



ANEP

DIRECCIÓN GENERAL
DE EDUCACIÓN
INICIAL Y PRIMARIA

DIVISIÓN
PLANEAMIENTO
EDUCATIVO

Departamento
de Tecnologías Educativas
aplicadas y virtualidad

Conociendo el voleibol sentados

(Propuesta didáctica)



Descripción: En el marco de los juegos paralímpicos se plantea realizar diferentes propuestas didácticas para que los estudiantes conozcan algunos deportes paralímpicos, en este caso la intención es enseñar el voleibol sentados.



ANEP

DIRECCIÓN GENERAL
DE EDUCACIÓN
INICIAL Y PRIMARIA

DIVISIÓN
PLANEAMIENTO
EDUCATIVO

Departamento
de Tecnologías Educativas
aplicadas y virtualidad

Fundamentación:

El voleibol sentado es una modalidad adaptada del voleibol tradicional, diseñada para personas con discapacidades físicas, aunque también puede ser jugado por personas sin discapacidades. Es uno de los deportes paralímpicos más populares.

Características principales:

Jugadores: Generalmente participan personas con amputaciones, lesiones de movilidad o alguna discapacidad que afecta el control de sus extremidades inferiores. Sin embargo, también se permite la participación de jugadores sin discapacidad en algunas competencias recreativas.

Reglas: Las reglas son similares a las del voleibol convencional, con algunas modificaciones. Por ejemplo:

Tamaño de la cancha: La cancha mide 10 metros de largo por 6 metros de ancho (más pequeña que la del voleibol tradicional).

Altura de la red: La red está más baja, a 1,15 metros para hombres y 1,05 metros para mujeres.

Movimiento: Los jugadores deben mantener una parte de su torso en contacto con el suelo en todo momento cuando tocan la pelota.

Juego rápido: Debido al tamaño más pequeño de la cancha y la proximidad a la red, el juego es más rápido y ágil, lo que lo hace divertido tanto para jugadores como espectadores.

Es un deporte que promueve la inclusión y la participación de todos.

**ANEP**DIRECCIÓN GENERAL
DE EDUCACIÓN
INICIAL Y PRIMARIADIVISIÓN
PLANEAMIENTO
EDUCATIVODepartamento
de Tecnologías Educativas
aplicadas y virtualidad**Formato:** Propuesta didáctica**Fecha de creación:** Setiembre 2024**Ciclo:** 1er**Tramo:** 2**Grado:** 2do año**Competencia general:** Comunicación, relacionamiento con el otro, Intrapersonal.

Espacio	Unidades Curriculares	Competencias específicas	Contenidos	Criterios de Logro
Desarrollo personal y conciencia corporal	Educación Física	CE1. Competencia Motriz: Realiza una práctica motriz reflexiva, emocional y observable del cuerpo humano, que promueve un estilo de vida saludable que implica conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos (Ruiz, 1995), en relación con el deporte, el juego y la recreación, la gimnasia y expresiones del movimiento motriz.	Deporte como contenido a enseñar tiene como objeto la educación deportiva (Velázquez Buendía, 2004), entendida como un proceso intencional en la formación de estudiantes, que abarca analizar comportamientos que implican ámbitos cognitivos, motrices, lúdicos, afectivos, éticos, relacionales, comunicativos y sociales	Incorpora las reglas del deporte a aprender Reconoce y ejecuta las técnicas básicas para poder jugar el deporte.

Metas de aprendizaje: Los y las estudiantes aprenderán el voleibol sentado como parte de los juegos paralímpicos para que puedan sensibilizarse sobre este deporte además de tener la experiencia de practicarlo. **(La meta de aprendizaje se situará a la realidad del grupo del docente)**



ANEP

DIRECCIÓN GENERAL
DE EDUCACIÓN
INICIAL Y PRIMARIA

DIVISIÓN
PLANEAMIENTO
EDUCATIVO

Departamento
de Tecnologías Educativas
aplicadas y virtualidad



Juegos de equipo adaptados: La intención es que los estudiantes conozcan los deportes paralímpicos que se juegan y puedan sensibilizarse sobre su existencia. En este caso se les enseñará el voleibol sentados.

Actividad 1: (fuera del aula)

Los estudiantes buscarán información junto con sus familias sobre el Voleibol sentados y lo dejarán registrado en el aula virtual que utilizan siempre (Crea u otros), donde el docente previamente dejará un espacio para registrar dicha información.

Luego en la clase se compartirá el material encontrado y se realizará una puesta en común. Para finalizar el docente compartirá un video sobre el deporte para comprenderlo mejor:

Voleibol Sentado Subtitulado



https://youtu.be/Kh3RaBHkuJA?si=N6mrjD_aKbXiOEH



ANEP

DIRECCIÓN GENERAL
DE EDUCACIÓN
INICIAL Y PRIMARIA

DIVISIÓN
PLANEAMIENTO
EDUCATIVO

Departamento
de Tecnologías Educativas
aplicadas y virtualidad

Actividad 2:

Primera parte: *Juegos adaptados*

“Que la pelota no caiga”

El juego consiste en agruparse de a dos donde los estudiantes se colocarán en el suelo sentados y enfrentados, deberán pasarse una pelota de voleibol tratando que la pelota no toque el suelo.

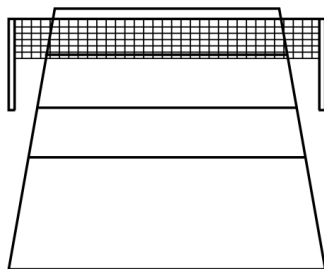


“Juego de pases con red de voleibol”

En este juego se formarán grupos de tres contra tres estudiantes, donde deberán jugar enfrentados y sentados, separados por una red de voleibol.

Con el objetivo de realizar tres pases entre los integrantes del mismo equipo y luego pasar la pelota al otro lado de la red, los compañeros contrarios la tomaran sin que se caiga y deben realizar también tres pases. Y así sucesivamente, generando ese ida y vuelta de la pelota.

Si la pelota se cae antes de realizar los tres pases, la misma se pasa para el otro equipo y este último gana un punto. Si la pelota pasa la red y toca el suelo es un punto para el equipo contrario.





ANEP

DIRECCIÓN GENERAL
DE EDUCACIÓN
INICIAL Y PRIMARIA

DIVISIÓN
PLANEAMIENTO
EDUCATIVO

Departamento
de Tecnologías Educativas
aplicadas y virtualidad



Actividad 3:

Se realizará la práctica del deporte adaptándolo a las edades de los estudiantes en el patio de la escuela con reglas básicas. Formará equipos de seis contra seis para llevar adelante la actividad.

Algunos aspectos que se adaptarán a las edades: Los pases serán con "*pelota tomada*", esto significa que podrán agarrar la pelota para realizar los pases, no será con pases técnicos de voleibol.

El docente buscará una zona del patio acorde para los niños, puede ser césped o de no tenerlo puede conseguir una alfombra para que sea un espacio más cómodo para moverse.



La intención de esta actividad además de conocer el deporte, es tener la experiencia de vivirlo desde la práctica.

**ANEP**DIRECCIÓN GENERAL
DE EDUCACIÓN
INICIAL Y PRIMARIADIVISIÓN
PLANEAMIENTO
EDUCATIVODepartamento
de Tecnologías Educativas
aplicadas y virtualidad**Evaluación:**

Luego de realizar todas las actividades se les plantea a los niños a realizar una autoevaluación para observar e identificar que pudieron aprender y desarrollar a partir de las propuestas planteadas

			
¿Cómo te sentiste realizando estas actividades?			
¿Pudiste entender el juego?			
¿Conociste las reglas?			
¿Te parecieron divertidas ese tipo de actividades?			

Sugerencias didácticas y de evaluación:

Se espera promover prácticas educativas contextualizadas con la realidad de cada grupo y de cada centro, con la finalidad de que los estudiantes puedan vivenciarlas y sentirlas como un aporte para su vida y que trasciendan el espacio escolar.

La evaluación de las actividades se puede realizar a través de la participación activa de los estudiantes en las dinámicas grupales, la calidad de sus trabajos y su compromiso con los temas abordados.

Es una propuesta que se puede adaptar a diferentes niveles para abordar la tematica.



ANEP

DIRECCIÓN GENERAL
DE EDUCACIÓN
INICIAL Y PRIMARIA

DIVISIÓN
PLANEAMIENTO
EDUCATIVO

Departamento
de Tecnologías Educativas
aplicadas y virtualidad

Bibliografía:

ANEP. (2022). *Educación Básica Integrada (EBI): Plan de estudios* [documento en línea]. Disponible en: <https://www.anep.edu.uy/sites/default/files/images/2022/noticias/setiembre/220927/EBI%202022%20v7.pdf>

ANEP. (2022). *Progresiones de Aprendizaje* [documento en línea]. Disponible en: <https://www.anep.edu.uy/sites/default/files/images/Archivos/publicaciones/progresiones/Progresiones%20de%20Aprendizaje%202022.pdf>

ANEP. (2022). *Marco Curricular Nacional* [documento en línea]. Disponible en <https://www.anep.edu.uy/sites/default/files/images/Archivos/publicaciones/Marco-Curricular-Nacional-2022/MCN%202%20Agosto%202022%20v13.pdf>

ARASAA.(s,f). "Pictogramas"[Imagen en línea]. Disponible en : http://old.arasaac.org/buscar.php?id_palabra=4261&idiomasearch=undefined&buscar_por=1&pictogramas_color=1&pictogramas_byn=1&fotografia=1&videos_lse=1&lse_color=1&

NUÑEZ, C. Copilot. (2024, s/etiempre). *Niños jugando al voleibol sentados* [Imagen generada con IA]. Disponible en <https://copilot.microsoft.com/?showconv=1#>

FREEPIK(s,f). "Dos niños teniendo una pelota de playa".[Imagen].Disponible en : https://www.freepik.es/vector-gratis/dos-ninos-tenencia-pelota-playa-juntos_17619850.htm#fromView=search&page=1&position=16&uuid=7561fe4b-c49c-4947-bae0-ceaf4af23642

FREEPIK(s,f). "Ilustración concepto voleibol".[Imagen].Disponible en : https://www.freepik.es/vector-gratis/ilustracion-concepto-voleibol-sentado_25025569.htm#fromView=search&page=1&position=7&uuid=3b6da865-b9f4-47a6-b352-835fb91010a2

Autor: Lic. Cecilia María Nuñez Dodera

Licenciamiento: [Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional \(CC BY-NC-SA 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)



ANEP

DIRECCIÓN GENERAL
DE EDUCACIÓN
INICIAL Y PRIMARIA

DIVISIÓN
PLANEAMIENTO
EDUCATIVO

Departamento
de Tecnologías Educativas
aplicadas y virtualidad