

Jugamos al Vóleybol: Primeros Pasos en la Cancha Dividida

Una propuesta lúdica para descubrir el deporte colectivo desde el juego modificado
(Propuesta didáctica)



Descripción:

La presente propuesta didáctica complementa el recurso digital “Actividad digital conociendo el vóleybol desde niños/as” disponible en el Portal Uruguay Educa. Está dirigida a estudiantes de primer ciclo (tramo 2) y propone una aproximación al vóleybol desde el juego modificado, priorizando la participación, la comprensión de reglas básicas y el desarrollo de habilidades motrices en un entorno inclusivo.

Integra la experiencia corporal con el uso de tecnologías educativas, favoreciendo la construcción de aprendizajes significativos en torno al deporte como práctica social y cultural.

Fundamentación pedagógica:

La enseñanza del deporte en los primeros años de escolaridad requiere superar enfoques centrados en la reproducción técnica, priorizando propuestas comprensivas, inclusivas y situadas. En este marco, el vóleybol, abordado desde el juego modificado, posibilita el desarrollo de la competencia motriz, la cooperación y la toma de decisiones en contextos significativos.

La propuesta se alinea con el enfoque por competencias del Administración Nacional de Educación Pública (2022), integrando dimensiones motrices, cognitivas y socioemocionales. Asimismo, contempla la diversidad mediante principios de accesibilidad y participación activa, garantizando el derecho a la educación física de calidad.

La articulación con el recurso digital permite anticipar, reforzar y resignificar las reglas del juego, favoreciendo la transferencia entre el plano conceptual y la acción motriz.

Formato: Propuesta didáctica

Ciclo: 1°

Tramo: 2 (1.° y 2.°)

Grado: 1.° año

2. Propósitos de enseñanza

1. Conocer y comprender las reglas básicas del vóleybol como deporte colectivo de cancha dividida, a través del juego modificado y el recurso digital.
2. Desarrollar habilidades motrices fundamentales (lanzar, recibir, desplazarse, orientarse espacialmente) en situaciones de juego con pelotas blandas y redes adaptadas.
3. Fomentar el trabajo cooperativo, el respeto por las reglas y la valoración del deporte como práctica social y cultural.
4. Promover la autonomía en la toma de decisiones motrices durante el juego, reconociendo el propio cuerpo en relación con el espacio, los compañeros y la pelota.
5. Articular el uso de tecnologías educativas (recurso digital) con la práctica corporal, potenciando la comprensión integrada del deporte.

Comunicación: Competencia en Comunicación: En este tramo el estudiante interactúa en distintas situaciones comunicativas con diversos soportes y apoyos de modo de desarrollar diferentes lenguajes de acuerdo con sus posibilidades (verbales, no verbales, expresivos, multimediales, icónicos y numéricos) y dialoga construyendo significados.

Relación con los otros: En este tramo el estudiante comunica mediante diferentes formas de expresión, buscando la asertividad de sus ideas, creencias y sentimientos en interacción empática con sus pares a través de la mediación y de apoyos cuando sea necesario. A través del juego, la expresión artística y la experimentación reconocen su corporalidad integral. Comparte el tiempo y el espacio con sus pares reconociendo y respetando características y diferencias. Participa en la búsqueda de pautas de convivencia social e incorpora progresivamente el fundamento cultural de las normas. Se incorpora progresivamente en actividades colaborativas y cooperativas. Desarrolla y fortalece actitudes de solidaridad incluyendo las diferencias.

Espacio / Unidad Curricular		Competencia específica	Contenido	Criterio de Logro
Desarrollo Personal y Conciencia Corporal	Educación Física	<p>CE1. Competencia Motriz</p> <p>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, en relación con el deporte, el juego y recreación, gimnasia y expresiones del movimiento motriz.</p>	<p>Deporte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Descubrimiento de su propio cuerpo. • Diferentes desplazamientos en su entorno. 	<ul style="list-style-type: none"> • Incorpora diferentes desplazamientos relacionados a diferentes deportes en su entorno. • Descubre y sitúa su propio cuerpo con proyección a jugar deportes mediados por el adulto.
		<p>CE2. Corporeidad y entorno</p> <p>Reconoce y desarrolla su esquema corporal, nociones perceptivas - motrices, capacidades físicas y coordinativas, aplicando procesos de internalización, decisión y ejecución con noción espaciotemporal para dar</p>		

		<p>respuesta a las distintas situaciones en su entorno.</p>		
--	--	---	--	--

Metas de aprendizaje sugeridas a adaptar por cada docente:

Los estudiantes

- reconocerán y aplicarán reglas básicas del vóleybol en juegos modificados.
- participarán activamente en situaciones de juego, colaborando con sus compañeros.
- explorarán formas de golpear y enviar la pelota, adaptando su acción al juego.

Las metas de aprendizaje se situarán en la realidad del grupo a cargo del / de la docente.“

Adecuación a la propuesta

En esta propuesta, los contenidos se contextualizan en el **vóleybol como deporte de cancha dividida**, priorizando el uso de pelotas blandas, reglas adaptadas y situaciones de juego reducido. Los criterios de logro se reformulan en función de acciones observables y acordes al nivel evolutivo del grupo.

Competencia específica	Contenido situado	Criterio de logro situado
CE1	Golpe de pelota con manos y antebrazos en juegos de cancha dividida.	Golpea la pelota intentando enviarla al otro lado.
CE2	Ubicación en el espacio y participación en juegos con red.	Se ubica en su lado de la cancha y respeta límites.
CE1	Reglas básicas del vóleybol adaptado (no pique, pases).	Participa respetando reglas simples del juego.

CE2	Juego cooperativo en equipos reducidos.	Colabora con sus compañeros durante el juego.
-----	---	---

Secuencia didáctica

Propósitos de la propuesta

1. Explorar y reconocer el espacio de juego (cancha dividida) y las nociones topológicas básicas (arriba/abajo, adentro/afuera, delante/detrás) en situaciones motrices.
2. Practicar técnicas elementales de manipulación de la pelota (golpear, lanzar, recibir) con diferentes partes del cuerpo, priorizando las manos y los antebrazos.
3. Comprender y respetar reglas mínimas del vóleybol (no dar pique, tres toques, rotación, no agarrar) a través del juego modificado.
4. Desarrollar la cooperación y la comunicación grupal durante situaciones de juego con oposición leve.
5. Valorar el vóleybol como deporte colectivo que promueve la inclusión, el respeto y la convivencia.
6. Articular el recurso digital con la práctica corporal, consolidando la comprensión conceptual de las reglas del juego.

Plan de la secuencia

Actividad 1: Exploramos la cancha y la pelota

Propósito: Reconocer el espacio y manipular la pelota

Técnica abordada: Conciencia corporal y exploración espacial. Manipulación básica de la pelota, (pelotas blandas de distintos tamaños).

Consigna: "Desplácese por la cancha sin chocarse. Cuando escuchan la señal, se detienen y tocan el piso con una mano." Luego: "Golpeen la pelota hacia arriba sin que se caiga. Cuenten cuántos toques logran."

Intervención:

Observa desplazamientos y uso del espacio

Intervenir cuando hay choques: "Miren hacia dónde se mueven"

Propone desafíos: "¿Cuántos toques seguidos logran?"

Ajusta dificultad según control de la pelota

Variantes: Utilizar diferentes tipos de pelotas (blandas, con sonido, texturizadas). Trabajar en parejas a distancia corta. Incorporar desplazamientos laterales mientras se golpea la pelota.

Cierre reflexivo (preguntas guía):

?

- ¿Qué partes del cuerpo usaron para tocar la pelota?
- ¿Cómo se sintieron cuando la pelota no se caía?
- ¿Qué tuvieron que hacer para no chocarse con sus compañeros?

Integración tecnológica:

- **Antes:** visualización breve del recurso (¿qué es el vóleybol?)
- **Después:** identificar en el recurso qué acciones realizaron (lanzar, golpear)

Actividad 2: Pasamos la pelota por encima de la "red"**Propósito:** Introducir la noción de cancha dividida**Técnica abordada:** Lanzamiento y recepción por encima de un obstáculo. Noción de cancha dividida.**Organización:** Se delimitan dos espacios ("lados de la cancha") con una cinta, cuerda baja o red adaptada a la altura de los estudiantes. En parejas o grupos reducidos, en lo posible formar equipos de tres niños o niñas de cada lado de la cinta.**Consigna:** "Pasen la pelota al otro lado, primero lanzando y luego golpeando con las manos o antebrazos. sin que caiga, una y otra vez. En la medida de las posibilidades se pasa de lanzarla, para luego ir hacia golpearla."**Intervención docente:**

- Señala diferencias entre lanzar y golpear.
- Sugiere: "Manos abiertas, empujen la pelota".
- Detiene el juego para mostrar ejemplos.

Variantes: Variar la altura del obstáculo. Aumentar o disminuir la distancia entre equipos. Utilizar pelotas de diferentes tamaños. Permitir que la pelota rebote una vez antes de pasarla (facilitador).

Cierre reflexivo (preguntas guía):

?

- ¿Qué diferencia hay entre lanzar y golpear la pelota?
- ¿Qué tuvieron que mirar antes de pasar la pelota?
- ¿Cómo se organizaron para que todos participen?

Integración tecnológica:

- **Durante:** recordar las reglas vista en el recurso digital: (“la pelota pasa al otro lado”)

Actividad 3: ¡No puede dar pique! Juego modificado de vóleybol**Propósito:** Comprender y aplicar la regla básica**Técnica abordada:** Recepción y envío de la pelota en situación de juego. Regla del "no pique".**Organización:** Se forman equipos de 3 a 4 estudiantes por lado, con red baja o cinta. Se juega con la regla fundamental: la pelota no puede tocar el piso en el propio lado.**Consigna:** “Eviten que la pelota toque el suelo en su lado. Pueden usar hasta tres toques.”
"Juguemos pasando la pelota de un lado al otro. Si la pelota toca el piso de su lado, el otro equipo gana un punto. Traten de pasarla en uno, dos o tres toques. Poco a poco ir introduciendo menor tiempo de contacto hasta llegar a la idea de que **“no vale agarrarla.”**
El docente acompaña señalando y nombrando las reglas.**Intervención docente:**

- Refuerza regla verbalmente durante el juego
- Pregunta: “¿Qué pueden hacer antes de que caiga?”
- Propone organización entre compañeros

Variantes: Permitir que la pelota rebote una vez en el propio lado para primer año diciendo **no**, para demostrar comprensión de que es solo una facilitación transitoria. Utilizar pelotas más grandes o más livianas según las necesidades.**Cierre reflexivo (preguntas guía):**

?

- ¿Por qué creen que no debe dar pique en nuestro lado?

- ¿Qué pasa si todos quieren tocar la pelota al mismo tiempo?
- ¿Cómo pueden ayudarse para que la pelota no se caiga?

Integración tecnológica:

- **Antes:** recorrer sección explicativa en la actividad digital sobre reglas
- **Después:** responder preguntas del recurso

Actividad 4: Rotamos y jugamos todos

Propósito: Introducir rotación

Técnica abordada: Rotación de posiciones. Juego colectivo con reglas progresivas. Saque por debajo.

Organización: Utilizar materiales para delimitar, dividir la cancha y materiales o carteles para facilitar el cambio de posición.

Consigna: “Cuando ganan un punto, rotan un lugar.”

Se consolida el juego modificado incorporando la rotación de posiciones, todos rotan una posición hacia la derecha, como las agujas del reloj. Después de que el equipo gana el saque. Se introduce el saque de abajo, por debajo del brazo, golpeando la pelota desde detrás de la línea de fondo, para que pase al otro lado. Se mantiene la regla de tres toques y no pique.

Posibles dificultades:

- Desorientación → marcar posiciones con conos
- Olvido de rotación → apoyo verbal y visual

Intervención docente:

- Demuestra físicamente la rotación
- Acompaña con señalización corporal
- Simplifica si es necesario

Variantes: Simplificar la rotación: solo rotan cuando el docente indica. Permitir que el saque se haga desde más cerca de la red. Para estudiantes que lo necesiten, permitir lanzar el saque en lugar de golpearlo.

Cierre reflexivo (preguntas guía):

?

- ¿Por qué rotamos de lugar después de ganar un punto?
- ¿Qué diferencia hay entre sacar por debajo y pasar la pelota?
- ¿Les gusta jugar en diferentes posiciones? ¿Por qué?

Integración tecnológica:

Después: búsqueda guiada de la regla de rotación en el recurso digital.

Actividad 5: ¡Nuestro campeonato de vóleybol!

Técnica abordada: Juego modificado de vóleybol con reglas consolidadas. Trabajo en equipo y fair play.

Organización: Se plantea un mini campeonato con equipos de 4 estudiantes. Se juega a 10 puntos (primer año) o 15 puntos (segundo año), sin necesidad de diferencia de dos puntos. Se prioriza la participación de todos, el respeto por las reglas y el disfrute del juego. Se utiliza el recurso digital antes o después de la clase para reforzar las reglas.

Consigna: "Jueguen respetando reglas y participando todos."

"Juguemos un partido amistoso. Recuerden: no dejar que pique, dar hasta tres toques, uno cada jugador, es decir hasta dos pases, luego rotar cuando ganen el punto y obtengan el saque, y lo más importante: ¡jugar todos y divertirse!".

Intervención docente:

- El docente será el árbitro que ayuda
- Observa participación
- Refuerza actitudes de respeto
- Interviene ante conflictos

Variantes: Permitir que la pelota rebote una vez en el propio lado (primer año). Jugar con más de una pelota simultáneamente para aumentar la participación. Incluir estudiantes como "árbitros ayudantes" rotativos.

Cierre reflexivo (preguntas guía):

?

- ¿Qué reglas del vóleybol recuerdan mejor después de jugar?
- ¿Qué hicieron cuando no estaban de acuerdo con algo?
- ¿Cómo se sintieron jugando en equipo?

Integración tecnológica:

- **Cierre:** uso del recurso como autoevaluación interactiva.

Ticket de salida (evaluación formativa)

Técnica abordada: Autoevaluación y coevaluación formativa. Consolidación de aprendizajes.

- Una regla que aprendí
- Cómo jugué
- Cómo me sentí

Se puede realizar en formato oral, gráfico o digital.

Descripción breve: Al finalizar la secuencia, cada estudiante completa un "ticket de salida" que puede ser oral, gráfico o escrito (según las posibilidades del grupo). Se articula con el recurso digital: los estudiantes pueden acceder al juego de preguntas del recurso para autoevaluarse.

Consigna: "Dibujen o escriban en su ticket: una regla del vóleybol que aprendieron, una parte del cuerpo que usaron para jugar, y una carita (feliz, neutra o triste) que muestre cómo se sintieron jugando en equipo."

Variantes: Para estudiantes con dificultades de escritura: respuesta oral grabada o dibujo. Utilizar el recurso digital como ticket de salida interactivo. Trabajo en parejas: un compañero evalúa al otro con una carita.

Cierre reflexivo (preguntas guía):

?

- ¿Qué fue lo más divertido de aprender vóleybol?
- ¿Qué les gustaría seguir practicando?

Sugerencias metodológicas, didácticas y de evaluación (para el docente)

- Enseñanza comprensiva del deporte: Priorizar la comprensión de las reglas y la toma de decisiones sobre la perfección técnica. El docente debe actuar como facilitador que acompaña, observa y retroalimenta, más que como instructor de gestos técnicos.
- Juego modificado: Adaptar sistemáticamente las reglas, el espacio, los materiales y el número de jugadores para garantizar la participación activa de todos. La red debe estar a una altura que permita el juego fluido (aproximadamente 1,20 m para este tramo).
- Secuenciación progresiva: Respetar los ritmos de aprendizaje. No se exige la técnica perfecta del saque ni la recepción con antebrazos; se prioriza el contacto con la pelota y la comprensión del juego.
- Articulación con el recurso digital: Utilizar el recurso "Aprendo Vóleybol" como introducción conceptual antes de la clase práctica, o como cierre para consolidar aprendizajes. La función TTS (texto a voz) facilita la accesibilidad para estudiantes con dificultades lectoras.
- Organización del espacio: Utilizar conos, aros, cintas o cuerdas para delimitar la cancha. Se sugiere trabajar en el patio escolar o gimnasio con superficies seguras. Evitar superficies resbaladizas.
- Materiales: Pelotas blandas de gomaespuma o tela (diámetro 20-25 cm), redes o cintas a 1,20 m de altura, conos para delimitar, silbato. Contar con pelotas con sonido y texturas para estudiantes con necesidades especiales.
- Grupos reducidos: Trabajar con equipos de 3-4 estudiantes para maximizar la participación. Evitar que estudiantes esperen turnos prolongados.
- Lenguaje inclusivo: Utilizar vocabulario que reconozca la diversidad: "niños y niñas", "el alumnado", "todos y todas". Evitar expresiones excluyentes.
- Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA): Ofrecer múltiples formas de representación (explicación oral, demostración, recurso digital), acción (jugar, observar, arbitrar) y motivación (juego, campeonato, desafíos).

Sugerencias de evaluación

- Evaluación formativa continua: Observar y registrar el desempeño de los estudiantes durante cada actividad mediante listas de cotejo o registros anecdóticos. La evaluación no debe ser sumativa ni condicionar la promoción.
- Autoevaluación y coevaluación: Promover que los estudiantes reconozcan sus propios avances y los de sus pares. El "ticket de salida" es una herramienta de autoevaluación simple y efectiva.
- Evidencias de aprendizaje: Registrar fotografías o videos (con autorización) de situaciones de juego que muestren la aplicación de reglas, la cooperación y las habilidades motrices.
- Retroalimentación descriptiva: Ofrecer comentarios específicos sobre lo que el estudiante hace bien y qué puede mejorar, evitando calificaciones numéricas. Ejemplo: "Veo que estás usando las dos manos para golpear la pelota. ¡Eso ayuda a controlarla mejor!"
- Adaptaciones evaluativas: Para estudiantes con necesidades especiales, ajustar los criterios de logro sin reducir la exigencia. Lo importante es que participen y progresen desde sus propias posibilidades.

Rúbrica de evaluación (orientativa)

Dimensión	En proceso	Logrado	Avanzado
Conocimiento de reglas	Reconoce algunas reglas con ayuda del docente. Necesita recordatorios frecuentes durante el juego.	Comprende y respeta las reglas básicas (no pique, tres toques, rotación) durante el juego modificado.	Aplica las reglas con autonomía y ayuda a recordarlas a sus compañeros. Propone variantes respetando la lógica del juego.
Habilidades motrices	Realiza contactos esporádicos con la pelota. Le cuesta controlar la dirección del envío.	Golpea y recibe la pelota con cierta regularidad. Logra enviarla hacia el lado contrario en situaciones facilitadas.	Coordina el contacto con la pelota, variando la fuerza y dirección. Participa activamente en secuencias de tres toques.
Trabajo en equipo	Participa de forma individual. Le cuesta compartir la pelota o respetar turnos.	Se integra al equipo, respeta turnos y posiciones. Comunica con sus pares durante el juego.	Coordina estrategias con el equipo, distribuye el juego y apoya a compañeros que tienen dificultades.

Corporeidad y espacio	Muestra dificultad para ubicarse en la cancha. Se desorienta con la red y los límites.	Se ubica correctamente en su lado de la cancha. Respeta los límites y la red durante el juego.	Anticipa la trayectoria de la pelota y se posiciona estratégicamente. Adapta su cuerpo a diferentes situaciones de juego.
Valoración del deporte	Muestra desinterés o frustración ante el juego. No respeta las reglas acordadas.	Disfruta del juego, respeta las reglas y muestra actitud positiva ante el compañero y el rival.	Valora el vóleybol como deporte colectivo. Promueve el fair play y la inclusión de todos los compañeros.

Créditos

Recurso digital asociado: Díaz, M. (2026). Actividad digital conociendo el Vóleybol desde niños/as. Recurso Educativo Abierto. Portal Uruguay Educa.

<http://uruguayeduca.anep.edu.uy/recursos-educativos/13250>

Díaz, M., Dall-E (2026) Imagen de portada: Imagen generada por inteligencia artificial (IA) con prompt diseñado con estilo fotografía realista.

Bibliografía

- Administración Nacional de Educación Pública [ANEP]. (2022). *Marco Curricular Nacional*. Transformación Educativa.
<https://www.anep.edu.uy/marcocurricularnacional>
- Administración Nacional de Educación Pública. (2024). *Compilación de programas 1er ciclo – Educación Básica Integrada (EBI)*. ANEP.
<https://www.anep.edu.uy/sites/default/files/images/te-programas/2023/Compilaci%C3%B3n%20Programas%201er%20Ciclo%20-%202024.pdf>
- Velázquez Buendía, R. (2004). *Educación deportiva: fundamentos y aplicaciones*. Barcelona: INDE Publicaciones.
- Ruiz Pérez, L. M. (1995). *El cuerpo y la educación física: una propuesta de educación motriz*. Barcelona: INDE Publicaciones.

- Administración Nacional de Educación Pública (ANEP). (2022). Marco Curricular Nacional 2022. Montevideo: ANEP.
- Parlebas, P. (2001). Juegos, deportes y sociedades: léxico de praxiología motriz. Buenos Aires: INDE Publicaciones.
- Moreno, J. A. (2006). La recreación: una propuesta educativa. Revista de Educación Física y Deportes, 15(87), 45-52.

Autor: Prof. Marcos Díaz

Fecha de creación: Abril 2026

Licenciamiento: Esta obra está bajo una licencia **Creative Commons AtribuciónNoComercialCompartirIgual 4.0 Internacional (CC BYNCSA 4.0)**.

