

PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN FÍSICA

Título:

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL SOBRE ESTRATEGIAS DE ENTRENAMIENTO PARA MEJORAR LA RECEPCIÓN EN EL VOLEIBOL (2015 – 2024)

Trabajo de investigación para optar el grado de

Bachiller en Educación

Autores:

Chetilan Noriega Jhan Edvin
https://orcid.org/0009-0009-3873-2809

Salinas Cajo Carlos Antonio
https://orcid.org/0009-0007-3981-7156

Asesora:
Dra. Maritza Arcelis Zavaleta Díaz
https://orcid.org/0000-0002-2839-6356

Línea de investigación:
Currículo y didáctica: Estrategias y tácticas de juegos en deportes

MOYOBAMBA – PERÚ

2025

Carlos Antonio

SALINAS 15-03-20256.pdf TURNITIN.pdf

Revisiones 2026 - FID y PPD

Revisiones Turnitin

evagjsm

Detalles del documento

Identificador de la entrega
trn:oid:::1:3511532774

Fecha de entrega
19 mar 2026, 11:43 a.m. GMT-5

Fecha de descarga
19 mar 2026, 11:47 a.m. GMT-5

Nombre del archivo
SALINAS_15-03-20256.pdf_TURNITIN.pdf

Tamaño del archivo
1.2 MB

34 páginas

7752 palabras

43.907 caracteres

8% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Fuentes principales

8% Fuentes de Internet
1% Publicaciones
0% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.° de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

8% Fuentes de Internet
1% Publicaciones
0% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1 Internet
hdl.handle.net 6%

2 Internet
repositorio.upch.edu.pe 1%

3 Internet
alicia.concytec.gob.pe <1%

Carlos Antonio

SALINAS 15-03-20256.pdf TURNITIN.pdf

Revisiones 2026 - FID y PPD

Revisiones Turnitin

evagjsm

Detalles del documento

Identificador de la entrega
trn:oid:::1:3511532774

Fecha de entrega
19 mar 2026, 11:43 a.m. GMT-5

Fecha de descarga
19 mar 2026, 11:48 a.m. GMT-5

Nombre del archivo
SALINAS_15-03-20256.pdf_TURNITIN.pdf

Tamaño del archivo
1.2 MB

34 páginas

7752 palabras

43.907 caracteres

*% detectado como IA

La detección de IA incluye la posibilidad de que haya falsos positivos. Aunque cierto texto en esta entrega se generó probablemente con IA, los puntajes inferiores al umbral del 20 % no aparecen porque tienen una mayor probabilidad de falsos positivos.

Precaución: Se necesita revisión.

Es esencial comprender los límites de la detección de IA antes de tomar decisiones acerca del trabajo del estudiante. Te alentamos a obtener más información acerca de las funciones de detección de IA de Turnitin antes de usar la herramienta.

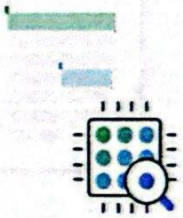
Aviso legal

Nuestra evaluación de escritura con IA está diseñada para ayudar a los académicos a identificar texto que podrían haberse preparado mediante una herramienta de IA generativa. Es posible que nuestra evaluación de escritura con IA no siempre sea precisa (existe la posibilidad de que identifique erróneamente redacciones probablemente generadas por humanos como generadas por IA, y redacciones probablemente generadas por IA como generadas por humanos), por lo que no debe usarse como único fundamento para aplicar sanciones a un estudiante. Para determinar si es un caso de deshonestidad académica, se necesita de un escrutinio mayor y el juicio humano, junto con la aplicación de las políticas académicas específicas de la organización.

Preguntas frecuentes

¿Cómo debería interpretar los falsos positivos y el porcentaje de escritura con IA de Turnitin?

El porcentaje que se muestra en el reporte de escritura con IA es la cantidad del texto calificado en la entrega que el modelo de detección de escritura con IA de Turnitin determina se generó probablemente con IA desde un modelo de lenguaje de gran tamaño.



Los falsos positivos (que marcan incorrectamente alertas de texto escrito por humanos como generado con IA) son una posibilidad en los modelos de IA.

Los puntajes de detección de IA inferiores al 20 %, que no aparecen en reportes nuevos, tienen una mayor probabilidad de ser falsos positivos. Para reducir la probabilidad de malinterpretación, no se atribuye ningún puntaje o resaltado y se indican con un asterisco en el reporte (*%).

El porcentaje de escritura con IA no debe ser el único fundamento para determinar si ha ocurrido una mala conducta. El revisor/instructor debería usar el porcentaje como un medio para iniciar una conversación formativa con sus estudiantes o usarlo para examinar el ejercicio entregado según las políticas de la escuela.

¿Qué significa 'texto calificado'?

Nuestro modelo sólo procesa texto calificado en la forma de escritura de formato largo. La escritura de formato largo se refiere a los enunciados individuales en párrafos que constituyen una parte más grande del trabajo escrito, como un ensayo, una disertación, un artículo, etc. El texto calificado que se ha determinado que se generó probablemente con IA se resaltará en color cian en la entrega.

El texto no calificado, como viñetas, bibliografías comentadas, etc., no se procesará y puede crear disparidad entre los puntos destacados de la entrega y el porcentaje mostrado.

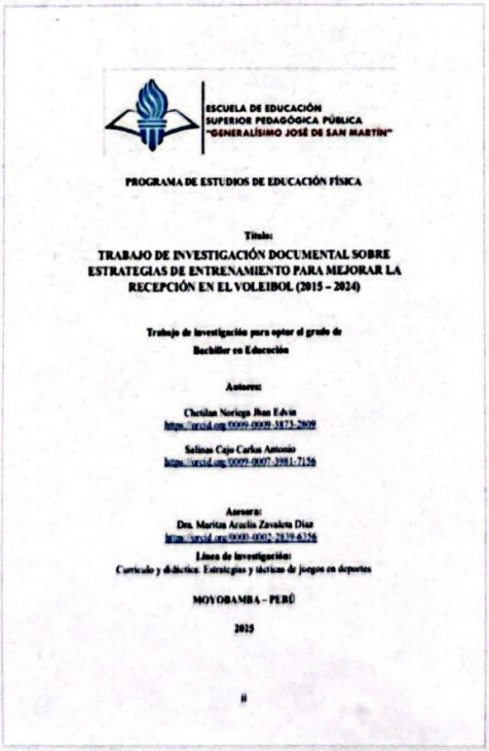
turnitin

Recibo digital

Este recibo confirma quesu trabajo ha sido recibido por Turnitin. A continuación podrá ver la información del recibo con respecto a su entrega.

La primera página de tus entregas se muestra abajo.

Autor de la entrega:	Carlos Antonio
Título del ejercicio:	Revisiones 2026 - FID y PPD
Título de la entrega:	SALINAS 15-03-20256.pdf TURNITIN.pdf
Nombre del archivo:	SALINAS_15-03-20256.pdf_TURNITIN.pdf
Tamaño del archivo:	1.23M
Total páginas:	34
Total de palabras:	7,752
Total de caracteres:	43,907
Fecha de entrega:	19-mar-2026 11:43a. m. (UTC-0500)
Identificador de la entrega:	2892583486



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA "GENERALÍSIMO JOSÉ DE SAN MARTÍN"

PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN FÍSICA

Título:

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL SOBRE ESTRATEGIAS DE ENTRENAMIENTO PARA MEJORAR LA RECEPCIÓN EN EL VOLEIBOL (2015 – 2024)

Trabajo de investigación para optar el grado de Bachiller en Educación

Autores:

Chcuiza Noriega Jhon Edvin
https://orcid.org/0009-0009-3873-2809

Salinas Cajo Carlos Antonio
https://orcid.org/0009-0007-3981-7156

Asesora:
Dra. Maritza Araceli Zavaleta Díaz
https://orcid.org/0000-0002-2839-6356

Línea de investigación:
Currículo y didáctica. Estrategias y tácticas de juegos en deportes

MOYOBAMBA – PERÚ

2025

ii

Derechos de autor 2026 Turnitin. Todos los derechos reservados.

Formato de autorización NO EXCLUSIVA para la publicación de trabajos de investigación, conducentes a optar grados académicos y títulos profesionales en el Repositorio Institucional Digital de Tesis.

1) Datos del autor

Apellidos y nombres : SALINAS CAJO, CARLOS ANTONIO
Código de alumno :
Correo electrónico : ccajo969@gmail.com
ORCID : https://orcid.org/0009-0007-3981-7156

(En el caso de que existan más autores, se debe llenar un formulario por autor)

2) Datos académicos

Programa de estudios:
EDUCACIÓN FÍSICA

MODALIDAD:
FID (X)
PPD ( )

3) Tipo de trabajo de investigación

Tesis ---------- ( ) Trabajo de Investigación documental (X)
Trabajo de suficiencia profesional - ( )

4) Datos del trabajo de investigación

Título

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL SOBRE ESTRATEGIAS DE ENTRENAMIENTO PARA MEJORAR LA RECEPCIÓN EN EL VOELIBOL (2015-2024)

Año de publicación

2026

5) Tipo del acceso al documento

Acceso público * ---------- (X) Embargo ---------- ( )
Acceso restringido ** ---------- ( )

* Si el autor elige el tipo de acceso abierto o público, otorga a la Escuela de Educación Superior pedagógica Pública "Generalísimo José de San Martín", una licencia **No Exclusiva**, para publicar, conservar y sin modificar su contenido, pueda convertirla a cualquier formato de fichero, medio o soporte, siempre con fines de seguridad, preservación y difusión en el Repositorio Institucional Digital de Tesis. Respetando siempre los **Derechos de Autor y Propiedad Intelectual** de acuerdo y en el marco de la Ley N° 822.

** En caso que el autor elija la segunda opción, es necesario y obligatorio que indique el sustento correspondiente.

6) Originalidad del archivo digital

Por el presente dejo constancia que el archivo digital que entrego a la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "Generalísimo José de San Martín", como parte del proceso conducente a obtener el título profesional o grado académico, es la versión final del trabajo de investigación sustentado y aprobado por el jurado.

7) Otorgamiento de una licencia CREATIVE COMMONS

Para investigaciones que son de acceso abierto se les otorgó una licencia Creative Commons, con la finalidad de que cualquier usuario pueda acceder a la obra, bajo los términos que dicha licencia implica. https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.es

El autor, por medio de este documento, **AUTORIZA** a la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "Generalísimo José de San Martín", publicar su trabajo de investigación en formato digital en el Repositorio Institucional Digital de Tesis, al cual se podrá acceder, preservar y difundir de forma libre y gratuita, de manera íntegra a todo el documento.

Según el inciso 12.2, del artículo 12° del Reglamento de Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos profesionales – RENATI **"Las universidades, instituciones y escuelas de educación superior tienen como obligación registrar todos los trabajos de investigación y proyectos, incluyendo los metadatos en sus repositorios institucionales precisando sin son de acceso abierto o restringido, los cuales serán posteriormente recolectados por el Repositorio Digital RENATI, a través del Repositorio ALICIA".**



Firma del Autor

Huella

8) Para ser llenado en el Repositorio Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto de la EESPP "Generalísimo José de San Martín".

Fecha de recepción del documento.

____/____/_____

Grado Nombres y Apellidos
Responsable .....

* **Acceso abierto:** uso lícito que confiere un titular de derechos de propiedad intelectual a cualquier persona, para que pueda acceder de manera inmediata y gratuita a una obra, datos procesados o estadísticas de monitoreo, sin necesidad de registro, suscripción, ni pago, estando autorizada a leerla, descargarla, reproducirla, distribuirla, imprimirla, buscarla y enlazar textos completos (Reglamento de la Ley N° 30035).

** **Acceso restringido:** el documento no se visualizará en el repositorio.

APROBADO

23/12/2025

Chetilan Noriega, Jhan Edvin

Salinas Cajo, Carlos Antonio

Página del Jurado y Asesora

_____

MG. ODILARDO ROJAS GONZALEZ

PRESIDENTE

_____

PROF. WAGNER PIÑA RUIZ

SECRETARIO

_____

MG. ALDRIN MIKY MONTALVO BRIONES

VOCAL

_____

DRA. MARITZA ARCELIS ZAVALETA DÍAZ

ASESORA

Dedicatoria

Dedico este trabajo con todo mi corazón a mis padres, quienes han estado a mi lado en cada paso del camino. Su apoyo incondicional, sus palabras de aliento y su confianza en mí han sido fundamentales para superar los momentos difíciles. A lo largo de este proceso, no ha sido fácil. Hubo obstáculos, dudas y cansancio, pero también hubo aprendizaje, esfuerzo y muchas ganas de salir adelante. Cada dificultad fue una oportunidad para crecer y fortalecerme, y eso no habría sido posible sin el respaldo y amor de mi familia. Esta tesis no solo representa un logro académico, sino también personal. Es el reflejo de todo lo que he superado y de la fuerza que me han dado quienes creen en mí.

Jhan Edvin

A Dios, primeramente, le doy gracias por darme la vida, la salud y la fortaleza para seguir adelante. Sin su guía y su presencia en mi vida, nada de esto habría sido posible. A mi familia, por ser mi base, mi refugio y mi mayor fuente de motivación. Gracias por acompañarme con amor, por enseñarme a no rendirme y por estar presentes en cada momento, bueno o difícil. Esta tesis es fruto del esfuerzo, pero también de la fe. Creo firmemente que, con Dios en el corazón y el apoyo de la familia, cualquier meta se puede alcanzar.

Carlos Antonio

Agradecimiento

Agradecemos, en primer lugar, a Dios, por darnos la salud, la fortaleza y la perseverancia necesarias para culminar esta etapa tan importante en nuestra vida académica.

A nuestra familia, por su amor incondicional, su apoyo constante y por creer en nosotros incluso en los momentos en que dudamos de nosotros mismos. Gracias por ser nuestra mayor fuente de motivación

Expresamos nuestro más sincero agradecimiento a nuestra asesora, Dra. Maritza Arcelis Zavaleta Díaz, por su guía, paciencia y compromiso a lo largo del desarrollo de esta tesis. Su experiencia, dedicación y exigencia académica fueron fundamentales para mejorar la calidad de este trabajo y para nuestro crecimiento como estudiantes y futuros profesionales.

Agradecemos también a todos los docentes de la carrera de Educación Física, cuyas enseñanzas han contribuido significativamente a nuestra formación integral.

Finalmente, gracias a nuestros compañeros y a todas las personas que, de una u otra forma, fueron parte de este proceso. Cada palabra, cada gesto y cada consejo dejaron una huella en este camino que hoy culmina con orgullo y gratitud.

Los autores

Resumen

Este informe se centra en la recepción del voleibol, que es todo un reto lograr, buscamos a través de un estudio de estrategias de entrenamiento, entender cómo se puede fortificar esta habilidad dentro de las clases de Educación Física. Nuestro objetivo es revisar qué explican las investigaciones realizadas entre 2015 y 2024 y qué aportes ofrecen para mejorar la recepción. La metodología empleada fue de enfoque cualitativo y se basó en una revisión documental. Para ello, se analizaron investigaciones nacionales e internacionales publicadas durante los últimos diez años, consultando diversos repositorios virtuales. El estudio se estructuró en dos ejes principales: por un lado, las estrategias de entrenamiento orientadas específicamente a mejorar la recepción; y por otro, los instrumentos, dimensiones e indicadores utilizados para evaluarla. Los hallazgos muestran que lo más efectivo no son solo los ejercicios técnicos, sino también aquellas prácticas que ponen en juego la coordinación, el control del cuerpo y la capacidad de responder en situaciones parecidas a un partido real. En lo referente a la evaluación, se observa un uso mayoritario de herramientas prácticas, como listas de cotejo, fichas de observación, pruebas técnicas y cuestionarios. Finalmente, se sugiere que las instituciones educativas integren programas más consistentes de voleibol en sus clases de Educación Física. No basta con la teoría: incluir juegos predeportivos, actividades lúdicas, ejercicios de coordinación y simulaciones de juego hace que los estudiantes aprendan, disfruten y, sobre todo, mejoren de verdad.

***Palabras clave**:* Estrategias de entrenamiento, recepción en voleibol, educación física.

Abstract

This report focuses on volleyball receiving, which is quite challenging to master. Through a study of training strategies, we seek to understand how this skill can be strengthened in physical education classes. Our objective is to review the findings of research conducted between 2015 and 2024 and what insights they offer for improving receiving. The methodology used was qualitative and based on a review of the literature. To this end, we analyzed national and international research published over the last ten years, consulting various online repositories. The study was structured around two main axes: on the one hand, training strategies specifically aimed at improving reception; and on the other, the instruments, dimensions, and indicators used to evaluate it. The findings show that the most effective are not only technical exercises, but also those practices that bring into play coordination, body control, and the ability to respond in situations similar to a real game. With regard to evaluation, the majority of tools used are practical, such as checklists, observation sheets, technical tests, and questionnaires. Finally, it is suggested that educational institutions integrate more consistent volleyball programs into their physical education classes. Theory alone is not enough: including pre-sports games, recreational activities, coordination exercises, and game simulations helps students learn, enjoy themselves, and, above all, truly improve.

Keywords: Training strategies, volleyball reception, physical education.

Índice General

Página del Jurado y Asesora II
Dedicatoria III
Agradecimiento IV
Resumen V
Abstract VI
Índice General VII
Índice de Tablas ix
Índice de Figuras ix

INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO I

Planteamiento del Problema 11
1.1. Contexto del Tema 11
1.2. Formulación del Problema 12
1.2.1 Problema General 12
1.2.2 Problemas Específicos 12
1.3. Formulación de Objetivos 12
1.3.1. Objetivo General 12
1.3.2. *Objetivos Específicos* 12

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes del Estudio 14
2.2. Marco teórico conceptual 14
2.2.1. Estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción de voleibol 14
2.2.1.1. Definición de estrategias de entrenamiento 14
2.2.1.2. Estrategias de entrenamiento en el voleibol 15
2.2.1.3. Tipos de Estrategias de Entrenamiento en la recepción del voleibol 15
2.2.2. Recepción en el voleibol 16
2.2.2.1. Definición de recepción en el voleibol 16
2.2.2.2. Medición de la recepción en el voleibol: Instrumentos, dimensiones e indicadores 17

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo de Investigación 19

3.2. Muestra y Unidades de Análisis Documentales 19
3.3. Técnicas e Instrumentos. 21
3.3.1. Matriz Bibliográfica o Ficha Bibliográfica 21
3.3.2. Matriz Hermenéutica o Analítica 21
3.4. Ejes Temáticos o Ejes de Análisis 21
3.5. Metodología o Plan de Análisis: 21
CAPÍTULO IV
RESULTADOS
4.1. Descripción de las Fuentes Documentales 23
4.2. Identificación y Descripción de las Fuentes Documentales 26
4.3. Análisis de Información según los Ejes 26
4.3.1. Eje 1: Estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción en el voleibol 27
4.3.2. Eje *2:* Instrumentos, dimensiones e indicadores para medir la recepción en el voleibol 30
4.4. Análisis de la Información 34
Conclusiones 39
Recomendaciones 40
Referencias Bibliográficas 41
Anexos 47
Anexo 1: Ficha Bibliográfica 47
Anexo 2: Matriz de Análisis o Hermenéutica 53
Anexo 3: Matriz de Consistencia 64

Índice de Tablas y Figuras

Índice de tablas

Tabla 1 Motores de búsqueda 24
Tabla 2 Repositorios de origen de las investigaciones.....25
Tabla 3 Cantidad de documentos por año de publicación.....26
Tabla 4 Numero de investigaciones según el tipo de documento 26

Índice de figuras

Figura 1 Ubicación de las fuentes documentales.....20
Figura 2 Ejes Temáticos.....21
Figura 3 Búsqueda y filtro aplicado para la selección de documentos.....24
Figura 4 Estrategias encontradas en las investigaciones revisadas sobre estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción en el voleibol en educación física. 35
Figura 5 Instrumentos, dimensiones e indicadores para medir la recepción en el voleibol. ..37

Introducción

Este trabajo documental nace de una inquietud muy concreta: ¿cómo ayudar a que los estudiantes mejoren la recepción en voleibol? Quienes nos formamos como futuros docentes vemos de cerca las dificultades que enfrentan los adolescentes al aprender esta habilidad y, al mismo tiempo, nos preguntamos qué estrategias pueden marcar la diferencia. De esa reflexión surge la necesidad de revisar lo que dicen las investigaciones más recientes y qué avances se han logrado en este campo.

Para esta razón realizamos una revisión sistemática de la literatura científica que aborda estrategias de entrenamiento orientadas a optimizar la recepción. El propósito no fue simplemente reunir un conjunto de técnicas, sino construir una visión amplia y enriquecedora sobre cómo los docentes de Educación Física aplican diversas prácticas pedagógicas para fortalecer esta habilidad y, al mismo tiempo, contribuir al desarrollo integral de los adolescentes.

La búsqueda de información se realizó de manera rigurosa. Cada estudio fue clasificado siguiendo criterios específicos: autor, título, año de publicación, país, temática, tipo de documento, número de páginas y el enlace de consulta. Esta organización permitió analizar de forma más clara, ordenada y sólida todo el material recopilado.

El propósito principal es claro: identificar y analizar tanto las estrategias de entrenamiento como los indicadores, dimensiones e instrumentos empleados para evaluar la recepción en voleibol. Con esto, no solo buscamos ordenar y sistematizar la información existente, sino también ofrecer una mirada crítica sobre la manera en que estas prácticas se ponen en marcha dentro del contexto educativo. La idea es ofrecer una visión más completa de su efectividad y de cómo inciden en la formación de los estudiantes.

El informe se organiza en cuatro capítulos. El primero plantea el problema y los objetivos; el segundo reúne los antecedentes y el marco teórico; el tercero explica la metodología seguida; y el cuarto expone los resultados obtenidos. Finalmente, se presentan conclusiones, recomendaciones y referencias que cierran el estudio.

Capítulo I

Planteamiento del Problema

1.1. Contexto del Tema

Este estudio nace de una experiencia muy concreta, vivida en el Módulo de Práctica e Investigación VII durante el 2023, en una institución educativa de Segunda Jerusalén, con estudiantes de cuarto grado de secundaria. Al observar sus clases y aplicar fichas de seguimiento, quedó en evidencia un problema común: muchos de ellos tenían serias dificultades para recibir el balón en el juego de voleibol. Y este detalle, que podría parecer menor, afectaba directamente su rendimiento en las competencias escolares.

Lo mismo se repitió más adelante, en el Módulo de Práctica e Investigación VIII, esta vez en Soritor, con alumnos de tercer grado. Allí la observación fue más cercana, incluso participando en las sesiones dirigidas por la docente de Educación Física. Sin embargo, el panorama no cambió demasiado: errores frecuentes en la recepción, problemas de coordinación, falta de control… en definitiva, una técnica que aún no estaba consolidada. Para confirmar la situación, se conversó con el docente del área. Su respuesta fue clara: no se aplicaban estrategias de entrenamiento específicas; el enfoque era más general y el tiempo de clase, limitado.

Esto conecta directamente con lo que señalan Santos del Campo, Viciana y Delgado (1996): las estrategias de entrenamiento para la recepción deben avanzar con una lógica progresiva. Es decir, empezar con ejercicios sencillos y luego escalar hacia situaciones más

exigentes que acerquen a los estudiantes al contexto real del juego. Postura, contacto con el balón, posicionamiento… todos estos elementos son cruciales y, si se trabajan dentro de dinámicas lúdicas, el aprendizaje no solo se vuelve más efectivo, sino también más motivador.

Frente a estas experiencias, surgió una necesidad evidente: analizar a fondo qué dicen las investigaciones sobre estrategias de entrenamiento que realmente ayuden a optimizar la recepción en voleibol. Para orientar el estudio, se formularon las siguientes preguntas de investigación: ¿Cuáles son las estrategias de entrenamiento más efectivas para mejorar la recepción en voleibol? ¿Qué instrumentos, dimensiones e indicadores se utilizan para medir esta habilidad?

1.2. Formulación del Problema

1.2.1 Problema General

- ¿Qué aportes ofrecen las investigaciones sobre estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción en el voleibol, según las investigaciones publicadas entre los años 2015-2024?

1.2.2 Problemas Específicos

- ¿Cuáles son las estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción en el voleibol, según las investigaciones publicadas entre los años 2015-2024?
- ¿Cuáles son los indicadores, dimensiones e instrumentos para medir la recepción en el voleibol?

1.3. Formulación de Objetivos

1.3.1. Objetivo General

- Analizar los aportes que ofrecen las investigaciones sobre estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción en el voleibol, según las investigaciones publicadas entre los años 2015-2024.

1.3.2. *Objetivos Específicos*

- Identificar las estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción en el voleibol, según las investigaciones publicadas entre los años 2015-2024.

- Identificar los indicadores, dimensiones e instrumentos para medir la recepción en el voleibol, según las investigaciones publicadas entre los años 2015-2024

Capítulo II

Marco Teórico

2.1. Antecedentes del Estudio

No se han encontrado trabajos documentales o estados del arte estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción en el voleibol.

2.2. Marco teórico conceptual

2.2.1. Estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción de voleibol

2.2.1.1. Definición de estrategias de entrenamiento

Bompa y Carrero (2015) definen las estrategias de entrenamiento como un conjunto de métodos planificados que buscan mejorar el rendimiento deportivo mediante la optimización de capacidades físicas, técnicas, tácticas y psicológicas. Estas estrategias se basan en principios científicos del entrenamiento y se adaptan a las necesidades específicas de los atletas.

Asi mismo, García y Navarro (2018) señalan que las estrategias de entrenamiento son técnicas y metodologías utilizadas por entrenadores y preparadores físicos para estructurar el desarrollo de habilidades deportivas. Estas incluyen ejercicios específicos, análisis del rendimiento y planificación del entrenamiento en función de los objetivos individuales y colectivos.

En síntesis, se define como estrategias de entrenamiento a un conjunto de métodos y técnicas utilizados por los preparadores físicos para mejorar el rendimiento deportivo, optimizando las capacidades físicas, técnicas, tácticas y psicológicas.

2.2.1.2.Estrategias de entrenamiento en el voleibol

Las estrategias de entrenamiento en voleibol no son simples rutinas: son un plan pensado con detalle para potenciar lo físico, lo técnico, lo táctico e incluso lo psicológico de cada jugador. Incluyen ejercicios específicos, simulaciones que imitan el juego real y análisis del desempeño, todo orientado a crecer como equipo y como individuos (Gutiérrez, 2019; Bompa y Carrero, 2015).

2.2.1.3.Tipos de Estrategias de Entrenamiento en la recepción del voleibol

Según Gutiérrez (2019) y Bompa y Carrero (2015), indican las siguientes categorías:

A. Estrategias Técnicas

- Ejercicios de control del pase: Drills específicos para mejorar la precisión del pase hacia el armador.
- Recepción con balones de diferentes pesos y tamaños: Favorece la adaptabilidad y el control del balón.
- Entrenamiento con variaciones de saque: Simulación de diferentes tipos de saque (flotado, con efecto, potente) para mejorar la lectura del juego.

B. Estrategias Cognitivas

- Lectura del rival: Entrenamiento para analizar la postura y el movimiento del sacador con el fin de anticipar la trayectoria del balón.
- Ejercicios de reacción rápida: Uso de señales visuales o auditivas para mejorar la velocidad de respuesta ante el saque.
- Toma de decisiones bajo presión: Simulación de escenarios de juego con poco tiempo para decidir la acción a ejecutar.

C. Estrategias Físicas

- Ejercicios de estabilidad y equilibrio: Fortalecimiento del core para mejorar la postura en la recepción.
- Entrenamiento pliométrico: Mejora de la velocidad de desplazamiento y la capacidad de ajuste del cuerpo al recibir el balón.
- Trabajo de movilidad y reflejos: Actividades para desarrollar agilidad y rapidez en los movimientos.

2.2.2. Recepción en el voleibol

2.2.2.1. Definición de recepción en el voleibol

Borrás (2027) y FIVB (2020), definen la recepción en el voleibol como una habilidad técnica fundamental que consiste en la acción de recibir el saque del equipo contrario con el objetivo de controlar el balón y dirigirlo de manera precisa al armador para iniciar una jugada ofensiva. Se considera una variable dependiente en estudios relacionados con el rendimiento deportivo, ya que su eficacia puede verse influenciada por diversos factores, como el tipo de saque del adversario, la técnica de recepción empleada, la concentración del jugador y el posicionamiento en la cancha.

También, Ureña et al. (2016) definen la recepción en el voleibol como la acción técnica fundamental que permite controlar el saque del equipo contrario y dirigir el balón de manera precisa al armador. Su correcta ejecución depende de la postura, la colocación de los brazos y la anticipación a la trayectoria del balón.

En síntesis, la recepción del voleibol es una habilidad técnica fundamental que permite controlar el saque del equipo contrario y dirigir el balón de manera precisa a la armadora para iniciar una jugada ofensiva.

2.2.2.2. Medición de la recepción en el voleibol: Instrumentos, dimensiones e indicadores

De acuerdo a Feo (2021) los tipos de estrategias didácticas son:

a) Instrumentos para medir la recepción en el voleibol

Según Jiménez y Sánchez (2018), indican que existen diversos instrumentos para evaluar la calidad de la recepción en voleibol, entre ellos:

- Lista de cotejo: Para observar si se cumplen los criterios técnicos de la recepción.
- Rúbrica de evaluación: Para calificar el nivel de ejecución con base en criterios como precisión, control y postura.
- Registro de efectividad: Se registra la cantidad de recepciones exitosas, fallidas o con dificultad.
- Software de análisis de rendimiento: Herramientas como Video Analysis o DataVolley permiten evaluar la precisión de la recepción con datos objetivos.

b) Dimensiones de la recepción en el voleibol

Ureña, Martínez y Fernández (2016), manifiestan que, para evaluar la recepción de manera integral, se pueden considerar las siguientes dimensiones:

- Técnica de ejecución: Evaluación de la postura corporal, colocación de brazos y contacto con el balón.
- Precisión: Ubicación del balón tras la recepción en relación con la zona óptima para el armador.
- Eficiencia: Porcentaje de recepciones efectivas frente al total de intentos.
- Velocidad de reacción: Tiempo de respuesta del jugador desde el saque hasta el contacto con el balón.
- Toma de decisiones: Elección adecuada de la técnica según la trayectoria del saque.

c) Indicadores para medir la recepción en el voleibol

Algunos indicadores cuantitativos y cualitativos para medir la recepción son (Ureña, Martínez y Fernández (2016)):

- Porcentaje de recepciones exitosas (%): Número de recepciones precisas respecto al total de intentos.
- Desviación del balón (cm): Distancia entre el punto donde se recibe el balón y la zona óptima del armador.
- Tiempo de reacción (s): Tiempo transcurrido entre el saque y el contacto con el balón.
- Errores de recepción (número): Cantidad de recepciones fallidas que terminan en puntos para el rival.
- Evaluación técnica: Puntaje basado en rúbrica (ejemplo: 1-5) considerando postura, control y precisión.

Capítulo III

Metodología de la Investigación

3.1. Tipo de Investigación

El trabajo de investigación es de tipo documental donde se compilan información y se analiza datos reflexivamente sobre el conocimiento de un determinado objeto de estudio (Galeano et al., 2015).

De acuerdo con Hernández, Fernández, & Baptista (2014) el enfoque cualitativo se basa en la obtención de datos sin necesidad de cuantificarlos, con el objetivo de explorar o ajustar las preguntas de investigación a medida que se avanza en la interpretación de los resultados. Por esta razón este trabajo se realizará con un enfoque cualitativo.

3.2. Muestra y Unidades de Análisis Documentales

Las unidades de análisis de esta investigación incluirán fuentes primarias o secundarias, documentales como tesis de pre y posgrado sobre las estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción en el voleibol. Además, se revisarán 60 tesis, de las cuales se seleccionarán 20 para el desarrollo del estudio documental.

a) **Ubicación:** la bibliografía será extraída de repositorios institucionales de universidades públicas y privadas licenciadas a nivel nacional e internacional, que poseen acceso completo en modo virtual, las cuales son las siguientes:

Figura 1 *Ubicación de las fuentes documentales*



b) **Alcance geográfico:** las fuentes documentales son realizadas en Perú y Ecuador.

c) **Horizonte temporal:** las investigaciones que se seleccionarán tendrán un espacio temporal de 10 años, desde el 2015 hasta el 2024.

d) **Idiomas de los documentos:** todas las fuentes bibliográficas están publicadas en el idioma español.

e) **Tipo de fuentes:** todas las fuentes documentales son tesis de pre y posgrado.

3.3. Técnicas e Instrumentos.

La técnica de investigación será la observación, el cual se aplicará mediante el análisis documental. Para Díaz (2010) la observación científica implica tener un objetivo claro y definido lo que permite un registro, análisis e interpretación de los datos encontrados.

Como instrumentos de recojo de información se aplicarán los siguientes:

3.3.1. Matriz Bibliográfica o Ficha Bibliográfica

: Este instrumento facilitará el recojo de información de las fuentes bibliográficas como; autor, año, título de investigación, URL, tipo de documento, ámbito, paginas, lugar de publicación, país y nombre del repositorio institucional (anexo 1).

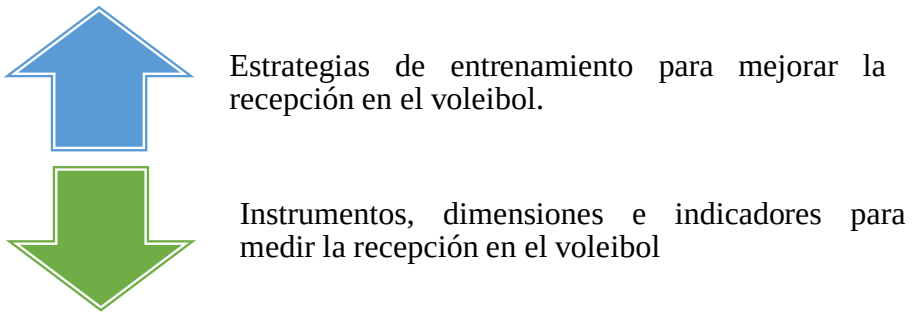
3.3.2. Matriz Hermenéutica o Analítica

Este instrumento facilitará registrar, relacionar y reunir las fuentes documentales de acuerdo con los ejes que orientarán el presente trabajo (anexo 2).

3.4. Ejes Temáticos o Ejes de Análisis

Los ejes de análisis darán referencia de manera específica lo que se estará abordando en la presente investigación, a continuación, los ejes temáticos:

Figura ***2*** *Ejes Temáticos*



3.5. Metodología o Plan de Análisis:

El plan de análisis durante este proceso de investigación será riguroso, constante y continuo. Se tendrá en cuenta los ejes de análisis, en este proceso consta de dos fases una heurística y la otra hermenéutica.

a) Fase heurística:

La búsqueda de información se llevó a cabo en repositorios virtuales de universidades licenciadas, tanto nacionales como internacionales, y de acceso libre. Posteriormente, todo lo encontrado se organizó en una base de datos en Word y se clasificó por autor, título, universidad, tipo de gestión, ubicación, objetivo y resumen. A partir de ello, se extrajeron las ideas clave, indispensables para avanzar hacia la siguiente fase del estudio.

b) Fase hermenéutica

Se realizó un análisis interpretativo minucioso, revisando en profundidad los resultados y conclusiones de cada investigación. Además, toda la información fue organizada en una tabla en Word, lo que permitió estructurar de manera clara los ejes de análisis y, con ello, fortalecer y enriquecer el trabajo documental desarrollado.

Capítulo IV

Resultados

4.1. Descripción de las Fuentes Documentales

La revisión documental se llevó a cabo explorando diversas bases de datos alojadas en los repositorios virtuales de distintas universidades. Para orientar la búsqueda, se utilizaron palabras clave como estrategias didácticas y conciencia ambiental en educación, lo que inicialmente arrojó numerosos resultados. Sin embargo, no todos fueron pertinentes; muchos quedaron excluidos por no cumplir con los criterios de inclusión establecidos. Con el fin de asegurar mayor rigurosidad, se dio prioridad a documentos de acceso libre, artículos científicos publicados en revistas académicas y tesis tanto de pregrado como de posgrado. Además, se estableció un marco temporal específico, considerando únicamente investigaciones difundidas entre los años 2015 y 2024. En cuanto a la procedencia, se dio preferencia a estudios nacionales, aunque también se incorporaron algunas fuentes internacionales que aportaron una mirada más amplia. Así, la información seleccionada no solo fue pertinente, sino también variada y enriquecedora para el análisis.

Figura 3 *Búsqueda y filtro aplicado para la selección de documentos*



Con base en la revisión realizada en las bases de datos consultadas, se identificaron un total de 20 documentos relevantes a través del buscador de Google Académico, cuyos detalles se presentan en la Tabla 1:

Tabla 1 *Motores de búsqueda*

Base de datos	N°	%
Google académico	20	100
Total	20	100

Entre los documentos seleccionados, se identificaron investigaciones provenientes de diversos repositorios universitarios del Perú. Sobresalen la Universidad Nacional del Centro del Perú y la Universidad Nacional “Pedro Ruiz Gallo”, cada una con cinco investigaciones. En total, se registraron 17 investigaciones de origen nacional y únicamente tres de carácter internacional, específicamente de Ecuador, pertenecientes a la Universidad de las Fuerzas

Armadas ESPE. Asimismo, se hallaron estudios relevantes en repositorios de otras universidades peruanas. Esta distribución se detalla en la Tabla 2.

Tabla 2 *Repositorios de origen de las investigaciones*

Repositorios de origen de las investigaciones	**Numero de publicaciones encontradas**	**%**	**Ámbito**	
			Nacional	Internacional
Universidad Nacional del Altiplano Puno	1	5	1	
Universidad Nacional Hermilio Valdizán	2	10	2	
Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión	1	5	1	
Universidad Nacional Del Centro Del Perú	5	25	5	
Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE. - Ecuador	3	15		3
Instituto De Educación Superior Pedagógico Publico Chimbote	1	5	1	
Instituto De Educación Superior Pedagógico Público “Azángaro”	1	5	1	
Universidad Nacional “Pedro Ruiz Gallo”	5	25	5	
Universidad Cesar Vallejo	1	5	1	
Total	**20**	**100**	**17**	**3**

En cuanto a la temporalidad, se evidenció que la mayor concentración de investigaciones corresponde al año 2019, con un total de seis documentos, seguido por el año 2020 con cuatro estudios. Asimismo, los años 2016 y 2015 registraron dos investigaciones cada uno. En los años 2024, 2023, 2022, 2021, 2018 y 2017 se identificó una investigación por año. Esta distribución cronológica se presenta en la Tabla 3.

Tabla 3 *Cantidad de documentos por año de publicación*

Año de publicación	Cantidad de publicaciones	%
2024	1	5
2023	1	5
2022	1	5
2021	1	5
2020	4	20
2019	6	30
2018	1	5
2017	1	5
2016	2	10
2015	2	10
Total	20	100

De igual manera, respecto al tipo de fuente, se identificó que la mayoría de los documentos correspondían a tesis de licenciatura, con un total de nueve investigaciones. Asimismo, se incluyeron tesis de maestría, de segunda especialización y de pregrado. Cabe resaltar que todos los documentos analizados fueron obtenidos mediante acceso virtual. Esta información se detalla en la Tabla 4.

Tabla 4 *Numero de investigaciones según el tipo de documento*

Tipo de fuente	Cantidad	%
Tesis de licenciatura	9	45
Tesis de maestría	3	15
Tesis de segunda especialidad	2	10
Trabajo académico	3	15
Tesis pregrado-titulo	3	15
Total	**20**	**100**

4.2. Identificación y Descripción de las Fuentes Documentales

4.3. Análisis de Información según los Ejes

La fase de descripción de las fuentes documentales tiene como propósito presentar de manera detallada la información obtenida de cada uno de los documentos seleccionados para esta revisión del estado del arte. Cabe resaltar que dichas descripciones se han estructurado conforme a los ejes de análisis previamente definidos. A continuación, se expone la información organizada según el año de publicación de cada estudio.

4.3.1. Eje 1: Estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción en el voleibol

Medina (2024), realizo su investigación abordando los fundamentos técnicos del voleibol y su impacto en la iniciación deportiva de los estudiantes, utilizando cuestionarios para medir las variables de interés, donde destaca estrategias como la práctica de ejercicios de coordinación, la implementación de juegos de iniciación, y la enseñanza técnica específica que se centra en la recepción del balón, buscando mejorar la agilidad y la capacidad de reacción de los estudiantes.

Pomo et al. (2023) en Huánuco, en su investigación de diseño cuasi experimental, abordó el desarrollo de los fundamentos técnicos del voleibol en estudiantes del VI ciclo de secundaria, implementando estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción en el voleibol incluyeron la aplicación de un programa de entrenamiento que se centró en el desarrollo de los fundamentos técnicos del voleibol. El programa de entrenamiento incluyó la práctica de ejercicios de coordinación y técnicas específicas para mejorar la recepción en el voleibol. Los ejercicios de coordinación incluyeron la práctica de ejercicios de recepción en diferentes posiciones y con diferentes tipos de balones.

En su investigación, Loza (2021) trabajó con estudiantes de tercer grado de la institución educativa N.° 20820, con la intención de comprender mejor la importancia de la técnica de recepción en el voleibol y las dificultades que los alumnos enfrentan en su desarrollo motor. También buscó analizar cómo los ejercicios motrices influyen en la recepción del servicio y del remate. Para ello, aplicó diversas estrategias de entrenamiento diseñadas para fortalecer esta habilidad. Entre ellas, incluyó actividades centradas en desplazamientos, coordinación dinámica y técnicas específicas de recepción. Todo este conjunto de acciones tuvo un propósito claro: potenciar las capacidades motrices de los estudiantes y, al mismo tiempo, elevar su rendimiento dentro de la práctica del voleibol.

Huamán y Tineo (2021) investigaron cómo la condición física influye en el aprendizaje de técnicas básicas del voleibol recepción, voleo, saque y remate. Para mejorar la recepción, plantearon estrategias que iban desde ejercicios técnicos específicos hasta el trabajo en parejas para afinar la coordinación, sin dejar de lado simulaciones de juego que añadían ese factor de presión tan propio de la competencia real.

En Ecuador, Oñate (2020) puso el foco en los ejercicios propioceptivos como herramienta para perfeccionar la recepción. Sus propuestas giraron en torno a la coordinación y el equilibrio: mantener la postura en un solo pie mientras se recibe, desplazarse sobre

minibosus o realizar saltos unipodales, todo pensado para fortalecer tanto lo motor como lo técnico.

Ese mismo año, Pucha (2020) también desde Ecuador analizó la preparación técnica y táctico-técnica, encontrando debilidades en la defensa frente al saque. Su respuesta fue clara: ejercicios físicos específicos, drills técnicos y simulaciones de juego que acercaban a los estudiantes a la realidad del partido.

Por su parte, Enríquez et al. (2020) trabajaron en Chimbote con un enfoque más integral. Sus estrategias incluyeron la enseñanza de la postura básica, el seguimiento de la trayectoria del balón, los desplazamientos hacia su punto de caída, la correcta unión de los brazos y el uso coordinado de piernas y brazos. También resaltaron la importancia de la práctica en parejas y en equipo.

Gonzales (2020), en Puno, abordó los fundamentos técnicos con especial énfasis en la recepción con antebrazos. Además de insistir en la postura corporal adecuada, introdujo juegos cognitivos que agilizaban la toma de decisiones y simulaciones para enfrentar distintos tipos de saque.

Santa Cruz (2019) trabajó con estudiantes del VI ciclo de secundaria, aplicando ejercicios enfocados en la coordinación y la técnica de recepción, junto con prácticas que simulan situaciones reales de juego para aumentar la efectividad en la cancha.

Medina (2019) identificó una ejecución deficiente de los fundamentos técnicos entre los estudiantes, atribuida a la falta de una base teórica y metodológica. Para revertir esta situación, propuso ejercicios específicos de recepción, simulaciones de juego, drills de coordinación y comunicación en equipo, así como rutinas de fortalecimiento físico que ayuden a mejorar la resistencia y potencia en la recepción.

En Lambayeque, León (2019) abordó la carencia de habilidades psicomotrices, particularmente en el voleo y la recepción con antebrazos. Para enfrentarlo, implementó entrenamientos que incluyeron ejercicios físicos, prácticas a distintas distancias y actividades enfocadas en la coordinación y el trabajo en equipo.

Aylas y Mercedes (2019), con estudiantes de tercer grado de secundaria, diseñaron un estudio en el que usaron estrategias basadas en la coordinación dinámica, disociación motriz y juegos lúdicos, con el fin de mejorar la técnica de recepción de forma entretenida y eficaz.

Huamán y Jorge (2019) trabajaron con niñas del programa de la Academia del Instituto Peruano del Deporte, destacando la importancia de identificar primero las capacidades motrices y técnicas para luego diseñar programas enfocados en mejorar el desplazamiento y las posturas corporales, fundamentales para una recepción efectiva.

Dávila y Munaylla (2019), al trabajar con estudiantes de primer grado de secundaria, desarrollaron un programa didáctico de 15 sesiones centrado en aspectos técnicos del saque y la recepción. Este incluyó calentamientos, juegos iniciales y dinámicas con globos y balones para reforzar la técnica de recepción y la coordinación en equipo.

Velarde (2018) partió de un diagnóstico que señalaba un bajo nivel en la ejecución técnica de la recepción. Propuso una enseñanza progresiva que va de lo simple a lo complejo, mediante ejercicios estáticos y dinámicos, con énfasis en el contacto correcto con el balón y una postura equilibrada para facilitar un buen pase al colocador.

En la escuela Victoria Bilingual Christian Academy, Flores (2017) detectó deficiencias en la recepción del saque, proponiendo ejercicios con y sin balón, así como rutinas técnico-tácticas que fortalecen el rendimiento de las jugadoras.

Arbe et al. (2016) utilizaron un diseño preexperimental para evaluar el impacto del programa "Jugando" en el aprendizaje de técnicas como el saque, la recepción, el voleo y el remate. Se enfocaron en ejercicios de coordinación, juegos predeportivos y técnicas de recepción como el uso de antebrazos, que ayudan a los estudiantes a familiarizarse con el balón y mejorar su respuesta en el juego.

Manayay (2016), con estudiantes de tercer grado de secundaria, aplicó 15 sesiones de entrenamiento que incluyeron juegos predeportivos, ejercicios de calentamiento y actividades lúdicas orientadas a mejorar la coordinación viso-manual y la técnica de recepción en contextos reales de competencia.

En Huancayo, Cochachi (2015) presentó una propuesta innovadora y cercana, basada en una metodología apoyada en juegos secuenciales, cuidadosamente adaptados a la edad y al

nivel de desarrollo de los estudiantes. De esta manera, se buscaba no solo fortalecer la participación y mejorar el control del cuerpo, sino también trabajar la técnica de recepción, todo ello desde un enfoque lúdico que fomentara el aprendizaje mediante la diversión.

Finalmente, Castro y Toscano (2015) optaron por una metodología experimental centrada en el aprendizaje temprano de la recepción. Para ello, utilizaron principalmente juegos cognomotores, organizados de manera progresiva. Estos ejercicios no solo tenían como objetivo mejorar la precisión y el control de los movimientos, sino también fortalecer la capacidad de toma de decisiones durante el juego. Además, lo más destacado de su enfoque fue que logró motivar a los niños, fomentando su entusiasmo y participación activa en cada sesión.

4.3.2. Eje *2:* Instrumentos, dimensiones e indicadores para medir la recepción en el voleibol

En un estudio con enfoque preexperimental, Medina (2024) trabajó con estudiantes de quinto año de secundaria, tomando como centro de atención la recepción en voleibol. Para recoger información se aplicaron cuestionarios que valoraban distintos aspectos: desde habilidades y destrezas básicas, hasta la integración de técnicas tácticas y situaciones de juego que imitaban la dinámica real de un partido. Los indicadores se enfocaron en elementos tan decisivos como la agilidad, la rapidez de reacción y la correcta ejecución de los movimientos al recibir el balón.

De manera complementaria, Pomo y colaboradores (2023) realizaron una investigación aplicada con diseño cuasiexperimental, esta vez con estudiantes de primer grado. Para evaluar su desempeño se utilizó una lista de cotejo organizada en ítems que abarcaban posiciones básicas, saque, pase de dedos, recepción con antebrazos y remate. En este caso, la atención estuvo puesta en dos aspectos fundamentales: la precisión y la velocidad. La precisión, entendida como la eficacia al recibir el balón; y la velocidad, asociada a la capacidad de responder con rapidez en medio de la jugada. Ambos factores, al unirse, ofrecieron una visión más completa del nivel de recepción de los estudiantes.

Loza (2021), utilizó como muestra a los estudiantes del 3er grado de la I.E.E. Nº 20820, en cuanto a la metodología, se utilizó un enfoque cuantitativo y un diseño no experimental, donde se detallan los instrumentos, dimensiones e indicadores utilizados para medir la recepción en el voleibol. Se empleó una lista de cotejo que consta de 19 ítems con tres

alternativas de respuesta, evaluando dimensiones como la recepción de servicio y la recepción de remate. Los indicadores incluyen aspectos como la postura del cuerpo, la flexión de las rodillas, la atención hacia el contrincante, y la capacidad de desplazamiento hacia la pelota, entre otros, lo que permite una evaluación integral de la técnica de recepción en los estudiantes.

Huamán y Tineo (2021) trabajaron con 25 integrantes del Club Cahuamo Sport de Chilca, en Huancayo. Su investigación, de corte cuantitativo, se centró en medir la recepción en el voleibol a través de pruebas estandarizadas Lo más destacable es que estas pruebas no se enfocaban únicamente en obtener datos cuantitativos, sino que también evaluaban aspectos clave como la precisión y la consistencia en la recepción del balón. Es decir, se trataba de analizar cuántas veces los jugadores lograban recepciones exitosas en diferentes situaciones reales de juego, acercándose así a la experiencia auténtica dentro de la cancha.

Por otro lado, Oñate (2020) llevó a cabo su estudio con 15 niñas de entre 10 y 11 años de la Unidad Educativa Cardenal Spellman, utilizando una metodología cuasi-experimental con enfoque explicativo. Para evaluar la recepción, se emplearon fichas diseñadas específicamente para registrar dimensiones concretas, como la técnica de manos altas y bajas. A su vez, los indicadores se centraron en la precisión y el dominio durante la ejecución. Gracias a estos instrumentos, fue posible realizar observaciones sistemáticas y obtener registros claros, los cuales se analizaron posteriormente mediante comparaciones estadísticas en pruebas de precisión y técnica, asegurando así resultados confiables y detallados.

Pucha (2020) desarrolló su investigación con 15 voleibolistas escolares de la Unidad Educativa Franciscana “La Inmaculada”, utilizando un enfoque mixto que combinaba métodos cualitativos y cuantitativos. De esta manera, se logró obtener una visión más integral y completa del proceso de entrenamiento y desempeño de los estudiantes. Se utilizó un diseño descriptivo, transversal, correlacional y analítico. Como instrumentos se utilizaron tests diagnósticos iniciales y finales, así como escalas de evaluación. Dimensiones: Se consideraron dimensiones como el rendimiento técnico y técnico-táctico de la recepción. Indicadores: Los indicadores incluyen la efectividad en la ejecución de la técnica de recepción, la precisión en el contacto con el balón, y la capacidad de respuesta ante diferentes tipos de saques.

Enriquez et al. (2020), la muestra estuvo conformada por 30 deportistas de la academia Cataleya voley club. La metodología utilizada fue experimental-aplicada, con un diseño pre-experimental con un solo grupo aplicando pre y pos prueba. Los instrumentos utilizados para

medir la recepción en el voleibol incluyeron la ficha de observación, que contaba con 13 ítems relacionados con la recepción. Las dimensiones evaluadas incluyeron la ubicación de brazos y piernas, la visualización y desplazamiento en referencia al balón, el movimiento de brazos y piernas, y la eficacia en la recepción. Los indicadores utilizados para evaluar la recepción incluyeron la ubicación de los brazos y las piernas, la observación de la trayectoria del balón, el desplazamiento al punto de llegada del balón, la unión de los brazos y los estiramientos, y la realización de la extensión de piernas y movimiento de brazos para contactar con el balón.

Gonzales (2020) trabajó con estudiantes de sexto grado "A", aplicando una investigación de tipo no experimental. Para medir la recepción en voleibol utilizó fichas de observación y cuestionarios, con los que analizó aspectos esenciales: la técnica de recepción, la postura corporal y la capacidad de anticipación. Sus indicadores apuntaron a la precisión del contacto con el balón, la alineación del cuerpo y la efectividad de los toques hacia el colocador, logrando así una mirada completa del desempeño de los estudiantes.

Por su parte, Santa Cruz (2019) evaluó a 42 estudiantes del VI ciclo mediante un test de voleibol. Sus dimensiones se centraron en la recepción, y los indicadores valoraron la precisión y la efectividad en distintas situaciones de juego, muy cercanas a la práctica real.

Medina (2019) puso atención en la falta de fundamentos técnicos en los estudiantes. Para ello, aplicó el Test de Evaluación de Voleibol, evaluando indicadores como la precisión, el pase efectivo al colocador y la correcta posición frente al saque del rival, claves para diagnosticar el nivel de competencia.

Leon (2019) trabajó con 20 estudiantes de primer grado "A", aplicando un test técnico-motriz que medía el voleo y la recepción con antebrazos. Aquí los indicadores giraron en torno al uso correcto de los antebrazos y la capacidad para recepcionar en zonas defensivas y ofensivas.

En la misma línea, Aylas y Mercedes (2019) usaron fichas de observación para evaluar recepción de servicio y de remate, considerando postura, desplazamiento y técnica de contacto. Finalmente, Huamán y Jorge (2019) aplicaron una ficha de observación con 40 ítems, registrando indicadores como coordinación motriz, velocidad de reacción y precisión en la recepción.

Huaman y Jorge (2019), en cuanto a los instrumentos, dimensiones e indicadores para medir la recepción en el voleibol, se menciona que se utilizó una ficha de observación que permitió registrar los resultados. La ficha de observación constó de 40 ítems orientados a medir cada uno de los fundamentos técnicos del voleibol. Los indicadores utilizados para medir la recepción incluyeron la postura, el desplazamiento, la coordinación motora, la velocidad de reacción, y la precisión en la recepción del balón.

Davila y Munaylla (2019), incluyen pruebas técnicas que evalúan la colocación del cuerpo, la correcta ejecución del toque de antebrazos, y la capacidad de recepción en diferentes distancias. Las dimensiones evaluadas son la precisión, la técnica y la efectividad en la recepción, con indicadores que clasifican el rendimiento en niveles de bueno, regular y deficiente.

Velarde (2018), para evaluar el nivel técnico de los fundamentos del voleibol, incluido la recepción, se utilizó como instrumento un test de fundamentos técnicos validado previamente mediante juicio de expertos y una prueba piloto. Este instrumento midió dimensiones como la ejecución técnica, precisión del gesto, control del balón y desplazamiento corporal, los indicadores utilizados son la cantidad de ejecuciones correctas, la estabilidad postural, el control del balón y la efectividad en la entrega del pase al colocador, y clasificó los resultados en tres niveles: deficiente (0–3 puntos), regular (4–8 puntos) y bueno (9–12 puntos).

Flores (2017) aplicó un test diagnóstico inicial y final que permitió mirar de cerca el progreso de los estudiantes. Sus dimensiones se centraron en el nivel técnico-táctico de la recepción, y los indicadores resaltaron la calidad del contacto con el balón, la colocación, el desplazamiento bajo la trayectoria y la coordinación de los movimientos de flexión y extensión.

Arbe et al. (2016) optaron por fichas de observación y pruebas prácticas para evaluar la recepción. Allí, lo importante fue contar cuántas recepciones eran exitosas y analizar el nivel técnico de ejecución. Los indicadores, por supuesto, apuntaron a la precisión y la capacidad de aplicar los movimientos correctos en pleno juego.

Manayay (2016) utilizó pruebas técnicas que iban más al detalle: la posición corporal correcta, el uso apropiado de los antebrazos y la capacidad de responder a balones a diferentes distancias. Sus dimensiones abarcaban tanto la técnica de recepción como la efectividad en el juego, mientras que los indicadores giraban en torno a la frecuencia de aciertos, la precisión en el toque y la habilidad para mantener la jugada viva.

Cochachi (2015) trabajó con una ficha de observación adaptada de una investigación previa. Evaluó la postura, el control del balón, la precisión del golpe y el desplazamiento. Gracias a sus indicadores, pudo comparar pretest y postest, demostrando avances notables luego de aplicar juegos de iniciación que, además de formar, motivaron.

Castro y Toscano (2015), Los instrumentos utilizados fueron guías de observación aplicadas antes y después de la intervención pedagógica. Las dimensiones evaluadas incluyeron la postura, el control del balón, el ángulo de golpeo y el desplazamiento, mientras que los indicadores de evaluación se enfocaron en la correcta ejecución técnica, la mejora en la precisión de la recepción y la coordinación en situaciones de juego. El análisis de los datos permitió demostrar una mejora significativa en el nivel de aprendizaje del fundamento de recepción gracias a la aplicación de los juegos cognomotores.

4.4. Análisis de la Información

Eje 1: Estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción en el voleibol

La mayoría de las 20 investigaciones analizadas presentan coincidencias significativas en sus resultados y conclusiones en relación con la aplicación de estrategias de entrenamiento orientadas a mejorar la recepción en el voleibol. A continuación, estos hallazgos se detallan en la figura 4:

Figura 4 *Estrategias encontradas en las investigaciones revisadas sobre estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción en el voleibol en educación física.*



En la figura 4 se aprecia algo interesante: distintos estudios, aunque realizados en años y contextos diferentes, coinciden en varios puntos clave. Todos resaltan que la coordinación motriz, la técnica de recepción y la simulación de jugadas reales son pilares fundamentales para mejorar el rendimiento en voleibol. No es casualidad, pues estos elementos permiten que el estudiante no solo practique, sino que viva la experiencia del juego.

Medina (2024), Pomo et al. (2023) y Santa Cruz (2019), por ejemplo, subrayan la necesidad de una práctica sistemática. Ejercicios técnicos, trabajo de coordinación y control corporal son constantes en sus propuestas. Al final, el dominio del gesto técnico no surge solo de la repetición mecánica, sino de la conciencia plena del movimiento.

Asimismo, estrategias que integran la lúdica y los juegos predeportivos, como las propuestas por Manayay (2016) y Cochachi (2015), demuestran que el aprendizaje significativo y motivador favorece la adquisición de habilidades motoras, especialmente en estudiantes de nivel escolar.

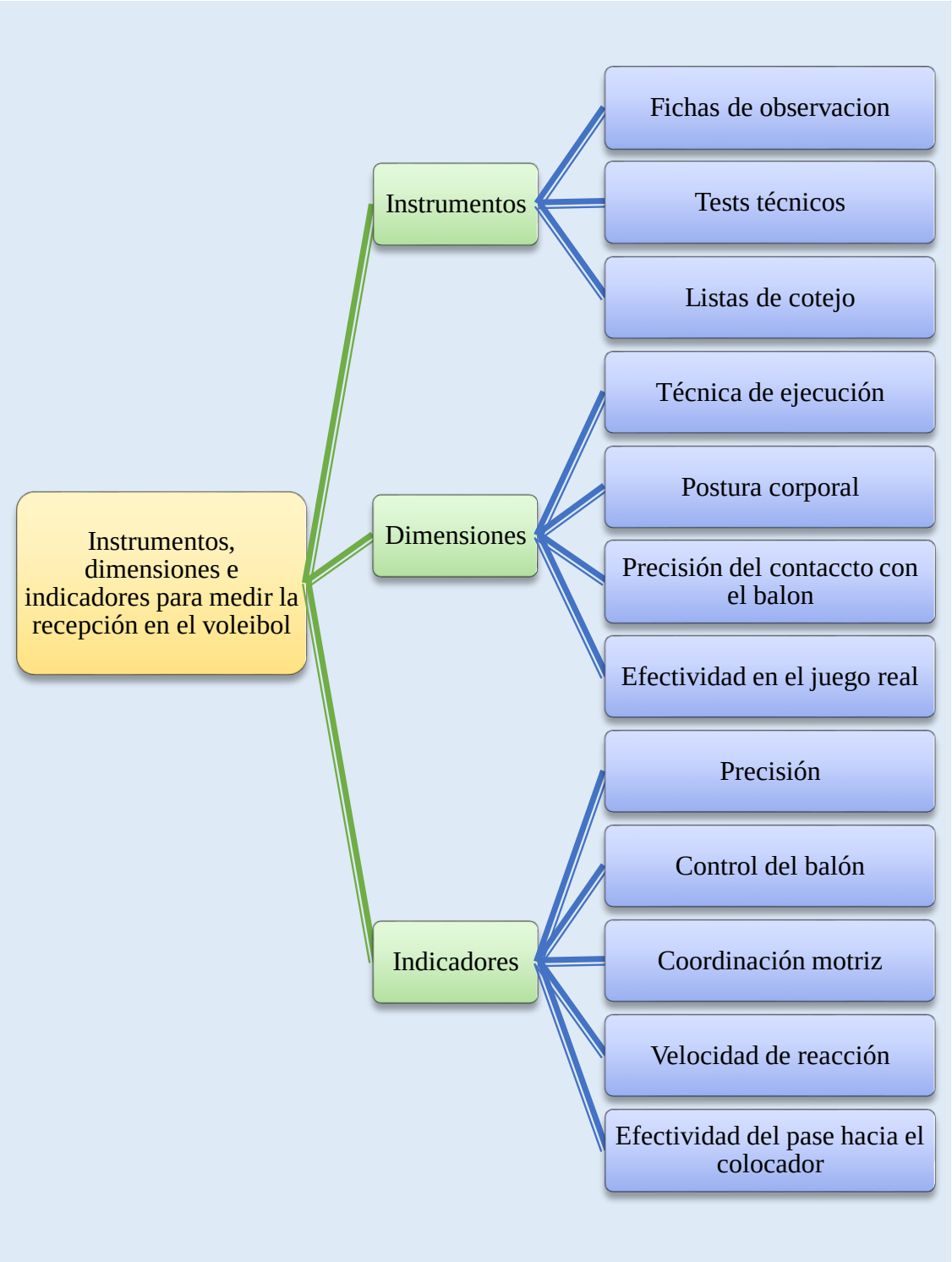
La inclusión de ejercicios propioceptivos por parte de Oñate (2020), y de juegos cognitivos por autores como Gonzales (2020) y Castro y Toscano (2015), pone en evidencia que el entrenamiento no solo debe enfocarse en lo físico, sino también en el desarrollo de la toma de decisiones, el equilibrio y la anticipación durante el juego.

Finalmente, la repetida referencia al enfoque progresivo (“de lo simple a lo complejo”) confirma la necesidad de una planificación metodológica adecuada que respete el proceso de aprendizaje de los estudiantes y garantice una mejora real en la recepción, considerada como un gesto técnico fundamental para la continuidad del juego ofensivo.

Eje 2: Instrumentos, dimensiones e indicadores para medir la recepción en el voleibol

Las 20 investigaciones revisadas presentan, en su mayoría, concordancia en cuanto a los instrumentos, dimensiones e indicadores utilizados para evaluar la recepción en el voleibol. Estos elementos se resumen a continuación en la figura 5:

Figura 5 *Instrumentos, dimensiones e indicadores para medir la recepción en el voleibol.*



Después de revisar todos esos estudios, hemos notado que los investigadores aplican herramientas prácticas y organizadas, como fichas de observación, pruebas técnicas y listas de cotejo. Lo que buscan con estas es evaluar de forma objetiva cómo los estudiantes o deportistas hacen la recepción en voleibol. No es solo mirar por mirar, sino medir el rendimiento técnico con criterios claros y precisos que no dejan lugar a dudas.

En cuanto a las dimensiones, los autores están de acuerdo en cosas básicas pero importantes, como la técnica de ejecución, la postura corporal, la precisión al tocar el balón y lo bien que se desempeñan en situaciones reales de juego. Y lo interesante es que estas no solo miden el movimiento en sí, sino que también nos dicen cuánto aplica el jugador la técnica cuando las cosas se parecen a un partido de verdad.

Además, los indicadores que aparecen una y otra vez tienen que ver con la precisión, el control del balón, la coordinación motriz, la rapidez de reacción y la efectividad del pase al colocador. Estos elementos nos permiten hacer evaluaciones tanto cualitativas como cuantitativas, dándonos pistas valiosas para ajustar o cambiar los programas de entrenamiento según lo que vemos que hace falta. Y lo mejor es que autores como Gonzales en 2020, Velarde en 2018, Castro y Toscano en 2015, y Medina en 2019 coinciden en usar indicadores muy parecidos, lo que nos da más confianza en que estos parámetros son sólidos y útiles para evaluar la recepción tanto en la escuela como en el deporte competitivo.

Conclusiones

Después de haber revisado a fondo todas esas investigaciones sobre estrategias para mejorar la recepción en voleibol entre 2015 y 2024, hemos sacado unas conclusiones que nos parecen bastante útiles.

Para empezar, lo que más nos ha llamado la atención es que las estrategias que realmente funcionan incluyen cosas como ejercicios técnicos puntuales, actividades para trabajar la coordinación motora, un poco de propiocepción y simulaciones que copian lo que pasa en un partido de verdad. Se enfocan en detalles clave, como mantener una buena postura, moverse rápido, estar pendiente del balón y ejecutar la técnica con precisión. Y lo mejor es que, si se hacen de manera constante y adaptadas a la edad y el nivel de los chicos, se notan mejoras claras en cómo juegan en partidos reales.

En cuanto a las herramientas para medir todo esto, las que más se usan son listas de cotejo, fichas de observación, pruebas técnicas y cuestionarios. Nos permiten evaluar tanto lo técnico como lo táctico de la recepción, y nos dan datos concretos para ver cómo están los jugadores y qué tan bien funcionan las estrategias que aplicamos.

Sobre las dimensiones que hemos analizado, siempre aparecen cosas como la técnica de ejecución, la postura corporal, la precisión al tocar el balón y lo bien que se desempeñan en situaciones de juego. A eso se suman indicadores como la coordinación motriz, la rapidez de reacción y la calidad del pase al colocador, lo que nos da una visión completa de cómo lo hacen los jugadores.

Y al final, lo que nos sorprende es la coherencia que hay: al menos seis estudios, incluyendo los de Medina, Pomo y sus colegas, Loza, Gonzales, Oñate y Enríquez con su equipo, coinciden en usar listas de cotejo o fichas de observación, y se centran en dimensiones parecidas como la técnica y el desplazamiento. La mayoría también apuesta por ejercicios específicos para mejorar. Esta coincidencia en los métodos nos hace confiar más en los resultados y nos confirma que un enfoque organizado es clave para optimizar la recepción en voleibol.

Recomendaciones

Después de revisar todo lo que hemos presentado, nos parece pertinente que los investigadores de la comunidad se animen a ir un paso más allá de lo básico. Que maginen hacer estudios que comparen diferentes enfoques a lo largo del tiempo, para ver realmente qué tan bien funcionan las estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción en el voleibol. Si llevamos esto a cabo en distintos niveles escolares y entornos deportivos, no solo enriqueceremos el conocimiento teórico, sino que también acumularemos más pruebas sobre qué métodos pedagógicos realmente funcionan, lo que al final fortalecería la educación física en las escuelas.

Por otro lado, creemos que es clave trabajar en crear y usar herramientas de evaluación que estén bien probadas y confiables. No se trata solo de medir cosas al azar, sino de hacerlo con seriedad. Para eso, hay que incluir aspectos técnicos, motores y tácticos, y explicar claramente qué indicadores estamos usando. De esta manera, otros podrán repetir y comparar nuestros estudios, haciendo que la investigación sea más sólida y útil.

Por último, recomendamos que las instituciones educativas implemente programas para enseñar voleibol de forma organizada y respaldada por evidencia, incorporando ejercicios de coordinación, juegos preparatorios, actividades divertidas y simulaciones de partidos reales, no solo mejora la técnica, sino que también ayuda a desarrollar valores como el trabajo en equipo, la disciplina y la cooperación, lo que hace que la experiencia educativa sea mucho más enriquecedora.

Referencias Bibliográficas

Alberto Ramos, A. M., & Chura Chusi, D. L. (2017). *La aplicación de los juegos ecológicos para desarrollar la conciencia ambiental en los niños y niñas de 4 años de la I.E.I. N° 275 "Llavini" de la ciudad de Puno - 2015* [Tesis de licenciatura en Educación Inicial, Universidad Nacional del Altiplano]. Repositorio Institucional de la Universidad Nacional del Altiplano. http://tesis.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/11818

Arbe Castillo, J. M., Cruz Solorzano, D. M., & Salazar Tarazona, W. R. (2016). *El programa jugando y el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol en los estudiantes del quinto grado de educación primaria de la I. E. N° 32397 Roberto Terry Shreiber - Huamalíes, Huánuco* (Tesis de licenciatura). Repositorio Digital Institucional, Universidad Nacional "Hermilio Valdizán". https://repositorio.unheval.edu.pe/item/fb9876b0-f2d9-49d9-afa7-99d0976f9a99

Aylas Capcha, G. G., & Rodriguez Acevedo, M. M. (2019). *Ejercicios de motricidad para afianzar la técnica de recepción del vóleibol en estudiantes del tercer grado de secundaria de la Institución Educativa "Nuestra Señora de Cocharcas"* (Tesis de licenciatura, Universidad Nacional del Centro del Perú). Repositorio Digital Institucional. https://repositorio.uncp.edu.pe/handle/20.500.12894/5546

Bompa, T. O., & Carrero, M. (2015). *Entrenamiento de la velocidad, la agilidad y la rapidez. Paidotribo.*

Borrás, D. (2017). *Técnica y táctica en voleibol: fundamentos y metodologías de entrenamiento*. Editorial Paidotribo.

Carlos, E., & Santa Cruz Gonzáles, S. (2020). *Aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol en los estudiantes del VI ciclo de educación secundaria de la I.E. N° 10214 "Abel Ramos Purihuamán" – La Ramada, Salas 2019* [Trabajo de investigación, Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo]. Repositorio Digital Institucional – Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo. https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/8832

Castro Paitan, C., & Toscano Aliaga, J. (2015). *Conjunto de juegos cognomotores para la enseñanza–aprendizaje de la técnica de recepción de voley en niñas de 8 años de la Institución Educativa N° 30211 de Saños Grande El Tambo Huancayo* (Tesis de

licenciatura). Repositorio Digital Institucional, Universidad Nacional del Centro del Perú. https://repositorio.uncp.edu.pe/handle/20.500.12894/2729

Chávez Espinoza, L. G. (2011). *Vóleibol para aprender a enseñar.* Santiago de Chile, Chile: RiL editores. Obtenido de https://acortar.link/Jes5P1

Dávila Horna, W. O., & Munaylla Arana, J. C. (2019). *Programa didáctico, basado en juegos de iniciación deportiva para enseñanza aprendizaje del saque y la recepción con antebrazos, en el voleibol, en estudiantes de 1° grado de educación secundaria de la I.E. "Federico Villarreal" del distrito de Túcume, provincia y región Lambayeque 2017* (Tesis de segunda especialización). Repositorio Digital Institucional - Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo. https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/3459

Delgado Párraga, J. G., & Ayala Quinde, C. A. (2022). *Programa de ejercicios de coordinación óculo manual para mejorar la recepción con antebrazo en el voleibol. Revista Cognosis: Revista de Filosofia, Letras y Ciencias de la Educación,* 7(1), 150-151. doi:https://doi.org/10.33936/cognosis.v7i1.4532

Díaz Sanjuán, L. (2010). *La observación. México: Departamento de publicaciones.* https://acortar.link/i9scFG

FIVB (Federación Internacional de Voleibol). (2020). *Manual de entrenamiento para entrenadores de voleibol*. FIVB Publications.

Flores Bosmediano, E. M. (2017). *Ejercicios para perfeccionar la recepción del voleibolista* ***escolar*** *en Victoria Bilingual Christian Academy* (Tesis de titulación). Repositorio Digital Institucional, Universidad de las Fuerzas Armadas. https://www.researchgate.net/publication/320474113_Ejercicios_para_perfeccionar_la_recepcion_del_voleibolista_escolar_en_Victoria_Bilingual_Christian_Academy

Galeano, C.; Gómez, M. y Jaramillo, D. (2015). *El estado del arte: una metodología de investigación - The state of the art: a research methodology*. Revista Colombiana de Ciencias Sociales. 6 (2). 423-442. https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5212100.pdf

García, J., & Navarro, F. (2018). *Metodología del entrenamiento deportivo: Principios y aplicaciones.* Ediciones INDE.

Gonzales Mayta, L. A. (2020). *Fundamentos técnicos del voleibol en los estudiantes del 6to grado "A" de la Institución Educativa Primaria N° 72001 de Azángaro, 2019* [Tesis para optar el título profesional, Instituto de Educación Superior Pedagógico Público "Azángaro"]. Repositorio Digital Institucional - Instituto de Educación Superior Pedagógico Público "Azángaro". https://www.iesppazangaro.edu.pe/wp-content/uploads/2023/07/Tesis-Luis-Gonzales.pdf

Gutiérrez, D. (2019). *La enseñanza del voleibol: fundamentos técnicos y tácticos aplicados al entrenamiento.* Ediciones INDE.

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. (2014). *Metodología de la Investigación.* México: Interamicana Editores. https://acortar.link/I03so

Huaman Montes, C. E., & Abregu, S. M. J. (2019). *Nivel de dominio de los fundamentos técnicos del voleibol en niñas de 14 años del programa La Academia del Instituto Peruano del Deporte región Junín* (Tesis de licenciatura). Repositorio Digital Institucional, Universidad Nacional del Centro del Perú. https://repositorio.uncp.edu.pe/handle/20.500.12894/7106

Huaman Montes, D., & Tineo Huaman, R. (2021). *Aptitud física para el aprendizaje de las técnicas fundamentales del voleibol en las integrantes del Club Cahuamo Sport Chilca Huancayo* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional del Centro del Perú]. Repositorio Digital Institucional – Universidad Nacional del Centro del Perú. https://repositorio.uncp.edu.pe/handle/20.500.12894/10561

Jiménez, I. & Sánchez, R. (2018). *Evaluación y control del rendimiento en voleibol*. Ediciones INDE.

Kromer, S., & Cochachi Urbano, S. (2015). *Juegos de iniciación para el aprendizaje de la técnica de recepción del voleibol en estudiantes del quinto grado de primaria de la Institución Educativa Pública N° 30209 de El Tambo* (Tesis de licenciatura).

Repositorio Digital Institucional, Universidad Nacional del Centro del Perú. https://repositorio.uncp.edu.pe/handle/20.500.12894/2731

León Cruz, I. J. (2019). *Propuesta didáctica basada en la teoría de Philipp y Wilkerson: La formación motriz en el voleibol en estudiantes del 1° grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática, La Libertad – Huaraz 2017* (Tesis de maestría). Repositorio Digital Institucional – Universidad Nacional "Pedro Ruiz Gallo". https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/12384?show=full

Loza Vargas, Y. A. K. (2022). *Ejercicios motrices para afianzar la técnica de recepción del voleibol en estudiantes del 3er grado de la I.E.E. No 20820 "Nuestra Señora de Fátima"- Huacho, durante el año escolar 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión]. Repositorio Digital Institucional - UNJFSC. https://repositorio.unjfsc.edu.pe/handle/20.500.14067/6261

Manayay Castro, C. M. (2016). *Propuesta didáctica metodológica para mejorar el aprendizaje de la recepción con antebrazo y el toque de dedos en el voleibol en estudiantes del 3° de educación secundaria "San Isidro", del distrito de Huarmaca, provincia de Huancabamba en la región Piura* (Tesis de licenciatura). Repositorio Digital Institucional – Universidad Nacional "Pedro Ruiz Gallo". https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/4790

Medina Chávez, C. A. (2019). *Nivel de los fundamentos técnicos de voleibol en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 – Colaya, Salas 2019* [Trabajo académico, Universidad Nacional "Pedro Ruiz Gallo"]. Repositorio Digital Institucional. https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/8833

Medina Miranda, S. E. (2024). *Fundamentos técnicos del voleibol en el proceso de iniciación deportiva en estudiantes de una institución educativa secundaria, Ica 2023* [Trabajo de investigación, Universidad César Vallejo]. Repositorio Digital Institucional - Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/138192

Oñate Salazar, F. J. (2020). *Incidencia de ejercicios propioceptivos en la técnica de la recepción del voleibol en jugadores de 10 y 11 años de la Unidad Educativa "Spellman"* [Tesis de licenciatura, Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE]. Repositorio Digital Institucional - ESPE. https://core.ac.uk/outputs/486934533

Pomo Duran, F., Quito Marengo, Y. M., & Trinidad Basuldo, R. M. (2023). *Programa "Creatividad en el aprendizaje" para desarrollar los fundamentos técnicos del vóleibol en estudiantes del VI ciclo de secundaria de la I.E. Héroes de Jactay – Huánuco* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. Repositorio Digital Institucional – UNHEVAL. https://repositorio.unheval.edu.pe/item/6a4e1162-1359-4114-a744-cc8ab0b3ab38

Pucha Talavera, C. J. (2020). *Potenciación del rendimiento técnico y técnico-táctico en la recepción de voleibolistas escolares en la Unidad Educativa Franciscana "La Inmaculada"* [Tesis de maestría, Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE]. Repositorio Digital Institucional. https://www.researchgate.net/publication/337332159_Potenciacion_del_rendimiento_tecnico_y_tecnico-tactico_en_la_recepcion_de_voleibolistas_escolares_en_la_Unidad_Educativa_Franciscana_La_Inmaculada

Sánchez M, C., Aguilar V, M., Martínez D, J. L., & Sánchez R, J. L. (2020). *Estrategias didácticas en entornos de aprendizaje enriquecidos con tecnología (antes del covid-19).* México: Casa abierta al tiempo. https://acortar.link/gPr3KN

Santos del Campo, J. A., Viciana Ramírez, J., & Delgado Noguera, M. Á. (1996). *La actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos.* Voleibol. Madrid: Ministerio de Educación y Cultura. Obtenido de https://acortar.link/fYHsHa

Smith Enriquez Mendoza, Y., Granados Cirilo, C. E., & Gutierrez Matienzo, J. A. (2020). *Programa de entrenamiento para mejorar la práctica de voleibol, en las deportistas de la academia "Cataleya vóley club" - Nuevo Chimbote, 2019* [Tesis para optar el título profesional, Instituto de Educación Superior Pedagógico Público Chimbote]. Repositorio Digital Institucional - Instituto de Educación Superior Pedagógico Público Chimbote.

Ureña Espa, A., Calvo Ferrer, R. M., & Lozano Pérez, C. (Marzo de 2002). *Estudio de la recepción del saque en el voleibol masculino español de elite tras la incorporación del jugador libero.* Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, 2 (4), 41. Obtenido de http://hdl.handle.net/10486/3795

Ureña, A., Martínez, M., & Fernández, J. (2016). *Análisis del rendimiento en voleibol: evaluación y optimización del juego.* Editorial Síntesis.

Velarde Arce, F. A. (2018). *Nivel de fundamentos técnicos del voleibol en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llallí* (Tesis de licenciatura). Repositorio Institucional Digital, Universidad Nacional del Altiplano. https://www.repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14082/8155/Velarde_Arce_Fredy_Antonio.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Anexos

Anexo 1: Ficha bibliográfica

N°	Autor	Titulo	Año	URL	Tipo de documento	Ámbito	Páginas	Lugar de publicación	País
1	Sully Erika Medina Miranda	Fundamentos técnicos del voleibol en el proceso de iniciación deportiva en estudiantes de una institución educativa secundaria, Ica 2023	2024	https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/138192	Trabajo académico	Nacional	100	Repositorio Digital Institucional-Universidad César Vallejo	Perú-Trujillo
2	Fernando Pomo Duran Yesenia Mirtha Quito Marengo Rosa Maria Trinidad Basuldo	Programa “Creatividad En El Aprendizaje” Para Desarrollar Los Fundamentos Técnicos Del Vóleibol En Estudiantes Del Vi Ciclo De Secundaria De La I.E. Héroes De Jactay – Huánuco	2023	https://repositorio.unheval.edu.pe/item/6a4e1162-1359-4114-a744-cc8ab0b3ab38	Tesis de licenciatura	Nacional	130	Repositorio Digital Institucional-Universidad Nacional Hermilio Valdizán	Perú-Huánuco
3	Yoicy Amelia Kimberly Loza Vargas	“Ejercicios Motrices Para Afianzar La Técnica De Recepción Del Voleibol En Estudiantes Del 3er Grado De La I.E.E. No 20820 “Nuestra Señora De Fátima”- Huacho, Durante El Año Escolar 2021”	2022	https://repositorio.unjfsc.edu.pe/handle/20.500.14067/6261	Tesis de licenciatura	Nacional	88	Repositorio Digital Institucional-Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión	Perú-Huacho
4	Daniel Huaman Montes Richar Tineo Huaman	Aptitud Física Para El Aprendizaje De Las Técnicas Fundamentales Del Voleibol En Las Integrantes Del Club Cahuamo Sport Chilca Huancayo	2021	https://repositorio.uncp.edu.pe/handle/20.500.12894/10561	Tesis de licenciatura	Nacional	93	Repositorio Digital Institucional-Universidad Nacional Del	Perú-Huancayo

							Centro Del Perú	
5	Francisco Javier Oñate Salazar	Incidencia de ejercicios propioceptivos en la técnica de la recepción del voleibol en jugadores de 10 y 11 años de la Unidad Educativa “Spellman”	2020	https://core.ac.uk/outputs/486934533/?source=1&algorithmId=15&similarToDoc=249337107&similarToDocKey=CORE&recSetID=beaa575d-f7ef-41fd-9001-36426d90cfa3&position=5&recommendation_type=same_repo&otherRecs=249337218%2C249337125%2C249337546%2C587975565%2C486934533	Tesis de maestría	Internacional	74	Repositorio Digital Institucional-Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE.	Ecuador
6	Clever Jesus Pucha Talavera	Potenciación del rendimiento técnico y técnico-táctico en la recepción de voleibolistas escolares en la Unidad Educativa Franciscana “La Inmaculada”.	2020	https://www.researchgate.net/publication/337332159_Potenciacion_del_rendimiento_tecnico_y_tecnico-tactico_en_la_recepcion_de_voleibolistas_escolares_en_la_Unidad_Educativa_Franciscana_La_Inmaculada	Tesis de maestría	Internacional	106	Repositorio Digital Institucional-Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE.	Ecuador

7	Yosel Smith Enriquez Mendoza Carlos Eduardo Granados Cirilo John Anderson Gutierrez Matienzo	Programa de entrenamiento para mejorar la práctica de voleibol, en las deportistas de la academia "Cataleya vóley club" - Nuevo Chimbote, 2019.	2020		Tesis para obtener titulo	Nacional	102	Repositorio Digital Institucional- Instituto De Educación Superior Pedagógico Publico Chimbote	Perú- Nuevo Chimbote
8	Luis Abelardo Gonzales Mayta	Fundamentos Técnicos Del Voleibol En Los Estudiantes Del 6to Grado "A" De La Institucion Educativa Primaria N° 72001 De Azángaro, 2019	2020	https://www.iesppazangaro.edu.pe/wp-content/uploads/2023/07/Tesis-Luis-Gonzales.pdf	Tesis de titulación	Nacional	63	Repositorio Digital Institucional- Instituto De Educación Superior Pedagógico Público "Azángaro"	Perú- Puno
9	Edwin Carlos,Santa Cruz Gonzáles	Aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol en los estudiantes del VI ciclo de educación secundaria de la I.E. N° 10214 "Abel Ramos Purihuamán" – La Ramada, Salas 2019	2019	https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/8832	Trabajo académico	Nacional	46	Repositorio Digital Institucional – Universidad Nacional "Pedro Ruiz Gallo"	Perú Lmabayeque
10	Carlos Alberto Medina Chávez	Nivel de los fundamentos técnicos de voleibol en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 – Colaya, Salas 2019	2019	https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/8833	Trabajo académico	Nacional	43	Repositorio Digital Institucional – Universidad Nacional "Pedro Ruiz Gallo"	Perú Lambayeque

11	Ignacio Jesus Leon Cruz	Propuesta didáctica basada en la teoría de Philipp y Wilkerson la formación motriz en el voleibol en estudiantes del 1° grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática, La Libertad – Huaraz 2017.	2019	https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/12384?show=full	Tesis de maestría	Nacional	65	Repositorio Digital Institucional – Universidad Nacional "Pedro Ruiz Gallo"	Perú Lambayeque
12	Gihomara Ghandy Aylas Capcha Margarita Mercedes Rodriguez Acevedo	Ejercicios De Motricidad Para Afianzar La Técnica De Recepción Del Vóleibol En Estudiantes Del Tercer Grado De Secundaria De La Institución Educativa "Nuestra Señora De Cocharcas"	2019	https://repositorio.uncp.edu.pe/handle/20.500.12894/5546	Tesis de licenciatura	Nacional	143	Repositorio Digital Institucional- Universidad Nacional Del Centro Del Perú	Perú-Huancayo
13	Carlos Eduardo Huaman Montes Sady Mbel Jorge Abregu	Nivel De Dominio De Los Fundamentos Técnicos Del Voleibol En Niñas De 14 Años Del Programa La Academia Del Instituto Peruano Del Deporte Región Junín	2019	https://repositorio.uncp.edu.pe/handle/20.500.12894/7106	Tesis de licenciatura	Nacional	88	Repositorio Digital Institucional- Universidad Nacional Del Centro Del Perú	Perú-Huancayo
14	Wesler Osbel Davila Horna Juan Carlos Munaylla Arana	"Programa Didáctico, Basado En Juegos De Iniciación Deportiva Para Enseñanza Aprendizaje Del Saque Y La Recepción Con Antebrazos, En El Voleibol, En Estudiantes De 1° Grado De Educación Secundaria De La I.E. "Federico Villarreal" Del Distrito De Túcume, Provincia Y Region Lambayeque 2017"	2019	https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/3459	Tesis de segunda especialización	Nacional	152	Repositorio Digital Institucional- Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo	Perú-Lambayeque
15	Fredy Antônio Velarde Arce	Nivel De Fundamentos Técnicos Del Voleibol En Estudiantes Del Primer Grado De La Institución Educativa Secundaria José María Arguedas De Llallí	2018	https://www.repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14082/8155/Velarde_Arce_Fredy_Antoni	Tesis de licenciatura	Nacional	61	Repositorio Institucional Digital- Universidad nacional Del Altiplano	Perú-Puno

				o.pdf?sequence=1&isAllowed=y					
16	Edison Marcos Flores Bosmediano	Ejercicios Para Perfeccionar La Recepción Del Voleibolista Escolar En Victoria Bilingual Christian Academy	2017	https://www.researchgate.net/publication/320474113_Ejercicios_para_perfeccionar_la_recepcion_del_voleibolista_escolar_en_Victoria_Bilingual_Christian_Academy	Trabajo de titulación	Internacional	93	Repositorio Digital Institucional-Universidad de las Fuerzas Armadas	Ecuador-Sangolqui
17	Joel Mauro Arbe Castillo Diego Minkowsky Cruz Solorzano Willy Richard Salazar Tarazona	El Programa Jugando Y El Aprendizaje De Los Fundamentos Técnicos Del Voleibol En Los Estudiantes Del Quinto Grado De Educación Primaria De La I. E. N° 32397 Roberto Terry Shreiber - Huamalíes, Huánuco 2016	2016	https://repositorio.unheval.edu.pe/item/fb9876b0-f2d9-49d9-afa7-99d0976f9a99	Tesis de licenciatura	Nacional	182	Repositorio Digital Institucional-Universidad Nacional “Hermilio Valdizan”	Perú-Huánuco
18	Cirle Mabel Manayay Castro	Propuesta didáctica metodológica para mejorar el aprendizaje de la recepción con antebrazo y el toque de dedos en el voleibol en estudiantes del 3° de educación secundaria “San Isidro”, del distrito de Huarmaca, provincia de Huancabamba en la región Piura	2016	https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/4790	Segunda especialización	Nacional	150	Repositorio Digital Institucional – Universidad Nacional “Pedro Ruiz Gallo”	Perú Lambayeque
19	Kromer Steve Cochachi Urbano	Juegos De Iniciación Para El Aprendizaje De La Técnica De Recepción Del Voleibol En Estudiantes Del Quinto Grado De Primaria De La Institución Educativa Pública N° 30209 De El Tambo	2015	https://repositorio.uncp.edu.pe/handle/20.500.12894/2731	Tesis de licenciatura	Nacional	134	Repositorio Digital Institucional-Universidad Nacional	Perú-Huancayo

								Del Centro Del Perú	
20	Ceésar Castro Paitan Jovana Toscano Aliaga	Conjunto De Juegos Cognomotores Para La Enseñanza – Aprendizaje De La Tecnica De Recepción De Voley En Niñas De 8 Años De La Institución Educativa N° 30211 De Saños Grande El Tambo Huancayo	2015	https://repositorio.uncp.edu.pe/handle/20.500.12894/2729	Tesis de licenciatura	Nacional	92	Repositorio Digital Institucional-Universidad Nacional Del Centro Del Perú	Perú-Huancayo

Anexo 2: Matriz de análisis o hermenéutica

N°	Titulo	Muestra	Metodología /Enfoque/diseño	Aspectos abordados	Resultados	
					EJE 1: Estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción en el voleibol.	**EJE 2:** Instrumentos, dimensiones e indicadores para medir la recepción en el voleibol.
1	Fundamentos técnicos del voleibol en el proceso de iniciación deportiva en estudiantes de una institución educativa secundaria, Ica 2023.	La población estuvo constituida por 432 estudiantes de quinto de secundaria, y la muestra se compuso de 136 estudiantes de diferentes secciones de una institución educativa secundaria en Ica.	Enfoque cuantitativo, y de diseño pre-experimental.	Se investigaron los fundamentos técnicos del voleibol y su impacto en la iniciación deportiva de los estudiantes, utilizando cuestionarios para medir las variables de interés.	Se destacan estrategias como la práctica de ejercicios de coordinación, la implementación de juegos de iniciación, y la enseñanza técnica específica que se centra en la recepción del balón, buscando mejorar la agilidad y la capacidad de reacción de los estudiantes.	Los instrumentos utilizados incluyen cuestionarios que evalúan la recepción a través de dimensiones como habilidades y destrezas básicas, integración de habilidades técnicas y tácticas, y situaciones de juego similares al deporte definitivo. Los indicadores abarcan aspectos como la agilidad, la capacidad de reacción, y la correcta ejecución de los movimientos de recepción.
2	"Programa “Creatividad En El Aprendizaje” Para Desarrollar Los Fundamentos Técnicos Del Vóleibol En Estudiantes Del Vi Ciclo De Secundaria De La I.E. Héroes De Jactay – Huánuco".	La muestra del estudio estuvo conformada por 28 estudiantes del primer grado	La metodología utilizada fue una investigación aplicada con un diseño cuasi experimental.	En cuanto a los aspectos abordados, el estudio se centró en el desarrollo de los fundamentos técnicos del voleibol en estudiantes del VI ciclo de secundaria.	Las estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción en el voleibol incluyeron la aplicación de un programa de entrenamiento que se centró en el desarrollo de los fundamentos técnicos del voleibol. El programa de entrenamiento incluyó la práctica de ejercicios de coordinación y técnicas específicas para mejorar la recepción en el voleibol. Los ejercicios de coordinación se centraron en la mejora de la coordinación motora y la técnica de recepción en el	Los instrumentos utilizados para medir la recepción en el voleibol incluyeron una lista de cotejo que se distribuyó en ítems debidamente estructurados con las siguientes dimensiones: posiciones fundamentales, el saque, pase de dedos, recepción de antebrazos y remate. Los indicadores utilizados para medir la recepción en el voleibol incluyeron la precisión y la velocidad de la recepción. La precisión se refiere a la

					voleibol. Los ejercicios de coordinación incluyeron la práctica de ejercicios de recepción en diferentes posiciones y con diferentes tipos de balones.	capacidad del jugador para recibir el balón de manera efectiva, mientras que la velocidad se refiere a la rapidez con la que el jugador puede recibir el balón.
3	"Ejercicios motrices para afianzar la técnica de recepción del voleibol en estudiantes del 3er grado de la I.E.E. Nº 20820 'Nuestra Señora de Fátima' - Huacho, durante el año escolar 2021".	La muestra del estudio está compuesta por todos los estudiantes del 3er grado de la I.E.E. Nº 20820, que suman un total de 100 alumnos.	En cuanto a la metodología, se utilizó un enfoque cuantitativo y un diseño no experimental de tipo transeccional o transversal.	Se analiza la importancia de la técnica de recepción en el voleibol y las limitaciones que enfrentan los estudiantes en su desarrollo motor. Determinar la influencia de los ejercicios motrices en la técnica de recepción de servicio y remate.	Se mencionan diversas estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción en el voleibol, tales como ejercicios de motricidad que incluyen movimientos locomotores, coordinación dinámica, y técnicas específicas para la recepción de servicio y remate. Estas estrategias están diseñadas para potenciar el desarrollo motor de los estudiantes y mejorar su desempeño en el deporte.	Se detallan los instrumentos, dimensiones e indicadores utilizados para medir la recepción en el voleibol. Se empleó una lista de cotejo que consta de 19 ítems con tres alternativas de respuesta, evaluando dimensiones como la recepción de servicio y la recepción de remate. Los indicadores incluyen aspectos como la postura del cuerpo, la flexión de las rodillas, la atención hacia el contrincante, y la capacidad de desplazamiento hacia la pelota, entre otros, lo que permite una evaluación integral de la técnica de recepción en los estudiantes.
4	"Aptitud física para el aprendizaje de las técnicas fundamentales del voleibol en las integrantes del Club Cahuamo Sport Chilca Huancayo".	La muestra estuvo constituida por 25 integrantes del Club Cahuamo Sport Chilca Huancayo.	La investigación es de tipo aplicada y se basa en un enfoque cuantitativo. Se utilizó un diseño pre-experimental,	Se abordaron aspectos relacionados con la influencia de la aptitud física en el aprendizaje de las técnicas fundamentales del voleibol, incluyendo la	Las estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción en el voleibol incluyen ejercicios específicos de técnica de recepción, trabajo en pareja para mejorar la coordinación, y simulaciones de situaciones de juego que permiten a los deportistas practicar la recepción bajo presión.	Los instrumentos utilizados para medir la recepción en el voleibol incluyen pruebas estandarizadas que evalúan la efectividad de la recepción. Las dimensiones consideradas son la precisión y la consistencia en la recepción del balón, con indicadores que miden la cantidad de recepciones

				recepción, el voleo, el saque y el remate.		exitosas en diferentes situaciones de juego.
5	"Incidencia de ejercicios propioceptivos en la técnica de la recepción del voleibol en jugadores de 10 y 11 años de la Unidad Educativa 'Spellman'	La muestra estuvo compuesta por 15 niñas de entre 10 y 11 años de edad, seleccionadas de la Unidad Educativa Cardenal Spellman.	La metodología utilizada en esta investigación fue de tipo cuasi-experimental, con un enfoque explicativo que permitió analizar la influencia de un plan de ejercicios propioceptivos en la mejora de la técnica de recepción del voleibol.	Verificar la incidencia de los ejercicios propioceptivos en el desarrollo de la técnica de recepción de voleibol.	Para mejorar la recepción en el voleibol, se propusieron diversas estrategias de entrenamiento que incluyen ejercicios de propiocepción, los cuales se enfocan en el desarrollo de la coordinación y el equilibrio. Estas estrategias abarcan actividades como mantener el equilibrio sobre un solo pie mientras se ejecuta la recepción, desplazamientos laterales sobre minibosus, y ejercicios de saltos unipodales, todos diseñados para fortalecer la técnica de recepción y mejorar la respuesta motora de las jugadoras.	En cuanto a los instrumentos utilizados para medir la recepción en el voleibol, se emplearon fichas de evaluación que contemplan diversas dimensiones e indicadores. Las dimensiones incluyen la técnica de recepción de manos alta y baja, mientras que los indicadores abarcan la precisión y el dominio en la ejecución de la recepción. Estos instrumentos permiten una observación sistemática y un registro matricial que facilita la comparación estadística de los resultados obtenidos en los test de precisión y dominio técnico.
6	"Potenciación del rendimiento técnico y técnico-táctico en la recepción de voleibolistas escolares en la Unidad Educativa Franciscana “La Inmaculada”"	La muestra estuvo compuesta por 15 voleibolistas escolares de la Unidad Educativa Franciscana “La Inmaculada”.	La investigación adoptó un enfoque mixto, combinando métodos cualitativos y cuantitativos. Se utilizó un diseño descriptivo, transversal, correlacional y analítico.	Se abordaron aspectos como la preparación técnica y técnico-táctica en la recepción, la identificación de deficiencias en la técnica de defensa del saque, y la implementación de ejercicios especializados	Las estrategias de entrenamiento incluyen la implementación de ejercicios físicos específicos, la mejora de la técnica de recepción a través de drills, y la utilización de métodos que simulan situaciones de juego para optimizar la preparación técnico-táctica.	Instrumentos: Se utilizaron tests diagnósticos iniciales y finales, así como escalas de evaluación. Dimensiones: Se consideraron dimensiones como el rendimiento técnico y técnico-táctico de la recepción. Indicadores: Los indicadores incluyen la efectividad en la ejecución de la técnica de recepción, la precisión en el contacto con el balón, y la capacidad de respuesta ante diferentes tipos de saques.

				para mejorar el rendimiento.		
7	"Programa de entrenamiento para mejorar la práctica de voleibol, en las deportistas de la academia "Cataleya vóley club" - Nuevo Chimbote 2019".	La muestra estuvo conformada por 30 deportistas de la academia Cataleya voley club.	La metodología utilizada fue experimental-aplicada, con un diseño pre-experimental con un solo grupo aplicando pre y pos prueba. El enfoque de la investigación fue mejorar la práctica del voleibol en las deportistas de la academia Cataleya voley club.	Los aspectos abordados en la investigación incluyeron la mejora de la recepción, el saque, el armado, el remate y la defensa en el voleibol.	Las estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción en el voleibol incluyeron la ubicación en la postura básica media, la observación de la trayectoria del balón, el desplazamiento al punto de llegada del balón, la unión de los brazos y los estiramientos, y la realización de la extensión de piernas y movimiento de brazos para contactar con el balón. Además, se enfatizó la importancia de la práctica de la recepción en parejas y en equipo, así como la realización de ejercicios específicos para mejorar la técnica de recepción.	Los instrumentos utilizados para medir la recepción en el voleibol incluyeron la ficha de observación, que contaba con 13 ítems relacionados con la recepción. Las dimensiones evaluadas incluyeron la ubicación de brazos y piernas, la visualización y desplazamiento en referencia al balón, el movimiento de brazos y piernas, y la eficacia en la recepción. Los indicadores utilizados para evaluar la recepción incluyeron la ubicación de los brazos y las piernas, la observación de la trayectoria del balón, el desplazamiento al punto de llegada del balón, la unión de los brazos y los estiramientos, y la realización de la extensión de piernas y movimiento de brazos para contactar con el balón.
8	Fundamentos Técnicos del Voleibol en los Estudiantes del 6to Grado 'A' de la Institución Educativa Primaria N° 72001 de Azángaro, 2019	La muestra de la investigación estuvo compuesta por 20 estudiantes del 6to grado "A"	La metodología utilizada en esta investigación fue de tipo no experimental, con un enfoque descriptivo, el diseño de la investigación fue descriptivo.	Los fundamentos técnicos del voleibol, incluyendo el saque, la recepción, el voleo y el remate.	Para mejorar la recepción en el voleibol, se implementaron diversas estrategias de entrenamiento. Estas incluyen ejercicios específicos de recepción de antebrazos, donde se enfatiza la técnica correcta y la posición del cuerpo al recibir el balón. Además, se utilizan juegos cognitivos que fomentan la toma de decisiones rápidas y la coordinación	En cuanto a la medición de la recepción en el voleibol, se emplearon instrumentos como fichas de observación y cuestionarios. Las dimensiones abordadas incluyen la técnica de recepción, la postura del cuerpo y la capacidad de anticipación. Los indicadores utilizados para evaluar la recepción abarcan

					entre los jugadores. La práctica de simulaciones de situaciones de juego también es fundamental, ya que permite a los estudiantes adaptarse a diferentes tipos de saques y mejorar su capacidad de respuesta.	aspectos como la precisión en el contacto con el balón, la correcta alineación del cuerpo y la efectividad en la ejecución de los toques hacia el colocador. Estos elementos permiten una evaluación integral del desempeño de los estudiantes en la recepción del voleibol.
9	Aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol en los estudiantes del VI ciclo de educación secundaria de la I.E. N° 10214 “Abel Ramos Purihuamán” – La Ramada, Salas 2019.	La muestra estuvo conformada por 42 estudiantes del VI ciclo y seleccionados por muestreo no probabilístico.	Enfoque cuantitativo, de diseño no experimental.	Se realizó una evaluación del nivel de aprendizaje de los fundamentos técnicos de voleibol, incluyendo dimensiones como el saque, la recepción del balón, el voleo y el remate.	Las estrategias de entrenamiento incluyen ejercicios específicos que se centran en la coordinación y la técnica de recepción, así como prácticas que simulan situaciones de juego para mejorar la efectividad en la recepción del balón.	Los instrumentos utilizados para medir la recepción incluyen un test de evaluación de voleibol. Las dimensiones abarcan la recepción del balón, y los indicadores se centran en la precisión y efectividad de la recepción en diferentes situaciones de juego.
10	"Nivel de los fundamentos técnicos de voleibol en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la I.E. N° 10061 – Colaya, Salas 2019", fue presentado por Carlos Alberto Medina Chávez	La muestra estuvo constituida por 34 estudiantes matriculados durante el año escolar 2019, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico.	La metodología utilizada en esta investigación fue de enfoque cuantitativo y de nivel descriptivo, con un diseño no experimental y alcance transversal.	La escasa ejecución de los fundamentos técnicos de voleibol por parte de los estudiantes, destacando la falta de una base teórica, técnica y metodológica adecuada.	Para mejorar la recepción en el voleibol, se pueden implementar diversas estrategias de entrenamiento. Estas incluyen ejercicios específicos de recepción que se centran en la técnica de golpeo del balón, así como la práctica de situaciones de juego realistas que simulen diferentes tipos de saques. Además, se pueden utilizar drills que fomenten la coordinación y el trabajo en equipo, permitiendo a los jugadores	En cuanto a la medición de la recepción en el voleibol, se utilizan instrumentos como el Test de Evaluación de Voleibol, que permite evaluar las habilidades técnicas de los jugadores. Las dimensiones abordadas en este test incluyen la recepción del balón, que se mide a través de indicadores específicos como la precisión en el contacto con el balón, la capacidad de realizar un pase

					desarrollar una mejor comunicación y anticipación en la cancha. La incorporación de ejercicios de fortalecimiento físico también es crucial, ya que una mayor fuerza y resistencia mejoran la capacidad de los jugadores para realizar recepciones efectivas.	efectivo hacia el colocador, y la habilidad para posicionarse adecuadamente en relación al saque del oponente. Estos indicadores son fundamentales para determinar el nivel de competencia de los estudiantes en la recepción del voleibol y para identificar áreas de mejora en su entrenamiento.
11	"Propuesta didáctica basada en la teoría de Philipp y Wilkerson para la formación motriz en el voleibol en estudiantes del 1° grado de educación secundaria de la Institución Educativa Emblemática, La Libertad – Huaraz 2017".	La muestra de la investigación estuvo compuesta por 20 estudiantes del 1° grado "A" de secundaria de la I.E.E. La Libertad, Huaraz, seleccionados de un universo muestral de 658 estudiantes.	La metodología utilizada fue de tipo descriptivo, enfocándose en la incidencia y los valores que se manifiestan en las variables estudiadas. Se aplicó un diseño de investigación que incluyó la observación y la guía de observación como técnicas principales, además de utilizar instrumentos como guías de entrevista y evaluación diagnóstica.	la falta de habilidades psicomotrices en los estudiantes, específicamente en la técnica de voleo y la recepción con antebrazos.	Para mejorar la recepción en el voleibol, se implementaron diversas estrategias de entrenamiento que incluyen ejercicios de acondicionamiento físico, prácticas de voleo en distancias cortas y largas, así como actividades que fomentan la coordinación motriz y el trabajo en equipo. Estas estrategias están diseñadas para desarrollar habilidades psicomotrices y mejorar la técnica de recepción con antebrazos, asegurando que los estudiantes puedan ejecutar correctamente las acciones motrices requeridas en situaciones de juego.	Los instrumentos utilizados para medir la recepción en el voleibol incluyen un test de medición del aprendizaje técnico motriz, que evalúa aspectos como el control del balón en el aire, la ejecución del voleo y la recepción en diferentes direcciones. Las dimensiones abordadas en este test son la técnica de voleo y la recepción del balón con antebrazos, mientras que los indicadores específicos incluyen la capacidad de los estudiantes para utilizar adecuadamente la superficie de los antebrazos en la recepción, así como su habilidad para recepcionar el balón en zonas defensivas y de ataque. Estos indicadores permiten diagnosticar el nivel de aprendizaje y las necesidades de mejora en los estudiantes.

12	"Ejercicios de motricidad para afianzar la técnica de recepción del vóleibol en estudiantes del tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Nuestra Señora de Cocharcas".	La muestra estuvo constituida por 35 estudiantes del tercer grado "J" de secundaria de dicha institución.	La metodología empleada en esta investigación fue de tipo aplicada, utilizando un enfoque experimental. El diseño de la investigación fue pre-experimental, específicamente un diseño de pre-test y post-test aplicado a un solo grupo.	Los aspectos abordados en el estudio incluyeron la caracterización del problema, la formulación de objetivos, la justificación de la investigación y la identificación de limitaciones.	Las estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción en el voleibol incluyeron ejercicios de motricidad que se centraron en la coordinación dinámica, la disociación, y la práctica de movimientos locomotores, así como la implementación de juegos y actividades lúdicas que fomentan la técnica de recepción.	Para medir la recepción en el voleibol, se utilizaron instrumentos como fichas de observación. Las dimensiones evaluadas incluyeron la recepción de servicio y la recepción de remate, mientras que los indicadores para medir la recepción abarcaron aspectos como la postura, el desplazamiento, la técnica de contacto con el balón y la efectividad en la ejecución de la recepción.
13	Nivel de dominio de los fundamentos técnicos del voleibol en niñas de 14 años del programa la academia del Instituto Peruano del Deporte región Junín".	La muestra estuvo compuesta por 30 niñas de 14 años del programa la academia del Instituto Peruano del Deporte región Junín.	La metodología utilizada fue la investigación básica y descriptiva, con un enfoque cuantitativo y un diseño descriptivo simple.	La investigación abordó aspectos como la descripción del problema, la formulación del problema, los objetivos, la justificación e importancia, y las limitaciones.	En cuanto a las estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción en el voleibol, se menciona que es importante desarrollar las capacidades de desplazamiento y posturas del cuerpo, ya que la ejecución adecuada de estos elementos garantiza el éxito en una acción de juego. También se recomienda iniciar con un proceso de diagnóstico para identificar las capacidades motrices y técnicas de las niñas voleibolistas y partir de allí proponer programas de mejora.	En cuanto a los instrumentos, dimensiones e indicadores para medir la recepción en el voleibol, se menciona que se utilizó una ficha de observación que permitió registrar los resultados. La ficha de observación constó de 40 ítems orientados a medir cada uno de los fundamentos técnicos del voleibol. Los indicadores utilizados para medir la recepción incluyeron la postura, el desplazamiento, la coordinación motora, la velocidad de reacción, y la precisión en la recepción del balón.
14	"Programa didáctico, basado	La muestra del estudio está	La metodología utilizada en el	Se abordan aspectos técnicos	Se diseñó un programa didáctico que incluye 15 sesiones de enseñanza-	Los instrumentos utilizados para medir la recepción incluyen

	en juegos de iniciación deportiva para enseñanza aprendizaje del saque y la recepción con antebrazos, en el voleibol, en estudiantes de 1° grado de educación secundaria de la I.E. "Federico Villarreal" del distrito de Túcume, provincia y región Lambayeque 2017."	compuesta por 30 estudiantes del primer grado de secundaria de la I.E. "Federico Villarreal".	estudio se basa en un enfoque didáctico que integra juegos de iniciación deportiva, permitiendo a los estudiantes aprender de manera activa y recreativa. El diseño del estudio es de tipo experimental, donde se aplican evaluaciones de entrada y salida para medir el progreso de los estudiantes en la técnica del saque y la recepción con antebrazos.	del voleibol, específicamente el saque y la recepción, así como la importancia de la educación física en el desarrollo integral de los estudiantes.	aprendizaje. Las estrategias de entrenamiento incluyen ejercicios de calentamiento, juegos de iniciación, y actividades que fomentan la coordinación y el trabajo en equipo, como el uso de globos y balones para practicar la recepción con antebrazos.	pruebas técnicas que evalúan la colocación del cuerpo, la correcta ejecución del toque de antebrazos, y la capacidad de recepción en diferentes distancias. Las dimensiones evaluadas son la precisión, la técnica y la efectividad en la recepción, con indicadores que clasifican el rendimiento en niveles de bueno, regular y deficiente.
15	Nivel de fundamentos técnicos del voleibol en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria José María Arguedas de Llallí"	La muestra, se evaluaron 55 estudiantes de entre 11 y 13 años de edad de la I.E.S. José María Arguedas de Llallí, durante los meses de marzo a mayo de 2018.	El enfoque del estudio fue cuantitativo, con un diseño descriptivo y diagnóstico-descriptivo	Se centró en diagnosticar el nivel de ejecución de los fundamentos técnicos del voleibol, particularmente la recepción, en estudiantes de primer grado de secundaria.	El estudio partió de la premisa de que el nivel técnico, incluido el fundamento de recepción, era deficiente. Para ello, se propusieron estrategias de enseñanza progresiva, basadas en principios pedagógicos que permiten el aprendizaje desde lo simple a lo complejo, priorizando ejercicios estáticos y dinámicos, así como la repetición variada para evitar la monotonía y asegurar la coordinación fina. Se enfatizó la	Para evaluar el nivel técnico de los fundamentos del voleibol, incluido la recepción, se utilizó como instrumento un test de fundamentos técnicos validado previamente mediante juicio de expertos y una prueba piloto. Este instrumento midió dimensiones como la ejecución técnica, precisión del gesto, control del balón y desplazamiento corporal, los

					importancia del trabajo técnico con el balón, en particular la recepción, que es vista como la base del contraataque pese a ser un gesto defensivo. Este fundamento requiere que el jugador adopte una posición equilibrada, observe el tipo de saque y responda con desplazamientos rápidos, empleando la zona media de los antebrazos para direccionar el balón hacia el colocador con precisión y suavidad.	indicadores utilizados son la cantidad de ejecuciones correctas, la estabilidad postural, el control del balón y la efectividad en la entrega del pase al colocador, y clasificó los resultados en tres niveles: deficiente (0–3 puntos), regular (4–8 puntos) y bueno (9–12 puntos).
16	"Ejercicios para perfeccionar la recepción del voleibolista escolar en Victoria Bilingual Christian Academy".	La muestra está compuesta por 14 deportistas del sexo femenino, con edades entre 13 y 14 años, pertenecientes a la escuela Victoria Bilingual Christian Academy.	La investigación es de tipo descriptiva, analítica y correlacional, con un enfoque mixto. Se utiliza un diseño experimental que incluye un diagnóstico inicial y un postest para evaluar el rendimiento técnico-táctico de la recepción del saque.	Se abordan las deficiencias en la técnica de recepción del saque y se proponen ejercicios específicos para mejorar el rendimiento técnico-táctico de las jugadoras.	Las estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción en el voleibol incluyen el diseño de ejercicios específicos que se centran en la técnica de defensa del saque, ejercicios preparatorios sin balón, ejercicios técnicos con balón, y ejercicios físico-técnicos y técnico-tácticos.	Los instrumentos utilizados para medir la recepción en el voleibol incluyen tests diagnósticos iniciales y finales. Las dimensiones abarcan el nivel técnico-táctico del recibo, y los indicadores incluyen la calidad de la recepción, la colocación y el desplazamiento debajo del balón, así como la coordinación en los movimientos de flexión y extensión del cuerpo.
17	El programa "Jugando y el Aprendizaje de los Fundamentos	La muestra estuvo conformada por 24 alumnos del	La investigación se enmarca dentro de un enfoque	El estudio se centra en la influencia de la aplicación del	Las estrategias de entrenamiento incluyen la práctica de ejercicios de coordinación motora, el uso de juegos predeportivos, y la	Para medir la recepción en el voleibol, se emplearon instrumentos como fichas de observación y pruebas prácticas.

	Técnicos del Voleibol en los Estudiantes del Quinto Grado de Educación Primaria de la I.E. N° 32397 Roberto Terry Shreiber - Huamalíes, Huánuco 2016".	quinto grado de educación primaria de la I.E. N° 32397 Roberto Terry Shreiber, matriculados en el año académico 2016.	cuantitativo, se utilizó un diseño preexperimental,	programa "Jugando" en el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol, específicamente en aspectos como el saque, la recepción, el toque de dedos, el remate y el bloqueo.	implementación de técnicas específicas de recepción, como el toque de antebrazos y el voleo, que permiten a los estudiantes familiarizarse con el balón y mejorar su capacidad de respuesta ante diferentes situaciones de juego.	Las dimensiones consideradas incluyen la cantidad de recepciones exitosas y el nivel de ejecución técnica. Los indicadores específicos abarcan la precisión en la recepción y la capacidad de los estudiantes para realizar los movimientos técnicos adecuados en situaciones de juego.
18	"Propuesta Didáctica Metodológica para Mejorar el Aprendizaje de la Recepción con Antebrazo y el Toque de Dedos en el Voleibol en Estudiantes del 3° de Educación Secundaria 'San Isidro', del Distrito de Huarmaca, Provincia de Huancabamba en la Región Piura"	La muestra estuvo compuesta por estudiantes del 3° grado de educación secundaria de la Institución Educativa San Isidro, específicamente un grupo de 28 estudiantes.	La metodología utilizada en este estudio se basa en un enfoque cualitativo y cuantitativo, con un diseño de investigación de tipo descriptivo y experimental.	Se abordaron los fundamentos técnicos del voleibol, específicamente la recepción con antebrazo y el toque de dedos	Para mejorar la recepción en el voleibol se usaron un total de 15 sesiones, se propusieron varias estrategias de entrenamiento, tales como la práctica de ejercicios de calentamiento específicos, el uso de juegos pre deportivos que fomentan la familiarización con el balón, y la implementación de actividades lúdicas que promueven la coordinación viso-manual. Además, se incluyeron ejercicios de recepción en situaciones de juego real, donde los estudiantes debían aplicar las técnicas aprendidas en un contexto competitivo.	En cuanto a los instrumentos utilizados para medir la recepción en el voleibol, se emplearon pruebas técnicas que evaluaron aspectos como la adopción de la posición correcta del cuerpo, el uso adecuado de la superficie de los antebrazos al tocar el balón, y la capacidad de recepcionar el balón a diferentes distancias. Las dimensiones abordadas incluyeron la técnica de recepción y la efectividad en el juego, mientras que los indicadores se centraron en la frecuencia de aciertos en la recepción, la precisión en el toque de antebrazo, y la capacidad de mantener el balón en juego.
19	“Juegos de iniciación para el	La muestra estuvo	La investigación fue de tipo	Entre los aspectos	Se aplicaron de manera secuencial y progresiva, desde lo simple a lo	El principal instrumento de evaluación fue una ficha de

	aprendizaje de la técnica de recepción del voleibol en estudiantes del quinto grado de primaria de la Institución Educativa Pública N° 30209 de El Tambo”,	conformada por 10 estudiantes del sexo femenino del quinto grado de primaria, seleccionadas mediante muestreo no probabilístico.	aplicada, con un nivel explicativo, un enfoque cuantitativo y un diseño preexperimental de un solo grupo con pretest y postest.	abordados se encuentran el desarrollo integral de habilidades motrices, el uso del juego como estrategia pedagógica y la necesidad de metodologías acordes a la edad y nivel de desarrollo de los estudiantes para mejorar la técnica de recepción en el voleibol.	complejo, respetando el desarrollo físico y cognitivo de las niñas. Estos juegos se diseñaron para fomentar la participación activa, el aprendizaje significativo, la coordinación motriz, el trabajo en equipo y el desarrollo del control del cuerpo y del balón, priorizando la técnica correcta de recepción desde una perspectiva lúdica y formativa.	observación, previamente adaptada de una tesis anterior. Las dimensiones evaluadas incluyeron la postura corporal, el control del balón, la precisión del golpe y el desplazamiento. Los indicadores utilizados permitieron valorar el nivel de mejora en la ejecución técnica de la recepción a través de una escala comparativa entre el pretest y el postest, mostrando avances significativos tras la intervención con juegos de iniciación.
20	“Conjunto de juegos cognomotores para la enseñanza-aprendizaje de la técnica de recepción de vóley en niñas de 8 años de la Institución Educativa N° 30211 de Saños Grande El Tambo Huancayo”	El estudio tuvo como muestra a 12 niñas de 8 años de dicha institución educativa.	La metodología empleada fue de tipo experimental, con un diseño preexperimental, utilizando un solo grupo con evaluación de entrada y salida. El enfoque fue cuantitativo,	los aspectos abordados, se destacan la importancia de desarrollar el fundamento técnico de recepción desde edades tempranas y cómo los juegos cognomotores pueden influir positivamente en su aprendizaje.	Las estrategias de entrenamiento consistieron en la aplicación de un conjunto sistemático de juegos cognomotores, diseñados para desarrollar habilidades como la precisión, el control, la coordinación motora y la toma de decisiones. Estas actividades incluían ejercicios progresivos de pase, recepción y desplazamiento, tanto en forma individual como en parejas y equipos, respetando el principio metodológico de lo simple a lo complejo, fomentando la participación lúdica y la motivación infantil.	Los instrumentos utilizados fueron guías de observación aplicadas antes y después de la intervención pedagógica. Las dimensiones evaluadas incluyeron la postura, el control del balón, el ángulo de golpeo y el desplazamiento, mientras que los indicadores de evaluación se enfocaron en la correcta ejecución técnica, la mejora en la precisión de la recepción y la coordinación en situaciones de juego. El análisis de los datos permitió demostrar una mejora significativa en el nivel de

		aprendizaje del fundamento de recepción gracias a la aplicación de los juegos cognomotores.

Anexo 3: Matriz de consistencia

PREGUNTA	¿Qué aportes ofrecen las investigaciones sobre estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción en el voleibol, según las investigaciones publicadas entre los años 2015-2024?	**EJES TEMÁTICOS**
OBJETIVOS	Identificar las estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción en el voleibol, según las investigaciones publicadas entre los años 2015-2024.	• Estrategias de entrenamiento para mejorar la recepción en el voleibol. • Instrumentos, dimensiones e indicadores para medir la recepción en el voleibol.
	Instrumentos, dimensiones e indicadores para medir la recepción en el voleibol, según investigaciones publicadas entre los años 2015-2024.	