



UTMACH

UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS SOCIALES

CARRERA DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN MENCIÓN
CULTURA FÍSICA

LA PRÁCTICA DEL VOLEIBOL Y SU INFLUENCIA EN EL
FORTALECIMIENTO FÍSICO, PSICOLOGICO EN ESTUDIANTES Y
DOCENTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS

HEREDIA ROMERO VICTOR FERNANDO

MACHALA
2016



UTMACH

UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS SOCIALES

CARRERA DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN MENCIÓN
CULTURA FÍSICA

LA PRÁCTICA DEL VOLEIBOL Y SU INFLUENCIA EN EL
FORTALECIMIENTO FÍSICO, PSICOLOGICO EN ESTUDIANTES Y
DOCENTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS

HEREDIA ROMERO VICTOR FERNANDO


MACHALA
2016

Nota de aceptación:

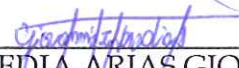
Quienes suscriben RIVAS CUN HECTOR IVAN, AGUINDA CAJAPE VICENTE ANDERSON y HEREDIA ARIAS GIOVANNI JESUS, en nuestra condición de evaluadores del trabajo de titulación denominado LA PRÁCTICA DEL VOLEIBOL Y SU INFLUENCIA EN EL FORTALECIMIENTO FÍSICO, PSICOLOGICO EN ESTUDIANTES Y DOCENTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS, hacemos constar que luego de haber revisado el manuscrito del precitado trabajo, consideramos que reúne las condiciones académicas para continuar con la fase de evaluación correspondiente.




RIVAS CUN HECTOR IVAN
0702502097
ESPECIALISTA 1



AGUINDA CAJAPE VICENTE ANDERSON
1711561355
ESPECIALISTA 2



HEREDIA ARIAS GIOVANNI JESUS
0703803254
ESPECIALISTA 3



PEREIRA VALDEZ MARTHA JUDITH
0704705243
ESPECIALISTA SUPLENTE

Machala, 22 de septiembre de 2016

Urkund Analysis Result

Analysed Document: HEREDIA ROMERO VICTOR FERNANDO 1.pdf (D21170779)
Submitted: 2016-07-22 23:32:00
Submitted By: fercho_elmaster@hotmail.com
Significance: 6 %

Sources included in the report:

TESIS ANGEL EDUARDO VALVERDE BENAVIDEZ.doc (D15518649)

Instances where selected sources appear:

1

CLÁUSULA DE CESIÓN DE DERECHO DE PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO DIGITAL INSTITUCIONAL

El que suscribe, HEREDIA ROMERO VICTOR FERNANDO, en calidad de autor del siguiente trabajo escrito titulado LA PRÁCTICA DEL VOLEIBOL Y SU INFLUENCIA EN EL FORTALECIMIENTO FÍSICO, PSICOLOGICO EN ESTUDIANTES Y DOCENTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS, otorga a la Universidad Técnica de Machala, de forma gratuita y no exclusiva, los derechos de reproducción, distribución y comunicación pública de la obra, que constituye un trabajo de autoría propia, sobre la cual tiene potestad para otorgar los derechos contenidos en esta licencia.

El autor declara que el contenido que se publicará es de carácter académico y se enmarca en las disposiciones definidas por la Universidad Técnica de Machala.

Se autoriza a transformar la obra, únicamente cuando sea necesario, y a realizar las adaptaciones pertinentes para permitir su preservación, distribución y publicación en el Repositorio Digital Institucional de la Universidad Técnica de Machala.

El autor como garante de la autoría de la obra y en relación a la misma, declara que la universidad se encuentra libre de todo tipo de responsabilidad sobre el contenido de la obra y que él asume la responsabilidad frente a cualquier reclamo o demanda por parte de terceros de manera exclusiva.

Aceptando esta licencia, se cede a la Universidad Técnica de Machala el derecho exclusivo de archivar, reproducir, convertir, comunicar y/o distribuir la obra mundialmente en formato electrónico y digital a través de su Repositorio Digital Institucional, siempre y cuando no se lo haga para obtener beneficio económico.

Machala, 22 de septiembre de 2016



HEREDIA ROMERO VICTOR FERNANDO
0705389427

RESUMEN

El objetivo de este trabajo fue de demostrar como la práctica del voleibol influye en el fortalecimiento físico, psicológico de estudiantes y docentes de las unidades educativas. Destacando como esta actividad físico-deportiva es muy importante en los proceso de enseñanza-aprendizaje.

Este estudio fue realizado a partir de una investigación bibliográfica a través artículos científicos, revista y libros que nos permitan certificar la valides de este documento.

Esto permitió demostrar que la práctica del voleibol, que se realiza dentro de las instituciones educativas. Genera beneficios tanto fisiológicos como psicológicos a partir del entrenamiento físico y la aplicación de los fundamentos técnicos del voleibol que se ejecutan en las sesiones de educación física, y demostrándonos que esta actividad deportiva influye de forma directa en el fortalecimiento físico, como también promueven aspectos psicológicos por ser un deporte lógico en donde la parte psicológica es fundamental.

Esto significa que sin duda el voleibol por ser uno de los deportes más completos que existe tiene la capacidad de fomentar y promover aspectos positivos en la formación integral de estudiantes.

PALABRAS CLAVE: físico-deportiva, fortalecimiento físico, psicología, voleibol, enseñanza-aprendizaje, entrenamiento físico, formación integral, fisiológicos.

INDICE

RESUMEN	1
INDICE	2
INTRODUCCIÓN	3
DESARROLLO	4
BENEFICIOS DEL VOLEIBO	4
IMPORTANCIA DEL VOLEIBOL	5
FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL VOLEIBOL	5
Toque de Dedos	6
El Saque	6
El Remate	7
Bloqueo	7
FORTALECIMIENTO FÍSICO	8
CAPACIDADES FISICAS QUE SE FORTALECEN CON EL VOLEIBOL	8
La Fuerza	8
La Fuerza-Velocidad (Explosiva)	9
La Resistencia	9
FORTALECIMIENTO PSICOLOGICO EN EL VOLEIBOL	10
PAPEL DEL PROFESOR DE EDUCACION FISICA Y EL ENTRENADOR DE VOLEIBOL	12
Profesor De Educación Física	12
Entrenador De Voleibol	12
CONCLUSIONES O CIERRE	14
BIBLIOGRAFÍA	15

INTRODUCCIÓN

En el proceso de enseñanza aprendizaje están inmersas las actividades deportivas, como un instrumento que beneficia a los estudiantes en distintos ámbitos tanto físicos-psicológicos. Dentro de estas actividades deportivas encontramos al voleibol como una buena alternativa. Pero la poca importancia que se le da este deporte y el escaso impulso que brindan las instituciones educativas al no fomentar la práctica de esta disciplina. Involucrando en el tema así mismo a los profesionales de Educación Física a que fomenten actividades rutinarias que no generen nuevas experiencias tanto físicas como psicológica.

Por lo que es primordial como objetivo, demostrar como el voleibol influye en el fortalecimiento físico, psicológico en estudiantes y docentes de las unidades educativas. Permittiéndonos saber cómo este deporte lógico-racional a través de sus fundamentos técnicos y tácticos nos permite desarrollarnos física, psicológicamente.

De tal forma que la práctica del voleibol con matices formativos aplicado dentro de las unidades educativas en particular a los estudiantes sea parte esencial de su formación y que esta actividad fomente multiplex beneficios como el interrelacionarse con los demás, mejorando también su condición física e incluso su salud mental como parte fundamental de la formación integral ya que el estudiante es una unidad dialéctica del cuerpo con la mente. Demostrando así la importancia por ser uno de los deportes más completos.

DESARROLLO

BENEFICIOS DEL VOLEIBO

El voleibol es muy beneficioso, por ser uno de los deportes más completos en el que intervienen muchas partes de nuestro cuerpo, al igual que otros deportes como el fútbol, el baloncesto entre otros. Con la capacidad de generar múltiples beneficios, experiencias tanto sociales, cognitivas y fisiológicas. “Su práctica, especialmente grupal, aunque también individual, es un ámbito que potencialmente contribuye a la educación integral de la persona de forma singular. La singularidad consiste en que inciden en las dimensiones cognitivas, afectivas, sociales, éticas y por supuesto motrices” (Torres, 2012, p.4). Que son muy importantes tanto en el desarrollo integral de estudiantes y chicos que practiquen esta disciplina deportiva permitiéndoles crecer como personas y deportistas de tal manera que puedan tener un futuro prometedor.

Pero vale enmarcar que el voleibol como deporte que genera mucha actividad motriz en el cual se involucran múltiples partes del cuerpo tiene la capacidad de proporcionar beneficios en las personas que lo practican dentro de las unidades educativas o de forma profesional. Castañeda y Campos (2012) afirma. “Están relacionados con la mejora de la salud y la estética, el disfrute y las relaciones sociales” (p.57). Que es parte fundamental del ser humano tener buena salud física y mental, garantizando así un largo periodo de vida que es lo que en este tiempo la mayoría de las personas busca ya que la vida está perturbada por malos vicios.

Pero también debemos darnos cuenta que esta disciplina deportiva no solo tiene beneficios en la salud y que su aplicación dentro de las unidades educativas puede ser muy productiva por ser un deporte en el que la parte lógica es fundamental, permitiendo así que los estudiantes que lo practican obtengan. “Los beneficios psicológicos, fisiológicos y sobre todo emocionales” (Bermúdez, 2015, p.3). Que contribuyen de forma positiva en la formación como persona. Demostrándonos que la práctica del voleibol es más provechosa

realizarla en etapas tempranas para que todos aspectos antes mencionados perduren durante toda su vida estudiantil y profesional

IMPORTANCIA DEL VOLEIBOL

En el proceso de enseñanza-aprendizaje es muy importante la práctica de deportes colectivos ya que estos deportes permiten una mejor interrelación social garantizando así que los estudiantes puedan sentirse en confianza, librándolos de tensiones y facilitando su aprendizaje. “La enseñanza basada en el juego generan climas motivacionales óptimos lo cual puede repercutir de forma positiva en las clases de Educación Física” (Báguena, Sevil, Julián, Murillo y García, 2014, p.250). Uno de estos deportes colectivos es el voleibol su importancia radica en que es un deporte lógico y racional, que a través de sus fundamentos técnicos básicos como el voleo, la recepción, el saque, remate y bloqueo te enseña a desarrollar estas habilidades tanto físicas como psíquicas. Estos gestos técnicos siempre van acompañados con la práctica de valores y aptitudes, que repercuten de buena manera en los estudiantes, enseñando liderazgo, honestidad adquiriendo habilidades para trabajar en equipo.

FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL VOLEIBOL

Dentro del voleibol y otras disciplinas deportivas los fundamentos técnicos son parte fundamental, permitiendo así que la correcta ejecución de estos repercuta en un buen desempeño dentro del campo de juego. Por lo que estos gestos técnicos al igual que el trabajo físico son esenciales en la enseñanza de este deporte, de tal forma que la aplicación de estos fundamentos técnicos generen multiplex beneficios en los estudiantes contribuyendo a mejorar sus destrezas y habilidades.

Núñez (2011) afirma:

El voleibol es un deporte de exigencias y particularidades complejas, alcanzar un elevado nivel en el dominio de sus variados elementos técnicos debe suponer para entrenador y practicantes un profundo conocimiento, interacción y práctica sistemática con su naturaleza. Programar metodologías de enseñanza, ejercicios y actividades individuales, de grupo y equipo en los entrenamientos que tomen como punto de partida estas premisas y que continuamente la acerquen a sus manifestaciones reales en la competencia. (p.1)

Esto nos da a entender que la enseñanza de estos fundamentos tiene que estar muy bien direccionada, haciendo prioridad en la correcta ejecución de estos gestos técnico. Analizando mas esta cita nos damos cuenta que el practicar estos fundamentos-técnico del voleibol aportan aspectos positivos a estudiantes o deportistas fomentando en ellos el compañerismo, la socialización al realizar entrenamientos en grupo o en equipos.

Toque de Dedos

El balón se pasa utilizando suavemente las manos, por encima de la cabeza y con las yemas de los dedos hacia arriba; impulsándolo en la dirección deseada pero sin agarrarlo ni lanzarlo.

El Saque

Dentro de la formación en la enseñanza del voleibol, el saque considerado como la primera forma de ataque por ser un elemento muy eficaz en la obtención de puntos, pero para tener un buen saque tenemos que las siguientes cualidades colocación, seguridad y potencia que nos permitan una buena ejecución en el saque. “El saque es sin lugar a duda una puesta en juego del balón” (Arias, Álvarez, Domínguez, García y Moreno, 2011, p.722). Esta es una acción técnico-táctica de la cual su eficacia es muy importante para ganar un partido de voleibol. Este fundamento a través de sus variantes como el saque de tenis, flotante y en suspensión al practicarlos o ejecutarlos ayuda mucho en el fortalecimiento físico de los estudiantes.

El Remate

Es el elemento más complejo del voleibol, ya que se debe resolver en el aire. En este remate se centra toda la acción ofensiva del equipo, siendo su objetivo conseguir el tanto o recuperar el balón, esta acción en el voleibol es primordial porque la correcta ejecución puede definir un partido. El remate tiene que ser potente y dirigido a la zona donde cause más problemas en el equipo contrario.

El remate del vóleibol, considerado éste como el elemento con el cual culmina la fase ofensiva de una jugada. Es por ello que requiere de una alta coordinación espacio-temporal a fin de estar en el espacio y tiempo acordado, con antelación y su desarrollo adecuado depende de una gran cantidad de variables que deben ser desarrolladas de manera conjunta. (Sánchez, 2013, p.1)

Con el trabajo de fuerza y resistencia generando un lazo que nos permita realizar un buen remate. El trabajo de este gesto tecnico el remate tambien permite en estudiantes o personas que practiquen este deporte fortalecer la parte fisica, por el gran esfuerzo fisico que se realiza para perfeccionar esta tecnica en el voleibol. En el es esencial tener tambien una capacidad cognitiva.

Bloqueo

El bloqueo, es la acción de los jugadores cerca de la red para interceptar, por encima del borde superior de la red, el balón proveniente del campo adversario.

Solamente se permite a los jugadores delanteros completar un bloqueo.

Tipos de bloqueo:

Tentativa de bloqueo:

Una tentativa de bloqueo es la acción de bloquear sin tocar el balón.

Bloqueo consumado:

Un bloqueo es consumado cuando el balón es tocado por bloqueador.

Bloqueo colectivo:

Un bloqueo colectivo es ejecutado por dos o tres jugadores colocados uno cerca de los otros y se consume cuando uno de ellos toca el balón.

FORTALECIMIENTO FÍSICO

Es un factor fundamental en la práctica de los deportes y mucho más en el voleibol por ser una disciplina deportiva completa. Ya que su exigencia física es muy amplia al tener que pasar de la defensa al ataque realizando movimientos dentro de todo el campo de juego. Muñoz, Crespo, Grijota, Iglesias y Robles (2016) afirma. “Es un factor fundamental que permite al jugador de voleibol mantener un comportamiento técnico-táctico-competitivo óptimo y eficiente durante el partido y a lo largo de toda la temporada” (p.77). Pero este aspecto no solo es favorable para el voleibol, también permite que nuestro organismo se fortalezca brindándonos un bienestar tanto físico como saludable. Este fortalecimiento sin duda es importante en la formación de los estudiantes que practican el voleibol, ya que estos están en pleno desarrollo de sus segmentos musculares y esto se puede adaptar a actividades físico-deportivas con total normalidad. Generando en estos chicos una sensación de bienestar y alegría.

CAPACIDADES FISICAS QUE SE FORTALECEN CON EL VOLEIBOL

La Fuerza

La práctica del voleibol genera multiplex beneficios, como el fortalecimiento de las capacidades físicas que se desarrollan durante el entrenamiento y mediante la práctica de esta disciplina deportiva, proporcionando así un mejor estado físico para este deporte. A que nos referimos cuando hablamos de fuerza. “Se refiere a la capacidad de los músculos para desarrollar una tensión y vencer una resistencia externa” (García y Pérez , 2013, p.1). Permitiendo así que nuestro tren inferior y tren superior estén actos para realizar los saltos,

remates y bloqueos que son fundamentales en el voleibol. Por lo que es muy recomendable realizar ejercicios con mancuernas mediante ejercicios de manera frontal, lateral y de espalda así mismo el trabajo pliométrico mejorar estos segmentos musculares.

Así mismo dentro del voleibol el trabajo de la fuerza permite que se fortalezca los segmentos musculares del tren inferior que es muy importante para realizar el salto y los desplazamientos dentro del campo de juego garantizando así tener un buen salto vertical del cual se debe tener muy en cuenta como mejorarlo. “Para mejorar el rendimiento en el salto vertical (SV), los jugadores de voleibol deben realizar entrenamiento con cargas específico para voleibol” (García, Sánchez y González, 2016, p.140). Esto nos da a entender que los trabajos deben ser combinados con saltos y realizando trabajos de fuerza. Permitiendo que el musculo no solo sea fuerte sino que también sea rápido. Pero siempre y cuando exista una buena planificación muy bien direccionado con profesionales expertos en la materia.

La Fuerza-Velocidad (Explosiva)

Al hablar de esta capacidad, nos estamos refiriendo a una combinación muy explosiva que es parte fundamental en el voleibol ya que este deporte no mantiene un ritmo definido si no que varía mucho, según la dirección que tome el encuentro demostrándonos ser un deporte muy exigente . Fenoll y Tirado (2013) afirma. “(fuerza x velocidad = potencia). La potencia representa el ingrediente esencial en los movimientos específicos, tales como aceleración y desaceleración” (p.31). Permitiéndole al deportista tener la capacidad de defender y atacar (receptar, bloquear y rematar) en cuestión de minutos, a través de los gestos técnicos a su máxima velocidad. Por lo que es esencial tener que desarrollar la potencia en esta disciplina de forma específica en todos nuestros segmentos musculares garantizando un óptimo desarrollo.

La Resistencia

Tiene la capacidad de dotar al organismo de una buena resistencia física y mental. Considerada como la base de todas las capacidades físicas. Tanto así que para comenzar cualquier tipo de entrenamiento se hace necesario crear una base aeróbica en nuestro organismo y eso solo logra con el desarrollo de la resistencia. Salfrán y Figueredo (2012) afirma:

La capacidad de resistencia permite al hombre crear las condiciones básicas para realizar actividades físico deportivas, mientras mayores posibilidades tenga un organismo para intercambiar el oxígeno a nivel intracelular, entonces mayor será el tiempo del cual dispondrá para continuar ejercitando sus músculos, por ende, más se tardará la aparición y presencia del cansancio o fatiga muscular. Cuando realizamos ejercicios destinados al desarrollo de la resistencia elevamos considerablemente la eficacia de nuestros sistemas y órganos, bioquímicamente se incrementan las reservas mitocondriales, lo que trae como resultado mayores posibilidades para contrarrestar los niveles de cansancio y mayor capacidad para resistir a esfuerzos físicos prolongados, aspecto este sumamente importante en el mundo del deporte competitivo.(p.1-2)

Dentro de la práctica deportiva y el entrenamiento deportivo la resistencia cobra un papel fundamental en el voleibol, por su alto desgaste físico y porque en esta disciplina no existe un tiempo determinado como en el futbol o el baloncesto por lo que un partido de voleibol se puede prolongar durante horas. Generando muchas veces fatigas musculares en deportista que no han trabajado bien las condiciones física.

FORTALECIMIENTO PSICOLOGICO EN EL VOLEIBOL

El voleibol a más de generar movimiento motriz y fortalecimiento físico tiene la capacidad de favorecer también en el fortalecimiento psicológico en los que encontramos el fortalecimiento del auto estima, el aumento de la sensación de control, la mejora de la autoconfianza y la mejora del funcionamiento mental entre otros. Que son muy importante en estos tiempos, la parte psicológica se puede aplicar en distintos campos. Cervelló (2010) afirma:

Abarca un abanico de campos de aplicación entre los que cabe destacar: el deporte para jóvenes, las organizaciones deportivas, el deporte en la escuela, el deporte profesional, el deporte en personas mayores, el deporte recreacional y de salud, deportistas lesionados, deportistas con discapacidad y, entre otros. (p.1)

Esto nos permite entender que la parte psicológica forma parte importante en distintos ámbitos teniendo la capacidad de ayudar a superar traumas que a través del deporte y mediante su aplicación se pueda generar otro tipo de pensamiento mucho más saludable que permitan deshacerse de sus problemas.

En los estudiantes que practican el voleibol, es muy favorable esta disciplina porque genera aspectos positivos en el proceso de formación que ellos se encuentran. Brindándoles un bienestar psicológico por tratarse de ser un deporte colectivo proporcionándoles aspectos sociales, valores y actitudes, además el voleibol. “Suele centrar preferentemente en los aspectos educativos y de desarrollo saludable, pero además puede conllevar objetivos que buscan la tecnificación para un posible alto rendimiento posterior” (Cantón, 2010, p.236). Esto nos demuestra que el voleibol no solo se centra como un deporte mas en el proceso de enseñanza-aprendisaje o como una alternativa para desarrollara la parte psicologica de los estudiantes. Sino que tambien nos lleva a alcanzar otros objetivos como el profesionalismo y el alto rendimiento.

Esta disciplina tambien tiene la capacidad de generar aspectos sociales no solo dentro de las instituciones educativas sino tambien fuera de ellas a traves de sus fundamentos tecnicos y tacticos . “Ayuda a tener más amigos, a conocer a más personas; tener más comunicación con sus compañeros de juego y a cooperar con su equipo” (Reynaga, et al., 2016, p.206). Que son parte fundamental en la vida del ser humano en su correcta formacion como una persona de bien permitiendole alcanzar todas las metas que este ser humano se trase a futuro.

PAPEL DEL PROFESOR DE EDUCACION FISICA Y EL ENTRENADOR DE VOLEIBOL

Profesor De Educación Física

En el proceso de enseñanza aprendizaje el profesor de educación física cumple un rol muy importante, que es impartir su conocimiento el que ha obtenido mediante su largo tiempo de estudio. Abarcando un amplio conocimiento en los diferentes deportes y actividades, educando y preparando a los estudiantes mediante los contenidos y prácticas deportivas. Romero, Zurita.O y Zurita.M (2010) afirma. “Asume funciones de guía, orientador, asesor y facilitador de recursos para el aprendizaje activo” (p.261). Por lo que dentro del proceso de enseñanza su conocimiento debe ser muy amplio, este debe abarcar desde el conocimiento científico y practico de los deportes. Esto permite que la enseñanza de las actividades deportivas, en este caso del voleibol sea direccionada de una forma educativa. Tratando que se relacione siempre la parte deportiva con los aspectos educativos y psicológicos que permitan un desarrollo integral en los estudiantes.

Entrenador De Voleibol

El entrenador de voleibol y el profesor de educación física tienen los mismos conocimientos pero con muy pocas diferencias que a la hora de la enseñanza del voleibol no se las identifica pero el lugar y el contexto donde lo realiza si varia, ya que el uno lo realiza en una institución educativa y el otro dentro de un club o centro deportivo. “El modelo de enseñanza táctico y el liderazgo democrático-permisivo, así como dirigir al grupo con autoridad son esenciales para educar a los jóvenes” (Viciana, Mayorga, Ruíz y Blanco, 2016, p.17). Esto nos permite entender que el profesor de educación física y el entrenador de voleibol cumplen roles similares estos tienen que ver con ser un guía, promover el respeto, fomentar el compañerismo y además ser un facilitador siempre buscando formas y métodos de enseñanza que puedan llegar al estudiante así facilitar el aprendizaje de esta disciplina deportiva.

Pero la diferencia que hay entre el entrenador de voleibol y el profesor de educación física, es que cumple una función mucho más específica busca una formación más completa en los deportistas de esta disciplina ya no de una forma educativa, si no que buscando la competitividad o el alto rendimiento.

CONCLUSIONES O CIERRE

- Este trabajo demuestra como la práctica del voleibol, dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje beneficia en gran medida en los aspectos físicos y psicológicos dotando a los estudiantes nuevas experiencias y sensaciones.
- Por lo tanto dentro de las instituciones educativas, el deporte en este caso el voleibol genera salud física como salud mental como parte de la formación integral de los estudiantes.
- Hay que dejar en claro que muchos autores plantearon, que en la práctica del voleibol se desarrollan muchos aspectos psicológicos entre estos tenemos los valores morales como la cooperación, la honestidad, el trabajo en equipo y también aspectos sociales.

BIBLIOGRAFÍA

- Castañeda Vázquez, C., y Campos Mesa, M. (2012). Motivación de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación (Universidad de Sevilla) hacia la práctica de actividad físico-deportiva. *DIALNET*, 57.
- Reynaga Estrada, P., Arévalo Vázquez, E. I., Verdesoto Gáneas, Á. M., Jiménez Ortega, I. M., Preciado Serrano, L., y Morales Acosta, J. J. (2016). Beneficios psicológicos de la actividad física en el trabajo de un centro educativo. *DIALNET*, 206.
- Salfrán Vergara, C. M., y Figueredo Salfran, Y. (2012). La resitencia como capacidad condicional en el voleibol. *DIALNET*, 1-2.
- Sánchez, J. (2013). Acción de la articulación glenohumeral en el remate del vóleibol. *sedici.unlp.edu.ar*, 1.
- Arias A., G., Álvarez, F. D., Domínguez A, M., García González, L, y Moreno Arroyo, M.P. (2011). Análisis de la eficacia del saque de voleibol en categoría de formación. *Rev.int.med.cienc.act.fís.deporte*, 722.
- Báguena Mainar, J. I., Sevil Serrano, J., Julián Clemente, J. A., Murillo Pardo, B., y García González, L. (2014). El aprendizaje del voleibol basado en el juego en Educacion Fisica y su efecto sobre variables motivacionales situacionales. *DIALNET*, 250.
- Bermúdez Torres, C. (2015). Implicaciones educativas de los beneficios de la actividad físico-deportiva. *DIALNET*, 3.
- Bofarull de Torrents, I. (2014). Deportividad en el Deporte escolar y curricular. *DIALNET*, 52.
- Cantón Chirivella, E. (2010). Psicología del deporte. *DIALNET*, 236.
- Cervelló Gimeno, E. M. (2010). La psicología del deporte en las ciencias del deporte. *DIALNET*, 1.
- Fenoll, J, F., y Tirado, JL, S. (s,f de junio de 2013). RELACIÓN ENTRE EL CMJ Y CAMBIOS DE DIRECCIÓN EN DEPORTES COLECTIVOS . *RICCAF*, 31. Obtenido de <http://www.efdeportes.com/efd134/confusion-terminologica-la-fuerza-muscular.htm>
- García Asencio, C., Sánchez Moreno, M., y González Badillo, J. J. (2016). Entrenamiento combinado de fuerza y ejercicios de saltos, efectos sobre el rendimiento en el salto

vertical en un grupo de alto nivel de jugadores de voleibol durante una temporada completa de competición. *DIALNET*, 140.

García Cantó, E., y Pérez Soto, J. J. (Febrero de 2013). *www.efdeportes.com*. Obtenido de <http://www.efdeportes.com/efd177/entrenamiento-de-la-fuerza-y-la-resistencia.htm>

Muñoz Marín, D., Crespo Coco, M. C., Grijota Pérez, F. J., Iglesias Sánchez, P. J., y Robles Gil, M. C. (2016). Evaluación antropométrica y de condición física en jugadores de voleibol en edad escolar. Diferencias entre sexos. *DIALNET*, 77.

Núñez Rabre, M. (2011). El carácter complejo del entrenamiento de voleibol y sus premisas en la iniciación deportiva. *DIALNET*, 1.

repositorio.uta.edu.ec. (2014). EL APRENDIZAJE DEL VOLEIBOL BASADO EN EL JUEGO EN EDUCACIÓN FÍSICA Y SU EFECTO SOBRE VARIABLES MOTIVACIONALES SITUACIONALES. *DIALNET*, 255.

Romero Cerezo, C., Zurita Ortega, F., y Zurita Molina, F. (2010). La autonomía y orientación en el Espacio Europeo de Educación Superior mediante el portafolio y la tutoría. *Universidad de Navarra*, 261.

Salfrán Vergara, C. M., y FigueredoSalfran, Y. (2012). La resistencia como capacidad condicional en el voleibol. *DIALNET*, 2.

Torres Guerrero, J. (2012). EL DEPORTE EN EDAD ESCOLAR COMO HECHO EDUCATIVO. *DIALNET*, 4.

Viciano Ramírez, J., Mayorga Vega, D., Ruíz Ruíz, J., y Blanco Vega, H. (2016). La comunicación educativa de entrenadores de fútbol en competición. *DIALNET*, 17.



MISIÓN

La Universidad Técnica de Machala es una institución de educación superior orientada a la docencia, a la investigación y a la vinculación con la sociedad, que forma y perfecciona profesionales en diversas áreas del conocimiento, competentes, emprendedores y comprometidos con el desarrollo en sus dimensiones económico, humano, sustentable y científico-tecnológico para mejorar la producción, competitividad y calidad de vida de la población en su área de influencia.

VISIÓN

Ser líder del desarrollo educativo, cultural, territorial, socio-económico, en la región y el país.