

PRONTUARIO ESCOLAR 2018 - 2019



GOBIERNO DE PUERTO RICO

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN
ESCUELA EUGENIO GUERRA CRUZ
ESPECIALIZADA EN DEPORTES EN EL ALBERGUE
OLÍMPICO

CURSO	CÓDIGO	CRÉDITOS	PRE-REQUISITOS	GRADO
Voleibol	EDFI-132-1234 - 35 - 36			7mo-12mo

Maestro Altamente Cualificado: Si (✓) No ()

Preparación Académica:
Maestría Educación Física Concentración Entrenamiento Deportivo
Nivel 2 FIVB
ISAK I
Arbitro Nacional Certificado FPV
Miembro Activo NASC

SALÓN	HORAS OFICINA	CORREO ELECTRÓNICO Y/O WEB PAGE	
CANCHA	CP: 11:00AM-12:00MD	Jeffteam14@gmail.com	jeffryfrati@icluod.com

Descripción Del Curso

El Voleibol es un deporte de participación colectiva que se practica entre dos equipos. El curso de Voleibol busca desarrollar al máximo el potencial físico, mental y social del estudiante dentro del ambiente deportivo. Las destrezas y movimiento en sus múltiples expresiones desde una perspectiva conceptual. El curso es el responsable por el desarrollo físico-motor del estudiante, utilizando el movimiento humano como instrumento de aprendizaje. El deporte es un componente esencial en el desarrollo del ser humano, dándole una dimensión social al curso de Voleibol. A través de el, se busca, desarrollar a un ser humano capaz de enfrentar los retos de una sociedad cambiante en todo sus aspectos.

1.1 Objetivos De Rendimiento o Competitivos

El estudiante:

- Comenzara y/o continuara el proceso de desarrollo deportivo enfocado en el potenciación de las destrezas técnicas del juego y no en el resultado de la competencia.
- Interese optar por becas deportivas en instituciones universitarias de alto prestigio dentro y fuera del país.

1.2 Objetivos Operativos y Didacticos

El estudiante:

- Demuestra un dominio igual o superior a un 70% en el conocimiento y competencia en diferentes formas de movimiento relacionadas al Voleibol.
- incrementa un 5% las capacidades físicas, bajo la construcción de entrenamientos especializado, planificado, adaptado a la edad y necesidades individuales.

1.3 Objetivos Generales Del Entrenamiento

El estudiante:

- Asume estilos de vida que promuevan hábitos correctos de entrenamiento, nutrición, recuperación y conductas responsables en su ambiente social.
- Participa en actividades de labor social hacia los menos afortunados. Dando de su tiempo para de esta forma nutrir cualidades imprescindibles en el ser humano como la sensibilidad, empatía, calor humano, sentido de agradecimiento, confiabilidad, respeto, civismo, responsabilidad, justicia y bondad entre otras. Así crearemos un deportista consiente y agradecido de los privilegios y dones que disfruta.

Plan De Evaluacion

Aerea	Actividad de Evaluacion	Valor	Valor Total	Peso Relativo	
		4	4		
CDT	Pruebas de Deztrezas Tecnicas Voleo - Recepcion - Ataque Servicio (4)	35	140	560	33%
			6		
CPFE	Pruebas Preparacion Fisica Especial (6) (Composicion Coorporal - Agilidad - Potencia - Velocidad - Aceleracion - Resistencia Aerobica)	15	90	360	21%
			3		
CEF	Pruebas Eficiencia Fisica (3) (Press de Banca - Sentadilla - Arranque)	30	90	360	21%
			3		
CAPD	Control Actitud Personal y Deportiva (3) (Asistencia - Puntualidad - Portafolio)	35	105	420	25%
			1		
	Portafolio Controles	0	0	0	0%
			1		
PBL	Proyecto Basado En El Aprendizaje	100	100	100	6%
Valores Totales		115	425	1700	100%

Fecha de Contoles

Control 1	8-Oct-18	12-Oct-18	CONTROL
Control 2	10-Dec-18	14-Dec-18	
Control 3	12-Mar-19	16-Mar-19	
Control 4	14-May-19	18-May-19	

REGLAS DE ORO ECEDAO VOLEIBOL

El proceso educativo y de formación deportiva debe realizarse en un ambiente de tranquilidad, seguridad, salubridad, sentido de misión, respeto mutuo entre los componentes, orden, disciplina en el cumplimiento de las leyes, reglamentos, normas, directrices y principios de buena convivencia humana.

1. **Horario:** Ser puntual (**hora del reloj del profesor ajustada con el timbre escolar**). Estudiante que no este a la hora acordada deberá permanecer en la escuela y se registra como ausente de la sesión de entrenamiento. En caso de alguna actividad deportiva llamese fogueo, torneo invitacional, aplicara la misma norma de puntualidad. Recordemos que la puntualidad es; “el respeto al tiempo ajeno”. La misma conlleva una penalidad de **5 puntos** (actitud personal y deportivo). Se llevará asistencia todos los días.
2. Estudiante que ausente a la sección de entrenamiento por motivos de salud, Cita SEDCE, actividad escolar u otras razones, deberá presentar excusa escrita por el padre, tutor, encargado de la actividad o Director Escolar. De no presentar excusa tendrá una penalidad de **5 puntos** (actitud personal y deportiva).
3. Es **imprescindible** que cada estudiante lleve al menos 2 a 4 botellas de agua o bebida hidratante, meriendas y **una toalla** a cada sección de entrenamiento. De esta forma se asegura la continuidad adecuada de los procesos de producción de energía e hidratación, necesarios para la salud del ser humano. De no llevar las misma tendrá una penalidad de 2 puntos (actitud personal y deportiva).
4. Los estudiantes que participan del programa de Educación Especial. Sección 504 de la Ley de Rehabilitación Vocacional y del Programa de Limitaciones Lingüísticas recibirán los acomodos Razonables Especificados en : PEI, PS 504 y PDL: según correspondan.
5. Todo estudiante al momento de salir y/o regresar de la sesión de entrenamiento a la escuela **deberá tener puesto el debido uniforme** (camiseta amarilla con sus siglas ECEDAO). Todos debemos guardar una excelente apariencia física. De no tener dicha camisa no podrá asistir a la sesión de entrenamiento y aplica la **penalidad en puntos de la regla # 2**.
6. La entrada y salida de las facilidades escolares y/o deportivas debe ser ordenada y con respeto hacia los compañeros y entrenador.
7. El comportamiento en las secciones de entrenamientos o actividades dentro, fuera de la escuela y **redes sociales**, debe ser de respeto. Manteniendo un ambiente sano que promueva la enseñanza y el desarrollo de las aptitudes deportivas. Estudiante que no muestre una conducta adecuada y de respeto a entrenadores, compañeros de equipo, árbitros, adversarios y espectadores será suspendida de cualquier actividad deportiva en la que el equipo participe. Será sancionada de acuerdo a la regla # 2.
8. **Esta prohibido el uso de celulares durante la sección de entrenamiento. Celular que se active durante la sesión de entrenamiento conlleva una reducción de 5 puntos** (actitud personal y deportiva).

9. **Es compulsorio** la asistencia a las competencias y entrenamientos asignados. De no asistir y no presentar una excusa razonable tendrá una penalidad de **10 puntos** (actitud personal y deportiva).

10. Todo estudiante debe cumplir con las reglas establecidas por la institución para el buen uso, mantenimiento y la buena convivencia en lo que ahora y por el tiempo que estés aquí será tu casa. **Estar aquí no es un derecho si no un privilegio que dependerá de ti, el tiempo que dure tu estadia. Recuerda tus acciones dirán lo que realmente eres como persona y as aprendido en tu primera escuela que es tu CASA.**

11. Al final de cada semestre escolar los estudiantes **regresaran a sus casas tan pronto acaben los entrenamientos y sus compromisos académico.**

12. La participacion en clubes fuera de la escuela durante el **periodo de entrenamiento** debe ser coordinado con anterioridad con el entrenador. El mismo debe ser uno de respeto para todas las partes.

13. Si por alguna razón algún miembro del conjunto de niñas que participa del programa toma la decisión de abandonar el mismo es importante que sea notificado con tiempo. **Nadie esta obligado a estar en el mismo pero si debe haber una deferencia para los que contribuimos en el desarrollo no tan solo deportivo si no, en todo lo que conlleva el desarrollo de un ser humano a temprana edad.**

14. **El proceso de entrenamiento es uno complejo en el cual se integran diferentes métodos los cuales, se conjugan a través de las diferentes etapas de entrenamiento para que al pasar de los años se logren los objetivos trazados. Este proyecto es un proceso en el cual lo mas importante es la acumulación de las experiencias adquiridas en el día a día, en cada sesión de entrenamiento, en el compartir como equipo y mas**

Textos de Referencia

- Educación Física Secundaria, L.C. Torrecusa y F.J. Coterón: Editorial Luis Vives
- Educación Física y Deportes, N.J. Douherty: Editorial Reverté, S.A.
- Entrenamiento Deportivo: Teoría y Metodología, Vladimir Nicolaievitch Platanov: Editorial Paidotribo Quinta Edición.
- Volleyball Drill Book Individual Skills, Bob Bertucci & James Peterson; Master Press 1992.
- Volleyball Drill Book Games Action Drill, Bob Bertucci & James Peterson; Master Press 1992.
- Periodization: Training for Sports, Tudor O. Bompá: Editorial Kinetics 1999.
- Voleibol Básico 2000: Editorial Kinetics Europea S.A.
- Teoría y Planificación del Entrenamiento Deportivo, José Campos Granel & Víctor Romo Cervera; Editorial Paidotribo 2001.
- Pose Method of Rinning, Nicholas Romanov; Pose Tech Press 2002.
- Manual de Entrenadores FIVB Nivel 1-2, Curso Internacional De Entrenadores De Voleibol. Comité Nacional DE Entrenadores 2002.
- Sport Speed Third Edición, George Dintiman & Bpd Ward; Human Kinetics 2003.
- The Path To Athletic Power. Boyd Apley; Human Kinetics 2004.
- Entrenamiento Para Jóvenes Deportistas, Tudor O. Bompá: Editorial Hispano 2005.
- La Planificacion Integral En El Voleibol Vol I, Geral Moras; Editorial Paidotribo 2005.
- La Planificacion Integral En El Voleibol Vol II, Geral Moras; Editorial Paidotribo 2005.
- La Planificacion Integral En El Voleibol Vol III, Geral Moras; Editorial Paidotribo 2005.
- Championship Volleyball Techniques & Drill; Sue Gozansky: Parker Publishing Company.
- The Volleyball Coaching Bible; Don Shondell & Cecile Reynaud: Human Kinetics 2005.
- Principle and Labs for Fitness and Wellness, Worner W.K., Sharon A. Hoeger
- Stretch to Win, Ann Frederick & Chris Frederick; Human Kinetics 2006.
- Progressive Plyometrics For Kids, Donald A. Chu & Every D. Faigenbaum & Jeff E. Falkel; Healthy Learning 2006.
- La Flexibilidad Principios y Practica, Christopher M. Noris; Editorial Paidotribo 2006.
- Volleyball Drill For Champions, Mary Wise; Human Kinetics.
- Complete Conditioning For Volleyball, Al Scate & ike Linn; Human Kinetics.
- Strategies For Competitive Volleyball, Stephen D. Fraser; Leisure Press A Division Of Human Kinetics Publishers Inc.
- Entrenamiento Deportivo: Teoría y Metodología, Vladimir Nicolaievitch Platanov: Editorial Paidotribo Quinta Edición.
- Planificacion Del Entrenamiento Deprotivi en el Voleibol, DR. C. Idolio Gilberto Herrera Delgado: Editorial CENDA, Ciudad De La Habana, Cuba
- Manual Protocolo Internaional Para La Valoracion Antro[pometrica. Arthur Stewart, Michael Marfell - Jones, Timothy Olds, Hans de Ridder; ISAK 2011.
- The Journals of The Strength and Conditioning Research. National Strength and Conditioning Association 2012.
- Development Agility and Quickness. Jay Dawes & Mark Roozen; Human Kinetics 2012.
- El Entrenamiento De La Condicion Fisica En El Voleibol, Javier Pena López; Fundacion CIDIDA España 2013.
- Strength And Conditioning For Young Athletes. Rhodri S. Lloyd & Jon L. Oliver; Editorial Routledge 2014.
- Planificacion Del Entrenamiento Deportivo. Joan Solé Forto; Sicropat Sport España 2014.
- High Performance Training For Sport. David Joyce & Danil Lewindon; Human Kinetics 2014.

“No midas tu éxito tan solo en unos simples 25 puntos, en el proceso te darás cuenta que medirlo solo por eso te convertirá un perdedor”

“Solo existen dos días en el año que no se puede hacer nada. Uno se llama ayer y otro mañana. Hoy es el día para hacer lo que tengas que hacer”
Dalai Lama

“Como trabajas; se resumen en una sentencia muy sencilla: existen buenas y malas maneras de cómo hacer las cosas. Puedes practicar 8 horas al día tirar al canasto, pero si la técnica es errónea, solo te convertirá en un jugador que es bueno para tirar mal”
Michael Jordan

**“NO TE ESTOY DICIENDO QUE SERA FACIL,
TE ESTOY DICIENDO QUE VALDRA LA PENA”**

MARTIN STURLA



Firma De Estudiante	Firma Técnico

Firma del padre, madre o encargada	Firma Director Escolar / Técnico