



CURSO
DE **ENTRENADOR DE**
VOLEIBOL
NIVEL I (Año 2021)



CONVOCATORIA

ORGANIZACIÓN	Federación Canaria de Voleibol.
CURSO TÉCNICOS	Nivel I
LUGAR DE INSCRIPCIÓN	https://forms.gle/tqryqB3M25YWHZVU6
FECHA TOPE DE INSCRIPCIÓN	VIERNES 15 de OCTUBRE de 2021
HORARIO DE CLASES	VER PROGRAMA EN LA SIGUIENTE PÁGINA
DURACIÓN DEL CURSO	36 HORAS PRESENCIALES ONLINE + 6 CLASES PRÁCTICAS
COMIENZO DEL CURSO	LUNES 18 de OCTUBRE de 2021
FINALIZACIÓN DEL CURSO	MIÉRCOLES 10 de NOVIEMBRE de 2021 – CLASES PRESENCIALES
FINALIZACIÓN DEL CURSO	CLASES PRÁCTICAS: 13 de NOVIEMBRE de 2021 (LA PALMA)*
CUOTA DE INSCRIPCIÓN	110,00 EUROS
LUGAR DE LAS CLASES	PLATAFORMA ZOOM (zoom.us)

MATERIAS DEL CURSO	TÉCNICA	6
MATERIA ON-LINE	TÁCTICA	6
	PREPARACIÓN FÍSICA	4
	PLANIFICACIÓN	2
	DIRECCIÓN DE EQUIPO	2
	REGLAS DE JUEGO	4
	METODOLOGÍA DE APRENDIZAJE EN VB	4
	PRIMEROS AUXILIOS	4
	PSICOLOGÍA	2
	MINIVOLEY	2
	TOTAL	36

INSCRIPCIÓN El procedimiento para formalizar la inscripción será el siguiente:

1º.- Realizar la inscripción en el siguiente enlace:

<https://forms.gle/tqryqB3M25YWHZVU6>

2º.- Realizar el pago correspondiente, antes del **viernes 15 de octubre de 2021** mediante transferencia bancaria a nombre de la FEDERACIÓN CANARIA DE VOLEIBOL en la siguiente cuenta corriente (incluir en las observaciones en "nombre del alumno" y "curso nivel 1"):

BANCO SANTANDER: ES35 0049 1881 41 2810153060

ASISTENCIA	El curso constará de un total de 36 horas presenciales mediante videoconferencia. La asistencia a las horas presenciales es obligatoria, permitiéndose solo aquellas faltas autorizadas previamente por el profesorado, y nunca más del 10% en cada materia.
OBSERVACIONES	Cada profesor podrá realizar una prueba al finalizar cada jornada de clase con la intención de valorar los conocimientos adquiridos, envío de trabajos, una prueba final o las pruebas que determine cada docente.
*PRÁCTICAS	Se realizarán en la isla de La Palma el 13 de noviembre de 2021 para los alumnos de esta isla, para el resto de los alumnos según inscripciones.
TÍTULO	Para obtener el título definitivo de entrenador de Nivel I, hay que pasar con éxito este curso presencial y realizar una temporada de práctica en algún equipo.

PROGRAMA A DESARROLLAR

HORARIOS

Octubre		20:00 - 22:00	Nº horas	
L	18	TÉCNICA (I)	2	
M	19	MINIVOLEY (I)	2	
X	20	TÁCTICA (I)	2	
J	21	TÁCTICA (I)	2	
V	22	PSICOLOGÍA (I)	2	
L	25	TÉCNICA (I)	2	
M	26	REGLAMENTO	2	
X	27	TÉCNICA (I)	2	
J	28	METODOLOGÍA (I)	2	
V	29	METODOLOGÍA (I)	2	
L	1 (Nov)	DIRECCIÓN DE EQUIPO (I)	2	
M	2 (Nov)	HIGIENE Y PRIMEROS AUXILIOS	2	
X	3 (Nov)	PREPARACIÓN FÍSICA (I)	2	
J	4 (Nov)	PLANIFICACIÓN (I)	2	
V	5 (Nov)	PREPARACIÓN FÍSICA (I)	2	
L	8 (Nov)	HIGIENE Y PRIMEROS AUXILIOS	2	
M	9 (Nov)	REGLAMENTO	2	
X	10 (Nov)	TÁCTICA (I)	2	
			36	
Noviembre		10:00 - 13:00	16:00 - 19:00	Nº horas
S	13	PRÁCTICAS (LA PALMA)	PRÁCTICAS (LA PALMA)	6

ASIGNATURAS

TÉCNICA

- 1.- Etapa de aprendizaje:
 - Objetivo.
 - Método de trabajo: a) M. Global, b) M. Analítico, c) M. Mixto
- 2.- Desplazamientos: Pasos, Pasos añadidos, Carreras, Cambios de Dirección, Caídas laterales, Caídas atrás, Ejercicios.
- 3.- Saque: Abajo, Arriba, Flotante.
- 4.- Pase de dedos: Adelante, Espalda, Lateral, Errores y Ejercicios
- 5.- Mano baja: Progresión, Errores, Ejercicios
- 6.- Remate: Carrera, Impulso, Salto, Golpe, Caída
- 7.- Defensa: Principios básicos, Iniciación, Ejercicios
- 8.- Bloqueo: Principios básicos, Desplazamientos, Ejercicios

TÁCTICA

- 1.- Generalidades de la Táctica: Concepto.
- 2.- Disposición de los jugadores en el campo: Especialización de funciones, Formas de configurar los jugadores de un equipo (4R-2C, 3R - 3C, etc.)
- 3.- Táctica de saque: Normas y actitud del jugador que realiza el saque.
- 4.- Táctica de recepción: Clasificación, Sistemas W, semicírculo, etc.
- 5.- Táctica de bloqueo: Situaciones del bloqueo: línea y diagonal

PREPARACIÓN FÍSICA

- 1.- Cualidades físicas: Concepto, Origen (Herencia, biológica), Evaluación.
- 2.- Entrenamiento deportivo: Generalidades y factores que comprende, Principios del entrenamiento, Calentamiento, Test para valorar el rendimiento físico.
- 3.- Resistencia: Concepto, Resistencia en Voleibol, Principios y efectos del trabajo de resistencia, Sistemas de trabajo de la resistencia.
- 4.- Fuerza: Concepto, clases, La fuerza en el Voleibol, Factores determinantes de la fuerza (edad, sexo, etc.), Trabajo de fuerza con principiantes.
- 5.- Velocidad: Concepto y clases, Velocidad en Voleibol, Entrenamiento de la Velocidad.
- 6.- Flexibilidad, coordinación, equilibrio: Concepto, Ejercicios de entrenamiento.

DIRECCIÓN DE EQUIPO

- 1.- La dirección de equipo.
- 2.- Entrenador. Características.
- 3.- Misiones del entrenador.
 - Antes de la competición.
 - Durante la competición.
 - Después de la competición.
 - Preparación individual de los jugadores.
 - Consejos para dirigir equipos en los partidos.
 - Como usar: - Tiempos muertos, Intervalos entre sets, Como hacer sustituciones.

PLANIFICACIÓN

- 1.- Selección.
- 2.- Tipo ideal de jugador de Voleibol.
- 3.- Trabajo, enseñanza y entrenamiento de niños en edad escolar.
- 4.- Principios generales de las tareas.
 - 10/12 años - Tareas a cumplir.
 - 13/14 años - Tareas a cumplir.
- 5.- Planificación de una temporada para edades infantil-cadete.

REGLAMENTO

- 1.- Introducción - Características de juego.
- 2.- Terreno y útiles de juego.
- 3.- Responsabilidades del entrenador y los jugadores.
- 4.- Acciones de juego y faltas.
- 5.- Acta. Instrucciones para cumplimentarla.



**CURSO
DE ENTRENADOR DE
VOLEIBOL
NIVEL I (Año 2021)**



METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE EN VOLEIBOL

- 1.- Progresión técnica del aprendizaje.
- 2.- Métodos de enseñanza.

MINIVOLEY

- 1.- El minivoley.
- 2.- Características.
- 3.- Progresiones.
- 4.- Características y desarrollo.
- 5.- Táctica.
- 6.- Ejercicios de trabajo - Objetivos.
- 7.- Ejercicios complejos - Objetivos.
- 8.- Reglamento.

HIGIENE Y PRIMEROS AUXILIOS

- Actuaciones y técnicas inmediatas, para actuaciones en personas accidentadas antes de la llegada del personal médico profesional.
- Hábitos saludables.

PSICOLOGÍA Y PSICOPEDAGOGÍA

- Psicología evolutiva para edades Infantil y Cadete.
- Psicología del Deporte, enfocada para jóvenes de 12 a 16 años.

INFORMACIÓN ADICIONAL DEL CURSO

- La titulación que se obtiene tiene carácter nacional, por lo que se pueden dirigir equipos de las categorías infantil y cadete.
- Para obtener la titulación definitiva hay que resultar APTO en la totalidad del curso presencial y presentar la certificación correspondiente de haber realizado la temporada de prácticas.
- Para realizar el curso se debe disponer de:
 1. Ordenador de sobremesa, portátil, tableta o teléfono móvil (recomendamos que sea uno de los dos primeros dispositivos).
 2. Conexión a internet, preferiblemente por cable.
 3. Micrófono y altavoz (cascos preferiblemente).
 4. Cámara de video.
 5. Y tener instalada la aplicación gratuita ZOOM (se enviarán instrucciones).
- ¿Quiénes pueden hacer el curso?
 - Todas las personas con 16 años que posean el Título de ENTRENADOR DE MINIVOLEY.
 - Todas las personas que cumplan 16 años durante el año en que se imparta el Curso.
- Convalidaciones: consultar con el director del curso.