



UNIVERSIDAD
POLITÉCNICA
DE MADRID

PROCESO DE
COORDINACIÓN DE LAS
ENSEÑANZAS PR/CL/001



Facultad CC. Actividad Física y
Deporte

ANX-PR/CL/001-01

GUÍA DE APRENDIZAJE

ASIGNATURA

115100134 - Aplicación Deportiva I: Voleibol

PLAN DE ESTUDIOS

11AF - Grado En Ciencias De La Actividad Física Y Del Deporte

CURSO ACADÉMICO Y SEMESTRE

2025/26 - Primer semestre

Índice

Guía de Aprendizaje

1. Datos descriptivos.....	1
2. Profesorado.....	1
3. Competencias y resultados de aprendizaje.....	2
4. Descripción de la asignatura y temario.....	3
5. Cronograma.....	5
6. Actividades y criterios de evaluación.....	9
7. Recursos didácticos.....	13
8. Otra información.....	13

1. Datos descriptivos

1.1. Datos de la asignatura

Nombre de la asignatura	115100134 - Aplicación Deportiva I: Voleibol
No de créditos	6 ECTS
Carácter	Optativa
Curso	Cuarto curso
Semestre	Séptimo semestre
Período de impartición	Septiembre-Enero
Idioma de impartición	Castellano
Titulación	11AF - Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Centro responsable de la titulación	11 - Facultad Cc. Actividad Física Y Deporte
Curso académico	2025-26

2. Profesorado

2.1. Profesorado implicado en la docencia

Nombre	Despacho	Correo electrónico	Horario de tutorías *
Carlos Lopez Serrano	104	carlos.lopezs@upm.es	Sin horario.
Juan Jose Molina Martin (Coordinador/a)	104	juanjose.molina@upm.es	Sin horario.

* Las horas de tutoría son orientativas y pueden sufrir modificaciones. Se deberá confirmar los horarios de tutorías con el profesorado.

3. Competencias y resultados de aprendizaje

3.1. Competencias

CE01 - Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza y aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas. Nivel 3.

CE08 - Aplicar de manera fundamentada y argumentada los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante la dirección del entrenamiento deportivo. Nivel 3.

CE10 - Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad de entrenamiento deportivo. Nivel 3.

CE14 - Evaluar la condición física y prescribir ejercicios físicos orientados hacia la salud. Nivel 2.

CG01 - Desarrollar y mostrar en su aplicación una alta capacidad de análisis y de síntesis de la información relativa al campo de conocimiento y profesional.

CG05 - Gestionar con eficacia y eficiencia la información procedente de diferentes fuentes integrando sus aspectos relevantes para el cumplimiento de los objetivos propuestos.

CG07 - Ajustar las propias capacidades, los recursos y condiciones del entorno para adaptarse a nuevas situaciones en las que debe aplicar conocimientos y habilidades profesionales.

CG08 - Aplicar los conocimientos adquiridos en los procesos de formación en la práctica profesional, en diferentes contextos y situaciones.

CG10 - Mostrar capacidad de aprender nuevos conocimientos y habilidades a lo largo de su vida profesional y personal.

CG11 - Adoptar y mostrar una actitud favorable a la búsqueda de la calidad en el desempeño de sus funciones profesionales, sea cual sea su ámbito de acción e intervención, incluyendo un alto nivel sistemático de reflexión crítica sobre su propia práctica profesional.

CG12 - Comprender y manejar la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte en lengua inglesa y en otras lenguas de presencia significativa en el ámbito científico y específico de conocimiento.

CG14 - Utilizar y aplicar las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, usando las principales fuentes de información científica disponibles.

3.2. Resultados del aprendizaje

RA201 - Observar y diseñar herramientas de análisis cuantitativo (Uso de TIC)

RA200 - Ejecutar las habilidades técnico-tácticas que posibiliten el desarrollo del voleibol en la etapa de rendimiento

RA384 - Dominar los principios, contenidos y métodos de la táctica individual y colectiva aplicados al voleibol de alto rendimiento

RA387 - Demostrar el dominio y la fijación de conocimientos adquiridos relacionados con el voleibol de alto rendimiento.

RA385 - Establecer un problema de estudio siguiendo las pautas del método científico aplicándolo a cualquiera de los ámbitos del voleibol.

RA386 - Vivenciar situaciones reales de aplicación práctica en cualquiera de los contenidos desarrollados relacionados con el voleibol de alto rendimiento.

RA203 - Integrar los conocimientos básicos para el entrenamiento de los elementos técnicos y tácticos de voleibol en la etapa de rendimiento

RA205 - Diseñar sesiones de preparación física aplicadas al voleibol en sus distintas etapas

4. Descripción de la asignatura y temario

4.1. Descripción de la asignatura

Las finalidades de la asignatura son:

- Ejecutar las habilidades y recursos técnico-tácticos que posibiliten el desarrollo del voleibol en la etapa de rendimiento.

- Conocer, Integrar y ser capaz de poner en práctica los diferentes sistemas de juego propios de la etapa de rendimiento.

- Aprender a diseñar sesiones de entrenamiento técnico - táctico para el buen desarrollo de jugadores y equipos de alto nivel.
- Abastecerse de una amplia gama de ejercicios para el entrenamiento de las capacidades condicionales imprescindibles para alcanzar el alto nivel.

4.2. Temario de la asignatura

1. Recursos Técnico Tácticos individuales en el desarrollo del jugador hasta alcanzar el alto nivel .
 - 1.1. Del saque en sus variantes flotante y spin
 - 1.2. De la recepción y la defensa
 - 1.3. De la colocación
 - 1.4. Del remate
 - 1.5. Del bloqueo
2. Los Sistemas de Juego Aplicados al K1 en Etapa de Rendimiento.
 - 2.1. Los sistemas de recepción
 - 2.2. Los sistemas de ataque: Penetraciones y Permutas en el KI
 - 2.3. El KIV (apoyo)
3. Los Sistemas de Juego Aplicados al K2 en Etapa de Rendimiento.
 - 3.1. Las Estructuras Iniciales y Finales
 - 3.2. Los permutas y penetraciones en el KII
 - 3.3. El free-ball (KIII)
4. Metodología del Entrenamiento de la Secuencias: KII-KIV / KII-KIII
 - 4.1. Entrenamiento del gesto técnico y del puesto específico
 - 4.2. Entrenamiento de los sistemas rotación por rotación
5. Entrenamiento de la Preparación Física
 - 5.1. El calentamiento: entrenamiento/partido
 - 5.2. Mejora de las capacidades condicionales.

5. Cronograma

5.1. Cronograma de la asignatura *

Sem	Actividad tipo 1	Actividad tipo 2	Tele-enseñanza	Actividades de evaluación
1		<p>Presentación de la asignatura: El voleibol de la Escuela al Alto Nivel Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Ejecución y Recursos en los golpes de Pase: RECEPCIÓN y COLOCACIÓN en el Alto Nivel.(1) Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>		
2		<p>Práctica 1: Ejecución y Recursos de RECEPCIÓN y COLOCACIÓN en Etapas de Rendimiento (1) Duración: 02:00 PR: Actividad del tipo Clase de Problemas</p> <p>Práctica 2: Ejecución y Recursos de RECEPCIÓN y COLOCACIÓN en Etapas de Rendimiento (2) Duración: 02:00 PR: Actividad del tipo Clase de Problemas</p>		
3		<p>Ejecución Recursos del Saque: En Apoyo y Saque Flotante y Potente en Salto en el Alto Nivel.(1) Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Práctica 3: Recursos del SAQUE en el Alto Nivel (1). Duración: 02:00 PR: Actividad del tipo Clase de Problemas</p>		
4		<p>Práctica 4: Recursos del SAQUE en el Alto Nivel (2). Duración: 02:00 PR: Actividad del tipo Clase de Problemas</p> <p>Ejecución Recursos del Remate: por 4, 3, 2 y Zaguero. Distinción de los tiempos de ataque en el Alto Nivel.(1) Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>		
5		<p>Práctica 5: Recursos de ATAQUE/Remate en la Etapa de Rendimiento (1). Duración: 02:00 PR: Actividad del tipo Clase de Problemas</p> <p>Práctica 6: Recursos de ATAQUE/Remate en la Etapa de Rendimiento (2). Duración: 02:00 PR: Actividad del tipo Clase de Problemas</p>		

6		<p>Ejecución Recursos del Bloqueo: Ayudas y Responsabilidades Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Práctica 7: Recursos de ATAQUE- BLOQUEO en Etapa de Rendimiento (1). Duración: 02:00 PR: Actividad del tipo Clase de Problemas</p>		
7		<p>Práctica 8: Recursos de ATAQUE- BLOQUEO en Etapa de Rendimiento (2). Duración: 02:00 PR: Actividad del tipo Clase de Problemas</p> <p>Ejecución Recursos del Defensa: Ayudas y Responsabilidades Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>		
8		<p>Práctica 9: Recursos de la DEFENSA en Etapa de Rendimiento (1). Duración: 02:00 PR: Actividad del tipo Clase de Problemas</p> <p>Práctica 10: Recursos de la DEFENSA en Etapa de Rendimiento (2). Duración: 02:00 PR: Actividad del tipo Clase de Problemas</p>		<p>EVPROG 1: Trabajo diario de Recursos y Sistemas. OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación Progresiva Presencial Duración: 00:00</p>
9		<p>Prueba Teórica 1er Parcial Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas / Evaluación</p> <p>Determinación de los Sistemas aplicados al KI-KIV del 6/3 6/2 y 5/1 Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>		<p>EVPROG 2: Examen 1º Parcial EX: Técnica del tipo Examen Escrito Evaluación Progresiva Presencial Duración: 02:00</p>
10		<p>Práctica 11. estructuración de los sistemas aplicados al KI-KIV del 6/3 6/2 y 5/1 Duración: 02:00 PR: Actividad del tipo Clase de Problemas</p> <p>Práctica 12. Metodología del entrenamiento de los sistemas aplicados al KI-KIV del 6/3 6/2 y 5/1 Duración: 02:00 PR: Actividad del tipo Clase de Problemas</p>		
11		<p>Determinación de los Sistemas aplicados a los sistemas de defensa y contraataque del -3:1:2 y del 3:2.1 y del Free Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Práctica 13. estructuración de los sistemas aplicados al K2-K3 del 6/3 6/2 y 5/1 Duración: 02:00 PR: Actividad del tipo Clase de Problemas</p>		

12		<p>Práctica 14. Metodología del entrenamiento de los sistemas aplicados a la secuencia K2-K3 del 6/3 6/2 y 5/1 Duración: 02:00 PR: Actividad del tipo Clase de Problemas</p> <p>Preparación Física en Voleibol: El calentamiento y el entrenamiento funcional Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>		
13		<p>Práctica 14: Diseño y dirección de un calentamiento de sesión de preparación física Duración: 02:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p> <p>Práctica 15: Diseño y dirección de una sesión de preparación física funcional Duración: 02:00 AC: Actividad del tipo Acciones Cooperativas</p>		<p>EVPROG 3: Trabajo Calentamiento y Preparación Física. OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación Progresiva Presencial Duración: 00:00</p>
14		<p>Práctica 16: Tareas de Aplicación: Juego y Análisis (1) Duración: 02:00 PR: Actividad del tipo Clase de Problemas</p> <p>Práctica 17: Tareas de Aplicación: Juego y Análisis (2) Duración: 02:00 PR: Actividad del tipo Clase de Problemas</p>		
15		<p>Práctica 18: Tareas de Aplicación (3) Duración: 02:00 PR: Actividad del tipo Clase de Problemas</p> <p>Práctica 19: Tareas de Aplicación (4) Duración: 02:00 PR: Actividad del tipo Clase de Problemas</p>		<p>EVPROG 4: Trabajo diario de Análisis y Desarrollo de los Sistemas. OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación Progresiva Presencial Duración: 00:00</p> <p>Examen Teórico del Total de Contenidos EX: Técnica del tipo Examen Escrito Evaluación Global Presencial Duración: 02:00</p> <p>Examen Práctico EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación Global Presencial Duración: 02:00</p> <p>Trabajos: Recursos, Calentamiento y Preparación Física y Análisis de los Sistemas TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación Global Presencial Duración: 00:00</p>

16				
17				Examen 2º Parcial EX: Técnica del tipo Examen Escrito Evaluación Progresiva Presencial Duración: 02:00 Evaluación Práctica: PI: Técnica del tipo Presentación Individual Evaluación Progresiva Presencial Duración: 02:00

Para el cálculo de los valores totales, se estima que por cada crédito ECTS el alumno dedicará dependiendo del plan de estudios, entre 26 y 27 horas de trabajo presencial y no presencial.

6. Actividades y criterios de evaluación

6.1. Actividades de evaluación de la asignatura

6.1.1. Evaluación (progresiva)

Sem.	Descripción	Modalidad	Tipo	Duración	Peso en la nota	Nota mínima	Competencias evaluadas
8	EVPROG 1: Trabajo diario de Recursos y Sistemas.	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:00	15%	4 / 10	CE01 CG10
9	EVPROG 2: Examen 1º Parcial	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Presencial	02:00	20%	4 / 10	CE10 CG11 CG12 CG01
13	EVPROG 3: Trabajo Calentamiento y Preparación Física.	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:00	10%	4 / 10	CE08 CG14 CE14
15	EVPROG 4: Trabajo diario de Análisis y Desarrollo de los Sistemas.	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:00	15%	4 / 10	CE01 CG11
17	Examen 2º Parcial	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Presencial	02:00	20%	4 / 10	CG01 CG14
17	Evaluación Práctica:	PI: Técnica del tipo Presentación Individual	Presencial	02:00	20%	4 / 10	CG08 CG05 CG07

6.1.2. Prueba evaluación global

Sem	Descripción	Modalidad	Tipo	Duración	Peso en la nota	Nota mínima	Competencias evaluadas
15	Examen Teórico del Total de Contenidos	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Presencial	02:00	40%	4 / 10	CE08 CE10 CG10 CE01
15	Examen Práctico	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	02:00	30%	4 / 10	CG11 CG12 CG14

15	Trabajos: Recursos, Calentamiento y Preparación Física y Análisis de los Sistemas	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	00:00	30%	4 / 10	CG01 CG05 CG07 CG08 CE14
----	---	---	------------	-------	-----	--------	--------------------------------------

6.1.3. Evaluación convocatoria extraordinaria

Descripción	Modalidad	Tipo	Duración	Peso en la nota	Nota mínima	Competencias evaluadas
Examen Teórico	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Presencial	02:00	40%	4 / 10	CG08 CG10 CG12
Examen Práctico	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	02:00	30%	4 / 10	CE01 CE08 CE10
Trabajo de Recursos	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	02:00	10%	4 / 10	CG11 CG12 CG07
Análisis de los sistemas	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	02:00	10%	4 / 10	CE08 CG10 CG01 CG05
Calentamiento y Preparación Física Funcional	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	02:00	10%	4 / 10	CE08 CG12 CG05 CG07 CG08 CE14

6.2. Criterios de evaluación

EVALUACIÓN:

La evaluación pretende comprobar el grado de cumplimiento de los Competencias a partir de los resultados de aprendizaje establecidos en la asignatura.

Evaluación progresiva:

Consta de múltiples pruebas que evalúan la progresión del alumnado y el cumplimiento de las competencias establecidas. Cada bloque se puntuará entre 0 y 10, debiendo alcanzar una calificación mínima superior a 4 puntos en cada uno de los bloques para poder continuar en el proceso de evaluación continua y que la media de todos los bloques sea igual o superior a 5 puntos. El alumnado que no alcance esta puntuación mínima superior a 4 puntos, en alguno de los bloques, tendrá una calificación automática final de 4 puntos (suspense) y deberá someterse a evaluación final según convocatoria extraordinaria, guardándole la nota de aquellos bloques donde hubiera obtenido un mínimo de 5 puntos, pudiendo examinarse únicamente de los bloques pendiente de superar.

Si algún bloque no obtuviera una nota superior a 4 puntos, directamente deberá ir la Convocatoria Extraordinaria, quedando guardadas las notas de aquellos bloques superados con al menos 5 puntos.

La evaluación Progresiva estará constituida por las siguientes pruebas:

EVPROG 1- Trabajo de Recursos (15%) (esta prueba es de carácter presencial y obligatoria durante el periodo docente)

EVPROG 2- Examen Teórico 1º Parcial (20%)

EVPROG 3- Trabajo de Calentamiento y Preparación Física

EVPROG 4- Análisis de los Sistemas (15%) (esta prueba es de carácter presencial y obligatoria durante el periodo docente)

EVPROG 5- Examen Teórico 2º Parcial (20%)

EVPROG 6- Evaluación Práctica (20%)

Evaluación Extraordinaria:

El alumno que no alcance el aprobado (5 puntos) al final del proceso de evaluación progresiva o mediante las pruebas globales, deberá presentarse en una convocatoria extraordinaria. Los alumnos suspensos en la evaluación progresiva o de pruebas globales solo deberán presentarse a los bloques que no hayan alcanzado la nota mínima de 5 puntos.

PFinal 1- Trabajo de Recursos (15%)

PFin 2- Trabajo de Análisis de los Sistemas (15%)

PFin 3 -Trabajo de Calentamiento y Prep.Física (10%)

PFin 4- Examen Teórico Final (30%)

PFin 5- Examen Práctico (30%)

OTRAS CONSIDERACIONES:

Se exige el uso de ropa y zapatillas deportivas para las clases prácticas, así como la seguridad mínima personal en cuanto al uso de elementos que pudieran resultar lesivos (reloj, anillos, pendientes, pulseras, etc.)

Los Lesionados deberán acreditar su lesión con el correspondiente certificado médico.

7. Recursos didácticos

7.1. Recursos didácticos de la asignatura

Nombre	Tipo	Observaciones
Plataforma Moodle	Recursos web	
DATA Volley	Otros	Herramienta estadísticas de voleibol
Video Delay	Otros	Video retardado
iDoceo	Otros	Recurso educativo
Volley Maps	Otros	
Pizarra Táctica	Otros	

8. Otra información

8.1. Otra información sobre la asignatura

Bibliografía básica

Bachmann, E. (1987). *1000 Exercices et Jeux de Voley - Ball*. Paris: Vigot.

Bertucci, B. (1992). *Guía del Voleibol de la A.E.A.B.* Barcelona: Paidotribo.

Bonnefoy, G., Lahuppe, H., & Né, R. (2000). *Enseñar voleibol para jugar en equipo*. Madrid: Inde.

Gallwey, T. (2010). *El juego interior del tenis*. Ed Sirio

Hessing, W. (2003). *Voleibol para principiantes*. Barcelona; Paidotribo.

Lucas, J. (2000). *El Voleibol. Iniciación y perfeccionamiento*. Barcelona: Paidotribo.

McGown, C. (1994). *Science of coaching volleyball*. Human Kinetics Publishers.

Palao, J. M., & Hernández, E. (2007). *Manual para la iniciación al voleibol*. Murcia: Diego Marín Editor.

Pittera, C. & Riva, D. (1982). *Pallavolo dentro il movimento*. Catania: Tringale Editore.

Santos, J. A., Viciano, J., & Delgado, M. A. (1996). *La actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos. Voleibol*. Madrid: Ministerio de Educación

Shondell, D., & Reynaud, C. (2002). *The volleyball coaching bible*. Champaign (IL): Human Kinetics.

Wise, M. (2003). *Voleibol. Entrenamiento de la técnica y la táctica*. Barcelona: Hispano Europea.

Díaz, J. (2013). *Voleibol. Entrenamiento Psicológico para la recepción y la defensa de segunda línea*. Tarragona: Ushuaia Ediciones.

Molina, J.J., Salas, C (2009). *Voleibol Táctico*. Editorial Paidotribo.

Peña, J., (2013). *El entrenamiento de la condición física en el voleibol*. Barcelona. Fundación Cidida.

La Asignatura se relaciona con los siguientes Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) establecidos por la Naciones Unidas:

ODS3.- Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades.

ODS16.- Promover sociedades justas, pacíficas e inclusivas, evitando las injusticias y la resolución pacífica de conflictos.