicas, deben contribuir a la formación ética y social del individuo, en este caso, del estudiante. En esa línea, se considera a la educación física como un proceso sociocultural que persigue la formación integral de los educandos.

Con respecto a los deportes más practicados y difundidos que existen es sin duda el vóleybol. La práctica de este deporte es importante en el área de Educación Física, pues no solo optimiza las condiciones físicas de los alumnos, sino que también potencia sus habilidades cognitivas y socioemocionales, como la autonomía y la disciplina. De acuerdo con lo expresado por Uribarri (2024), esta actividad no se limita a fomentar el desarrollo físico de los niños, sino que también fomenta las habilidades sociales, el trabajo en equipo y la disciplina, los cuales constituyen aptitudes esenciales para su crecimiento integral.

En este estudio se aborda detalladamente el aprendizaje del vóleybol como una herramienta formativa para los estudiantes del nivel secundario. Una de las razones que sustenta la investigación es la necesidad que los docentes promuevan el desarrollo integral en los educandos, considerando la importancia del deporte como un medio para lograrlo. De acuerdo con Sepúlveda- Páez et al. (2019), el deporte es un fenómeno social que aporta al desarrollo personal al mejorar la salud integral del ser humano. Otra de las razones por las cuales se realizó la monografía es el deseo de contribuir al conocimiento de los diversos beneficios del vóleybol en el aspecto educativo. Desde del área de educación física se busca formar personas saludables, no solo en el aspecto corporal, sino también en el aspecto socioemocional.

Por otra parte, con este trabajo de investigación se busca formar individuos competentes desde la escuela, a lo cual el aprendizaje del vóleybol puede contribuir notablemente por sus diversos beneficios. En cuanto a su estructura, la presente investigación se divide en tres apartados. El primero de estos es la introducción. En el segundo se aborda el desarrollo del tema y los subtemas de los cuales trata el estudio. El tercero, por su parte, expone las conclusiones a las cuales se ha llegado al final del mismo.

En esa línea, el estudio se orienta con el siguiente problema: ¿De qué manera el aprendizaje del vóleybol contribuye al desarrollo formativo de los estudiantes de educación secundaria? Para dar respuesta a la interrogante, la revisión bibliográfica aborda al aprendizaje del vóleybol y analiza cómo el aprendizaje del vóleybol contribuye al desarrollo formativo de los estudiantes de educación secundaria, y finalmente señala las ventajas y beneficios que el vóleybol aporta como uno de los deportes más difundidos a través del tiempo.

Por otro lado, en lo referente a la metodología utilizada para la investigación, es de enfoque cualitativo, ya que busca analizar un fenómeno. Según lo mencionado por Krause (1995), una investigación es cualitativa cuando se refiere a las cualidades de lo estudiado, por medio de conceptos y relaciones entre conceptos, sin tener en cuenta datos numéricos o estadísticos. Asimismo, se ha elegido el tipo de investigación teórica, ya que, por medio de esta se pretende aprender más acerca de un tema. En opinión de Primo (1994), citado por Arias (2019), la investigación teórica es aquella que emplea las ideas para crear modelos, explicaciones o teorías acerca de fenómenos que no son observables.

DESARROLLO TEMÁTICO

1.1. EL VÓLEIBOL

1.1.2. El vóleibol a través del tiempo

De acuerdo con Cartagena & Buitrago (2019), el vóleibol se creó en el año 1895 por Williams Morgan en Holyoke (Massachusetts), como una alternativa al baloncesto. No obstante, al ver que este deporte podía ser practicado perfectamente por jóvenes y adultos de mayor edad, se fue expandiendo a otras naciones.

Morgan fue, además, quien instituyó las primeras reglas del vóleibol, las cuales incluyeron que debía ser practicado en un campo de juego de 7,62 m x 15,24 m (25 pies x 50 pies) y una red de 1,98 m de altura (6 pies con 6 pulgadas). En aquel entonces, el número de jugadores en el vóleibol era ilimitado, al igual que la cantidad de contactos con el balón. Así, en caso de darse un saque erróneo, existía una segunda oportunidad para ejecutarlo. Al respecto, tal como en el tenis. Con motivo de la conferencia de todos los entrenadores deportivos del YMCA realizada en Springfield a comienzos del año 1896, Morgan presentó el nuevo juego y encontró aceptación entre sus colegas. Debido a que la pelota se juega directamente en el aire, sin que toque el suelo.

En 1952 comenzó a escribirse en una única palabra: volleyball. Posteriormente, las reglas también sufrieron algunas modificaciones. El primer balón fue diseñado especialmente a petición de Morgan por la firma A. G. Spalding y Bros. de Chicopee, Massachusetts. cabe agregar que, en los inicios del vóleibol, se priorizaba la técnica por sobre la táctica.

En el año 1896, Alfred T. Halstead plantea el nombre de “volley ball” para denominar a este deporte, que inicialmente era conocido con el nombre de “Mintonette”. De acuerdo con Uribarri (2024), pasó a llamarse voleibol cuando un observador señaló que el objetivo principal de este deporte era el “volley”, que consistía en voltear el balón de un lado a otro de la red. Un año después, en 1897, se incluye en el libro de La Liga de Atletismo de la YMCA un informe sobre cómo eran el sistema de juego y las reglas del vóleibol.

En el año 1900, se estableció el sistema de 21 puntos por juego y se realiza la elevación de la malla a 2,28 mts. Cinco años más tarde, se adoptó el

sistema de rotación (cuando uno de los equipos pierde el balón, los jugadores del otro equipo se mueven hacia un lugar dentro de la cancha, según la rotación de las agujas del reloj).

En el año 1912 se establecieron las reglas iniciales del vóleybol, las cuales determinaban a las dimensiones de la cancha y del balón. De igual manera, el número de jugadores se limitó a seis por equipo y se introdujeron las rotaciones en el terreno. Dos años más tarde, en 1914 (al comienzo de la Primera Guerra Mundial), los soldados norteamericanos difundieron el vóleybol y lo llevaron hasta Europa Oriental, donde llegó a ser un deporte masivo.

En 1916 la Guía de Voleibol de Spalding señalaba que el voleibol había alcanzado 200 000 jugadores en los Estados Unidos distribuidos así: YMCA (niños, jóvenes y adultos) 70 000; YMCA (niñas y mujeres) 50 000; Escuelas (niños) 25 000 y Universidades (jóvenes) 10 000. También en 1916 la YMCA solicitó a la Asociación Nacional Atlética Universitaria (NCAA), que publicara sus reglas para que la difusión fuera más rápida entre los estudiantes.

Ya en el año 1918 (año del fin de la Primera Guerra Mundial), el número de jugadores se fijó en seis. Tres años más tarde, en el año 1921, se introdujo la línea central. Así, en las décadas del siglo pasado, se dieron sucesivas modificaciones a este deporte, tan conocido a nivel mundial.

En 1922 se regula el número de toques por equipo, fijándolo en tres y se limita el ataque de los zagueros. También se estableció que de estar el marcador en 14-14, debían obtenerse dos puntos de diferencia para ganar el set. Así mismo, en 1922 la YMCA organizó lo que se considera el primer campeonato nacional estadounidense, participaron 27 equipos de 11 países. En los Juegos Olímpicos de 1924 el voleibol fue presentado como deporte de demostración. En 1930 el voleibol fue considerado un juego de entretenimiento, existiendo pocos campeonatos internacionales. Sin embargo, en varios países de Europa se alcanzó un alto nivel competitivo. En 1947, catorce asociaciones fundaron en París la Federación Internacional de Voleibol (FIVB) siendo su primer objetivo desarrollar y mejorar las normas del voleibol.

Asimismo, se constituyeron pasos importantes en el Campeonato Mundial de Voleibol para su instauración como deporte. las técnicas y tácticas

que se caracterizan en el voleibol moderno fueron introducidas por equipos europeos. Es el caso del fundamento del bloqueo que fue introducido por Checoslovaquia, en los años 1938 y en 1958, por otra parte, Polonia mostró por primera vez el gesto de ataque desde la línea de fondo en 1974 y Unión Soviética el sistema de 5-1.

En el segundo decenio del siglo XV se introdujo por primera vez en los Estados Unidos una de las reglas que rige hasta la actualidad, de seis jugadores por equipo. Desde fines del siglo XIX y a comienzos del siglo XXI se han incluido cambios importantes en el voleibol, buscando hacer de él un juego más atractivo.

En 1998 se insertó la figura del jugador líbero. En el año 2000 se reduce de forma importante la duración de los encuentros al eliminar la exigencia de estar en posesión del saque para puntuar; se puede ganar punto y saque en la misma jugada mientras que antes se podía estar robando saques de forma alternativa sin que el marcador avanzara. Se ha permitido el toque con cualquier parte del cuerpo o se permite que el saque toque la red siempre que acabe pasando a campo contrario.

En 2006 se propone dos posibles nuevos cambios y se prueban en algunas competiciones que permiten un segundo saque en caso de fallar el primero (como ocurre en tenis) y disponen un segundo jugador líbero con el que se puede alternar a lo largo del partido. Finalmente, solo se aceptan, intercambiar los líberos por una única vez en el transcurso del partido según la aprobación del congreso de junio de 2008 celebrado en Dubái.

En el 2010 se revisa la regla del toque de red, y se cambian, solo será falta de toque de red si toca la cinta superior de la red. Asimismo, se flexibiliza el juego con dos líberos permitiendo sucesivos cambios del líbero actuante por el segundo líbero a lo largo del partido. En 2014 se revierten los cambios sobre el toque de red.

En 1928 se fundó la *American Volleyball Association*. Asimismo, comenzaron a disputarse los primeros campeonatos nacionales de vóleibol en la Y.M.C.A. de Brooklin. Seis años después, en 1934, se fundó el primer Comité Internacional del Vóleibol en Estocolmo, a cargo de la Federación de Balonmano de Suecia. Para el año 1976 se jugó por primera vez el vóleibol empleando el

sistema de tres balones, el cual se empleó en los Juegos Olímpicos de Montreal; del mismo modo, se instauró la regla que permitía los tres toques luego del bloqueo y se redujo el largo de la red a nueve metros y medio.

Por otra parte, en el siglo actual, existe un mayor dinamismo en el juego, lo cual establece un mejor equilibrio entre los sistemas de ataque y defensa, así como también, se modificó el sistema de puntuación y se acortó el tiempo de juego. Dichas modificaciones han hecho que el vóley se masifique y se haga cada vez más popular en todo el mundo.

1.1.3. El vóley en la práctica educativa

Para Niño (2016), desde el enfoque de la corporeidad actualmente ha adquirido una relevancia considerable dentro del currículo nacional, al igual que las demás áreas de conocimientos. Es por ello que la escuela intenta brindar una educación integral y formar estudiantes debidamente capacitados, por medio de un deporte tan difundido como lo es el vóley.

El vóley potencia la actividad física y promueve, además, la cooperación en equipo, los cuales constituyen bases fundamentales para lograr el desarrollo físico, cognitivo y socioemocional de los educandos. Según lo expresado por Navarro (2024), el vóley no solo fomenta el desarrollo del estudiante a nivel físico, sino que también potencia el desarrollo de sus habilidades cognitivas, pues requiere que este aprenda a mantener la concentración, a tomar decisiones rápidamente y aplique distintas estrategias a nivel táctico.

Todo lo expresado anteriormente tiene como fin el fortalecer la capacidad mental de los alumnos del nivel secundario en la escuela, así como también, busca lograr que estos venzan los distintos retos que se les puedan presentar.

Esta disciplina presenta cualidades sumamente importantes para lograr el desarrollo integral de los educandos, puesto que, a través de su práctica, promueve en ellos la coordinación, la concentración, el autocontrol, la autonomía, la disciplina, entre otras características capaces de convertirlos en seres formados adecuadamente para la vida.

Según MINEDU (2016), en el área de Educación Física, se pretende garantizar un adecuado estado físico y mental de las generaciones venideras, por medio de la práctica deportiva. Así también, busca formar alumnos capacitados para la vida, mediante el cuidado de su salud.

Mediante el vóleybol, los estudiantes del nivel secundario pueden ser capaces de desarrollar distintas habilidades y destrezas que los hagan enfrentar con eficacia todos los retos que la vida les presente. Asimismo, incentiva que estos alumnos se relacionen de una mejor manera con su entorno en general.

1.1.4. El vóleybol en la formación integral del educando

Para el MINEDU (2016), la educación integral es aquella que pretende formar individuos seguros, eficientes, responsables con su propio bienestar y con una sana autoestima. Precisamente, el deporte y las actividades físicas favorecen este desarrollo, ya que, fortalecen el estado físico y mental del estudiante, por medio del área de Educación Física.

De acuerdo con Aguilar y Mujica (2024), formar integralmente al individuo conjuga las acciones en las cuales el ser humano emplea sus habilidades motrices con sus pares, pero manifestando su autonomía. Por tanto, la práctica del vóleybol es altamente recomendable en el currículo escolar.

Jugar vóleybol en la escuela presenta diversos beneficios o ventajas. Según lo expresado por Machuca et al. (2024), algunos de estos beneficios son los que se mencionará a continuación:

1.1.4.1. Contribuye a la mejora del estado físico

La práctica del vóleybol propicia la mejora del rendimiento físico y, por ende, del estado físico de la persona. Esto, en los adolescentes, es fundamental. En efecto, todas las actividades que se ejecutan en el vóleybol potencian la motricidad y la agilidad en el alumnado

1.1.4.2. Promueve el compromiso y la organización en el equipo

El vóleybol es una disciplina que requiere el compromiso de todo el equipo para la obtención del triunfo en el juego. Además de ello, fomenta el sentido de la organización en los estudiantes.

1.1.4.3. Potencia las habilidades sociales

Practicar el vóleybol en el colegio potencia las habilidades sociales entre los integrantes del equipo, quienes aprenden cómo relacionarse adecuadamente entre ellos de manera sana y equilibrada.

1.1.4.4. Fomenta la práctica de valores

El vóleybol fomenta la práctica de valores importantes para la vida, entre los cuales destacan la disciplina, el esfuerzo, la empatía, la cooperación y el sentido de la responsabilidad, los cuales contribuyen a la formación integral de los educandos.

1.1.4.5. Propicia un estilo de vida más activo

La Práctica del vóleybol incentiva que los estudiantes adquieran un estilo de vida más activo desde pequeños, lo cual traerá diversos beneficios a su salud y bienestar en general.

1.1.4.6. Fomenta las mejoras en el nivel cognitivo

Para practicar el vóleybol se requiere que los integrantes del equipo se desenvuelvan hábilmente y sean capaces de adaptarse a cualquier circunstancia en el juego. Ello genera mejoras en su nivel cognitivo, pues los lleva a razonar y solucionar problemas de manera eficaz.

1.1.4.7. Inclusión y pluralidad

El vóleybol puede emplearse en la escuela como un modo de promover la inclusión y la pluralidad, ya que, en su práctica se puede considerar a estudiantes de distintos niveles, a fin de hacerlos sentir aceptados como parte del grupo.

1.1.4.8. Promueve el liderazgo

El vóleybol promueve el liderazgo entre los estudiantes, quienes deben motivar a sus compañeros del equipo a dar todo de sí dentro del juego y procurar ser los mejores, teniendo en cuenta el respeto a las reglas y la práctica del juego limpio.

1.1.5. El vóleybol como herramienta pedagógica

La enseñanza del vóleybol dentro del área de Educación Física se lleva a cabo de acuerdo con los lineamientos estipulados en el currículo. En tal sentido, puede ser una herramienta pedagógica muy importante, pues fomenta

que los estudiantes desarrollen diversas habilidades al practicarlo con regularidad.

Como se mencionó en apartados anteriores, la práctica del vóleybol no solo promueve el desarrollo de la actividad física, sino que también enseña a los alumnos valores y competencias fundamentales que han de contribuir a su formación como persona.

Para Calvo et al. (2017), si se desea integrar enfoques deportivos, se necesita una planificación adecuada y eficaz; las unidades didácticas deben estructurarse de modo que puedan cubrir todos los aspectos deportivos, lo cual puede derivar en la formación de un equipo de vóleybol escolar. Del mismo modo, el docente del área como tal, debe velar por que sus estudiantes a que se desenvuelvan de la mejor manera en el juego. Además de ello, debe ejercer responsabilidades como el enseñarles las técnicas adecuadas, alentarlos a esforzarse y formar parte del juego, de alguna manera.

2.2. EL VÓLEYBOL COMO DISCIPLINA

2.2.1. El vóleybol en el desarrollo de habilidades físicas

De acuerdo con Cartagena & Buitrago (2019), el vóleybol contribuye en gran medida a que los estudiantes desarrollen aptitudes físicas, como la fuerza, la agilidad y la coordinación, las cuales son necesarias para lograr un buen desempeño en el ámbito deportivo.

Como sabemos, practicar el vóleybol involucra movimientos muy variados, tales como el salto para el bloqueo, los desplazamientos laterales o el golpe de remate, los cuales aumentan la agilidad y la fuerza en las extremidades. Según Machuca et. al. (2021), diversas investigaciones sobre educación física señalan que la práctica del vóleybol activa el sistema cardiovascular y mejora la capacidad aeróbica, con lo cual se previenen distintas afecciones crónicas.

Del mismo modo, para Aguilar y Mujica (2024), el vóleybol es un deporte que puede adecuarse según las edades y aptitudes, lo cual hace que sea muy funcional para potenciar habilidades motrices básicas en alumnos de educación secundaria.

Por otro lado, en opinión de Escobar y Pérez (2017), el vóleybol es un deporte que desarrolla habilidades físicas específicas, tales como la reacción

rápida, la potencia y la resistencia, ya que, potencian la coordinación intermuscular, lo cual es fundamental para la ejecución saques, remates y bloqueos. Así también, de acuerdo con lo expresado por Cores (2021), el vóleybol es un deporte que demanda distintas habilidades y requiere mucha destreza, como la coordinación óculo-manual (con el balón), sumada a la coordinación que los estudiantes deben tener con sus compañeros de equipo.

Además de lo anterior, el vóleybol es un deporte en el cual se trabaja esencialmente la potencia y la agilidad. Para Samudio et al. (2023), el vóleybol es un deporte de gran intensidad, el cual se intercala con periodos de baja intensidad, en los que se necesita potencia, agilidad y fuerza en los integrantes del equipo (en este caso, los alumnos del nivel secundario).

Asimismo, según Bertorello (2008), el vóleybol mejora la flexibilidad y el equilibrio en quienes lo practican. Los estudiantes deben ejecutar diversos movimientos, desde estiramientos para alcanzar la pelota hasta mantener el equilibrio en posiciones inestables. Esto genera una mayor flexibilidad muscular y también en las articulaciones.

2.2.2. El vóleybol en el desarrollo de las habilidades cognitivas

Según lo expresado por Aguilar y Mujica (2024), el vóleybol fortalece las habilidades cognitivas de quienes lo practican, puesto que, conjuga la toma de decisiones, el reconocimiento de los distintos patrones de juego y la anticipación de los movimientos del equipo rival, con lo cual se activan la memoria operativa y la capacidad de análisis.

Asimismo, de acuerdo con Cartagena y Buitrago (2019), la capacidad de resolver bajo presión es otra habilidad cognitiva que el vóleybol ayuda a mejorar. De hecho, los jugadores enfrentan cada jugada como una nueva circunstancia que requiere ser solucionada en el menor tiempo posible, lo cual ayuda a mejorar la atención y el procesamiento de información.

Del mismo modo, según Fernández y Alonso (2020), el vóleybol potencia la habilidad para tomar decisiones en forma rápida y resolver eficazmente los problemas que se presenten, así como también, fomenta la agilidad mental y la creatividad, al igual que otros deportes.

La práctica del vóleybol contribuye significativamente a la activación de procesos mentales al interior, manifestándose en habilidades como la observación de las trayectorias (balón, oponentes, compañeros) y el uso de la memoria con el fin de favorecer la decisión que determine qué conducta tiene mayores posibilidades de éxito.

Otra manifestación de los aspectos neurocientíficos que explican las ocurrencias en el interior del ser humano, cuando se aprende, son las relativas al desarrollo neuronal y sinapsis cerebral que permite la maduración a partir de mayor cantidad de ejercitación y alimentación nutricionalmente balanceada (Díaz, 2024). Respecto de estas ideas, se afirma que, desde el área de educación física y el desarrollo de actividades predeportivas, estas conllevan a resultados provechosos para el desarrollo integral de los estudiantes. En este contexto, el estudiante miembro del equipo de vóleybol, aprende a destacar los elementos esenciales del juego para ponerlo en práctica de manera efectiva, beneficiando de esta manera potenciar el funcionamiento de su sistema nervioso.

En el aspecto socio cognitivo el vóleybol demanda que el estudiante atraviese procesos en los que se manifiesta la toma de decisiones, impactado en el desarrollo de su creatividad y paulatinamente adquiere mayores posibilidades de acertar en la conducta motriz elegida. Dicha conducta puede ser tomada a simple vista como una acción. Por el contrario, los dos procesos anteriores no pueden ser observados; pero son muy importantes, ya que condicionan la acción y modifican significativamente la parte intelectual de los estudiantes, al practicar el vóleybol. En relación con lo anterior, existen fundamentos sólidos si se revisa conceptualmente la neuro plasticidad; un término explicado desde las ciencias médicas que involucra la capacidad del cerebro, el cual, a través de la experiencia y el aprendizaje, logran cambios estructurales y funcionales en el sistema nervioso, sugiriéndose para ello realizar prácticas intensivas de algún deporte; aspectos que influyen en el rendimiento en general (Urdaneta, 2024).

En vista de que el vóleybol es un deporte de cancha reducida en la cual las acciones suceden en forma muy rápida, la concentración mental de los estudiantes al jugarlo resulta esencial. Además de ello, los procesos

involucrados en la toma de decisiones deben ser desarrollados al máximo en los estudiantes, dado que el docente de Educación Física dispone de tiempos de descanso muy cortos en cada set para dar las instrucciones respectivas a sus estudiantes. Al mismo tiempo, en el vóleybol se promueve el análisis crítico acerca de lo ocurrido durante los partidos y del desenvolvimiento de cada estudiante- jugador en la competencia, favoreciendo también el uso del pensamiento creativo. De hecho, mientras va aumentando la edad y la experiencia de los estudiantes del nivel secundario, el análisis crítico suele también ser mayor y, con ello, se promueve una mayor actitud analítica en dichos alumnos.

Del mismo modo, el vóleybol favorece la práctica de ejercicios motrices en distintos momentos del juego, afirma conductas libres y sin estereotipos predeterminados, promueve la práctica de diversos sistemas tácticos y fomenta el uso de la inteligencia al intentar crear y resolver diferentes problemas durante el juego. Como vemos, el entrenamiento y la competencia que el vóleybol exige promueven que los estudiantes apliquen su inteligencia de maneras cada vez más complejas y eficaces, en las decisiones que tome dentro del juego, como parte del equipo.

2.2.3. El vóleybol y el desarrollo socioemocional

Según el MINEDU (2016), la práctica del vóleybol es un deporte que fomenta el mejoramiento de las habilidades socioemocionales en los alumnos, ya que requiere de una interacción constante entre los jugadores. De hecho, al compartir responsabilidades y esforzarse por lograr un mismo objetivo, los miembros del equipo aprenden a relacionarse en forma adecuada.

El vóleybol brinda, además, diversas oportunidades para que los estudiantes desarrollen la resiliencia, que es la capacidad de sobreponerse ante las situaciones adversas y enfrentarlas con la mejor disposición y actitud, puesto que, los miembros del equipo aprenden a asimilar las derrotas y aprender de ellas.

Por otra parte, de acuerdo con Hernández y Cruz (2018), el vóleybol fomenta el desarrollo de habilidades socioemocionales como la comunicación, el liderazgo y el trabajo en equipo, así como también, la empatía, la capacidad de

resolver problemas y la coordinación. Además de lo anterior, el vóleybol incrementa el sentido de la disciplina y el manejo de las emociones, puesto que, los integrantes del equipo deben ser capaces de manejar los éxitos y las derrotas de la mejor manera, sin ver menoscabada su autoestima.

En resumen, la práctica del voleibol en la escuela contribuye a formar hábitos y cualidades importantes para el desarrollo socioemocional de los alumnos en el nivel secundario. Así, de acuerdo con Ventura (2020), dichos hábitos y/o cualidades son las siguientes:

- a) Desarrollar un sentido de cooperación con los demás miembros de su equipo, es decir, aprender a jugar en equipo.
- b) Desarrollar su capacidad de liderar, es decir, que desarrollen su liderazgo dentro del equipo.
- c) Aprender a mantener el juego limpio y la conducta ética.
- d) Cultivar el esfuerzo y el sacrificio, a fin de lograr todas las metas propuestas en conjunto.

2.2.4. El vóleybol y el desarrollo de la autonomía

La práctica del vóleybol, como hemos señalado a lo largo de este trabajo, fomenta el desarrollo de la autonomía en los educandos, dado que cada integrante del equipo asume la responsabilidad de las acciones que ejecuta en la cancha, durante el partido. De acuerdo con el MINEDU (2023), el vóleybol fomenta la autodisciplina y el autocontrol, pues la necesidad de tomar decisiones en el juego hace que los jugadores desarrollen una actitud proactiva y enfrentar retos dentro y fuera de la cancha. Asimismo,

Según lo expresado por Niño (2016), la práctica del vóleybol hace posible que los jugadores desarrollen aspectos cruciales, como la ética, la responsabilidad y la reflexión, las cuales son claves para el aprendizaje autónomo.

El deporte del vóleybol incentiva, pues, que los jugadores desarrollen su autonomía, mediante la toma de decisiones importantes respecto del juego y de las responsabilidades que se les confiere. Así, de acuerdo con Torres & Martínez (2019), los jugadores que practican deportes colectivos (como el vóleybol) desarrollan una mayor capacidad de organización al ser el vóleybol un deporte

colectivo, es claro que demanda un gran nivel de compromiso individual por parte de cada uno de los estudiantes miembros del equipo.

Por ello, es importante que los docentes del área de Educación Física sepan motivar a sus alumnos a comprometerse y tomar muy en serio su rol dentro del grupo que practica este deporte. Dicho de otro modo, ellos deben motivarlos a ser responsables y autónomos. De acuerdo con González (2022), el vóleybol es un deporte formativo para jóvenes de edades tempranas, quienes deben crear estrategias para lograr el objetivo deseado dentro del juego, y en el cual los jugadores deben comprometerse a trabajar para obtener el triunfo.

Como se puede observar, el vóleybol es un deporte que necesita ser practicado en la escuela, dentro del área de Educación Física, con estudiantes del nivel secundario, pues estos presentan fortalezas y oportunidades que deben ser explotadas a fin de que logren convertirse en ciudadanos competentes, con todas las herramientas necesarias para afrontar la vida adulta de manera exitosa y eficaz.

CONCLUSIONES

El vóleybol constituye una herramienta pedagógica crucial para potenciar otras áreas importantes en la formación del educando, lo cual contribuye al desarrollo formativo de los estudiantes del nivel secundario.

El vóleybol es un deporte ideal para desarrollar en los alumnos de educación secundaria habilidades cognitivas como la capacidad para tomar decisiones bajo presión, la resolución eficaz de conflictos, así como también, el fortalecimiento de la atención y la concentración, el fomento del análisis crítico y otros procesos cognitivos relevantes.

La práctica del vóleybol promueve diversos valores orientados al desarrollo socioemocional del estudiante, como lo son el respeto, la empatía, la resiliencia, la tolerancia y el autocontrol. Además, desarrolla en este la cooperación, la capacidad de liderazgo, la conducta ética, el esfuerzo y el sacrificio en aras de conseguir los objetivos deseados.

El vóleybol no es únicamente un deporte de recreación, sino también, constituye una disciplina educativa que pretende lograr la formación completa de los alumnos del nivel secundario, al incentivar a la vez su desarrollo físico, cognitivo y socioemocional. En ello radica su importancia como uno de los deportes más difundidos del mundo.

En tal sentido, se concluye que el vóleybol es una disciplina positiva para el desarrollo integral de los estudiantes, siendo importante fomentar no solo como disciplina deportiva, sino como estrategia didáctica de aprendizaje y desarrolladora de capacidades físicas, intelectuales y afectivas.

REFERENCIAS

- Aguilar, J., & Mujica, I. (2024). Efectos del programa corporeidad para la adquisición de competencias motrices básicas en escolares de educación primaria. *Revista Ciencias de la Actividad Física*. UCM, 25(1), 1-19. <https://doi.org/10.29035/rcaf.25.1.5>
- Arias, F. (2019). Investigación Teórica, Investigación Empírica E Investigación Generativa Para La Construcción De Teoría: *Precisiones Conceptuales*. https://www.researchgate.net/profile/Fidias-Arias-Odon-2/publication/335927792_Investigacion_teorica_investigacion_empirica_e_investigacion_generativa_para_la_construccion_de_teor%C3%ADa_Precisiones_conceptuales_1/links/5d8481d2299bf1996f7e550b/Investigacion-teorica-investigacion-empirica-e-investigacion-generativa-para-la-construccion-de-teoria-Precisiones-conceptuales-1.pdf
- Bertorello, A. (2008). Preparación física en el voleibol. Artículo. *Revista Digital - Buenos Aires - Año 13 - N° 122 - Julio de 2008*. <https://www.efdeportes.com/efd122/preparacion-fisica-en-el-voleibol.htm>
- Calvo, A.; Cuenca, V.; Lezcano, F.; Santucho, M.; Pucheta, R.; Ferratto, A. & Ricarte, T. (2017). *Didáctica del voleibol: estudio sobre teorías implícitas que utilizan los Profesores en Escuelas*. Trabajo de investigación. Repositorio Institucional de la UNLP. Universidad Nacional de La Plata. Buenos Aires, Argentina. https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.10157/ev.10157.pdf
- Cartagena, E., & Buitrago, J. (2019). Influencia del líbero en el vóleibol de alto rendimiento. *Revista Digital: Actividad Física y Deporte*, 6(1), 43-57. <https://doi.org/10.31910/rdafd.v6.n1.2020.1424>
- Cores, N. (10 de noviembre de 2021). "El voleibol refuerza el concepto de cooperación y trabaja la capacidad de sacrificio, superación y constancia". Artículo. Diario 20 minutos. España. <https://www.20minutos.es/salud/ejercicios/el-voleibol-refuerza-el-concepto-de-cooperacion-y-trabaja-la-capacidad-de-sacrificio-superacion-y-constancia-4881384/>

- Creswell, J. (2013). *Investigación Cualitativa y Diseño Investigativo*. Libro. <https://academia.utp.edu.co/seminario-investigacion-II/files/2017/08/INVESTIGACION-CUALITATIVACreswell.pdf>
- Díaz, J. (2024). BRAINBOOST: Neurociencia, hábitos de vida e inteligencia emocional aplicadas a la docencia para la mejora del proceso enseñanza-aprendizaje. [Proyecto de Innovación, Universidad de Granada]. Repositorio. <https://hdl.handle.net/10481/91772>
- Ensenada, Argentina. Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Departamento de Educación Física. En Memoria Académica. http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.12813/ev.12813.pdf
- Escobar, M., & Pérez, L. (2017). Efectos del voleibol en el desarrollo físico de los adolescentes. *Revista de Educación Física y Deporte*, 8(3), 145-152.
- Fernández, P., & Alonso, M. (2020). Habilidades cognitivas en deportes de equipo: análisis y desarrollo en jóvenes atletas. *Revista de Psicología del Deporte*, 12(1), 45-59. <https://doi.org/10.1007/s10566-019-09534-6>
- González, H. (29 de octubre de 2022). "El voleibol refuerza el concepto de cooperación y trabaja la capacidad de sacrificio, superación y constancia". Periódico digital Noticias Deportivas. Lara, Venezuela. <https://noticiasdeportivas.com.ve/2022/10/29/el-voleibol-refuerza-el-concepto-de-cooperacion-y-trabaja-la-capacidad-de-sacrificio-superacion-y-constancia/>
- Krause, M. (1995). La investigación cualitativa: un campo de posibilidades y desafíos. *Artículo. Revista Temas de educación nº 7, año 1995, pp. 19-39*. https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w23896w/inv_cualitat_krause.pdf
- Lezcano, F., & Cuenca, V. (2019). Una mirada pedagógica al deporte Vóleibol como contenido educativo. In *XIII Congreso Argentino y VIII Latinoamericano de Educación Física y Ciencias (Ensenada, 30 de septiembre al 4 de octubre de 2019)*. https://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/85953/Documento_completo.pdf-PDFA.pdf?sequence=1
- Machuca, et al. (2024). *El vóleibol y su importancia de practicarlo en el ámbito escolar*.

- MINEDU (2010). *La educación física en el centro de educación básica especial (CEBE) - Guía de orientaciones*. Ministerio de Educación del Perú. <https://www.minedu.gob.pe/educacionbasicaespecial/pdf/la-educacion-fisica.pdf>
- MINEDU (2016). *Diseño Curricular Nacional*. Ministerio de Educación del Perú. <https://www.ugelsanchezcarrion.gob.pe/wordpress/wpcontent/uploads/2019/06/programa-secundaria-17-abril.pdf>
- MINEDU (2023). *La educación física en el centro de educación básica especial (CEBE) - Guía de orientaciones*. Ministerio de Educación del Perú. <https://www.minedu.gob.pe/educacionbasicaespecial/pdf/la-educacion-fisica.pdf>
- Navarro, S. (2024). *Nivel de aprendizaje de técnicas de vóley en estudiantes del cuarto año de la Institución Educativa N° 20325, año 2023*. Tesis. Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión. Facultad de Educación. Escuela Profesional de Educación Física y Deportes. Huacho, Perú. <https://repositorio.unifsc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14067/9563/TESES.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Niño, A. (2016). *El voleibol, un instrumento educativo*. Universidad Libre de Colombia. Trabajo de grado. Repositorio UniLibre. <https://hdl.handle.net/10901/22974>
- Sabino, C. (1992). *El proceso de investigación*. Libro. Ed. Panapo, Caracas, 1992, 216 págs. https://paginas.ufm.edu/sabino/ingles/book/proceso_investigacion.pdf
- Samudio, L.; Sarmiento, J.; Cruz, W. & Celis, J. (2023). Explosividad y agilidad en adolescentes voleibolistas de sexo femenino. *Revista Peruana de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9155818>
- Sousa, V.; Driessnack, M. & Costa, I. (2007). *Revisión De Diseños De Investigación Resaltantes Para Enfermería. Parte 1: Diseños De Investigación Cuantitativa*. <https://www.scielo.br/J/Rlae/A/7zmf8xyypc67vgprxvrvfgdx/?La>

[ng=Es#:~:Text=Dise%C3%B1os%20no%20experimentales%20no%20tienes,Realizar%20este%20tipo%20de%20estudio](#)

Torres, M., & Martínez, S. (2019). El papel de los deportes de equipo en el desarrollo de la autonomía en jóvenes. *Revista de Ciencias del Deporte*, 29(4), 125-136.

Universidad de Pamplona (2015). *Vóleibol*. Facultad de Estudios a Distancia. Programas de Estudio a Distancia. https://www.unipamplona.edu.co/unipamplona/portallG/home_109/recursos/octubre2014/educacionfisica/semestre9/09092015/modulovoleibol.pdf

Urdaneta, E. (2024). Programa de intervención cognitiva para aumentar la neuroplasticidad en infantes deportistas: cognitive intervention program to increase neuroplasticity in children who are athletes. *Psiquis uba*, 5(1), 37-47. <https://revistasuba.com/index.php/PSIQUISUBA/article/view/962>

Uribarri, B. (2024). *El vóleibol como actividad extraescolar en educación primaria*. Trabajo de fin de grado. Facultad de Educación de Palencia, Universidad de Valladolid. Valladolid, España. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/69784/TFG-L3913.pdf?sequence=1>