



**CURSO ENTRENADOR DE VOLEIBOL NIVEL I Y NIVEL II**  
**CALENDARIO DEL 2 DE ENERO DE 2018 AL 12 DE FEBRERO DE 2018**

**JORNADAS PRESENCIALES**

**CÁCERES, MARTES 2 DE ENERO DE 2018 (NIVEL I Y NIVEL II)**

HORARIO	ÁREA: REGLAS DE JUEGO.	TOTAL HORAS
10:00-11:00	Inauguración Oficial - Presentación del Curso	4 HORAS
11:00-12:00	Estructura Organizativa del Voleibol.	
12:00-12:30	Descanso	
12:30-14:30	Análisis del reglamento de voleibol en todas sus modalidades	
HORARIO	ÁREA: ENSEÑANZA-APRENDIZAJE DE LA TÉCNICA	TOTAL HORAS
16:00-18:00	Análisis de los diferentes gestos técnicos. Errores más frecuentes.	5 HORAS
18:00-18:30	Descanso	
18:30-21:00	Progresión metodológica de los diferentes gestos técnicos (sesión práctica)	

**CÁCERES, MIÉRCOLES 3 DE ENERO DE 2018 (NIVEL I Y NIVEL II)**

HORARIO	ÁREA: ENSEÑANZA-APRENDIZAJE DE LA TÁCTICA	TOTAL HORAS
9:30-10:30	Táctica individual y colectiva.	4,5 HORAS
12:00-12:30	Descanso	
12:30-14:30	Sistemas de juego básicos en la iniciación.	
14:30-16:00	Comida	
HORARIO	ÁREA: PREPARACIÓN FÍSICA	TOTAL HORAS
16:00-19:00	Preparación Física Integral. El calentamiento como base de rendimientos	3 HORAS
19:00-19:30	Descanso	
HORARIO	ÁREA: DIRECCIÓN DE EQUIPO	TOTAL HORAS
19:30-21:00	Dirección de Equipo en la Iniciación Deportiva	1,5 HORAS

**CÁCERES, JUEVES 4 DE ENERO DE 2018 (NIVEL I Y NIVEL II)**

HORARIO	ÁREA DE PROMOCIÓN Y DESARROLLO DEL VOLEIBOL	TOTAL HORAS
9:30-12:00	Introducción al Minivoley. Aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios	2,5 HORAS
12:00-12:30	Descanso	
12,30-13,30	Higiene y primeros auxilios.	2 HORAS
13:30-14:30	Aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios del Voley Playa	
14:30-16:00	Comida	
HORARIO	ÁREA: METODOLOGÍA Y DIDÁCTICA	TOTAL HORAS
16:00-18:00	Metodología y didáctica del voleibol	2 HORAS
18:00-18:30	Descanso	
18:30-19:30	Planificación en la iniciación Deportiva	1 HORA
19:30-21,30	Exámenes presenciales	2 HORAS
	(Fin del nivel I)	

**Total JORNADAS PRESENCIALES 27 HORAS**

**Total JORNADAS A DISTANCIA 18 HORAS**

**TOTAL HORAS CURSO: 45 HORAS**





**CURSO ENTRENADOR DE VOLEIBOL NIVEL II**  
**CALENDARIO DEL 2 DE ENERO DE 2018 AL 12 DE FEBRERO DE 2018**

**JORNADAS PRESENCIALES**

**CÁCERES, SÁBADO 10 DE FEBRERO DE 2018 (NIVEL II)**

**A PARTIR DE AQUÍ ES ESPECÍFICO NIVEL II**

HORARIO	ÁREA: REGLAMENTO Y ESTRUCTURA ORGANIZATIVA	TOTAL HORAS
9:00-11:00	Didáctica y metodología del Reglamento.	2 HORAS
11:00-11:30	Descanso	
HORARIO	ÁREA: FORMACIÓN TÉCNICO Y TÁCTICA	TOTAL HORAS
11:30- 14,30	Gestos Técnicos avanzados (sesión práctica)	3 HORAS
14,30-16,00	Comida	5 HORAS
16,00-18,30	Complejos Tácticos de juego. K-I	
18,30-19,00	Descanso	
19,00-21,00	Entrenamiento de fase recepción – punto (sesión práctica)	

**CÁCERES, DOMINGO 11 DE FEBRERO DE 2018 (NIVEL II)**

HORARIO	ÁREA: FORMACIÓN TÉCNICO Y TÁCTICA	TOTAL HORAS
9,00-11,00	Complejos Tácticos de juego. K-II	5 HORAS
11,00-11,30	Descanso	
11,30-13,00	Entrenamiento de fase saque – punto (sesión práctica)	
13,00- 14,30	Planificación Deportiva en Voleibol	
14,30-16,00	Comida	
HORARIO	ÁREA: PREPARACIÓN FÍSICA	TOTAL HORAS
16,00-18,30	Capacidades Físicas Condicionantes en el Voleibol.	5 HORAS
18,30-19,30	Descanso	
19,30-21:00	Práctica de sesiones de desarrollo de la condición física del voleibol.	

**CÁCERES, LUNES 12 DE FEBRERO DE 2018**

HORARIO	ÁREA: DIDÁCTICA Y METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO	TOTAL HORAS
09:00-11:00	Dirección de Equipo	5 HORAS
11:00-11:30	Descanso	
11:30-13:00	Voley playa. Pefecionamiento y entrenamiento.	
13:00-14:30	Prevenir lesiones y patologías propias del voleibol	
14,30-16,00	Comida	
16:00-17:30	Voleibol Adaptado	5,5 HORAS
17:30-19:00	Principios metodológicos para el diseño de tareas y para organizar los entrenamientos.	
19:00-19:30	Descanso	
19:30-20:30	Propuestas metodológicas para el aprendizaje de los diferentes elementos técnicos y tácticos del voleibol	
20:30-21:30	Preparación psicológica del jugador/a de voleibol	

**FALTA PONER UN DIA DE EXAMENES PRESENCIALES**

**Total JORNADAS A PRESENCIALES NIVEL I + NIVEL II : 62HORAS**

