



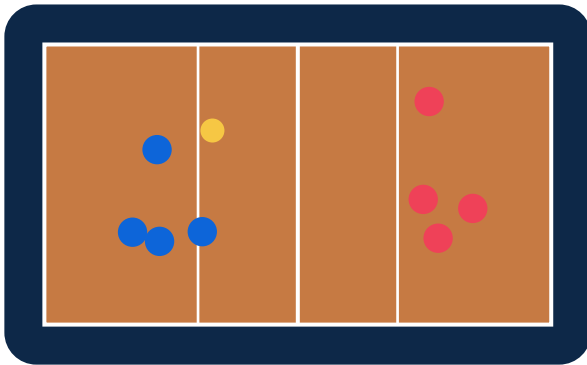
VOLLEYBALL · GUÍA POR ETAPA

## 6–8 años

Iniciación, coordinación y contacto con el balón

## Globos y contactos

Coordinación · 8-10 min · Inicial



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

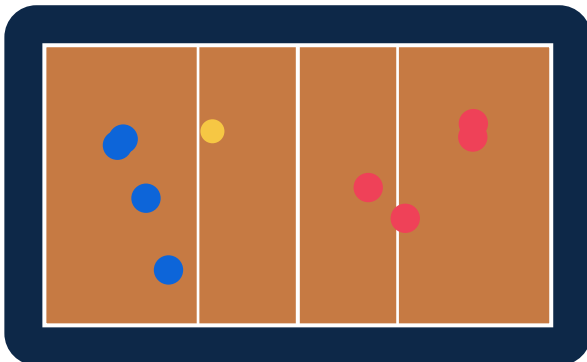
Desarrollar coordinación óculo-manual, desplazamientos y control básico del balón.

### Desarrollo

Organiza estaciones cortas con balón, desplazamientos y estímulos visuales. Prioriza muchas repeticiones, poca espera y una ejecución simple antes de aumentar velocidad.

## Atrapa, lanza y pasa

Coordinación · 8-10 min · Inicial



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

Desarrollar coordinación óculo-manual, desplazamientos y control básico del balón.

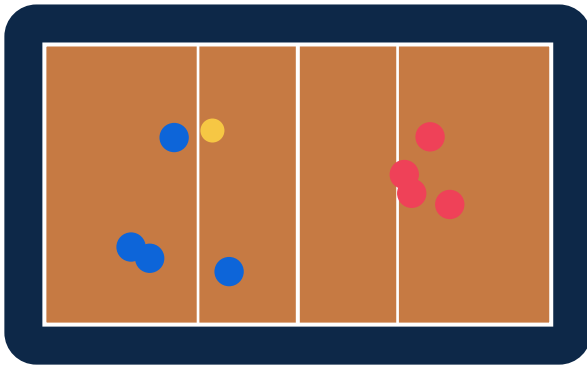
### Desarrollo

Organiza estaciones cortas con balón, desplazamientos y estímulos visuales. Prioriza muchas repeticiones, poca espera y una ejecución simple antes de aumentar velocidad.

## Toque alto al objetivo

Toque de dedos · 8-10 min · Inicial

Mejorar posición corporal, contacto limpio y dirección del pase de dedos.



### Desarrollo

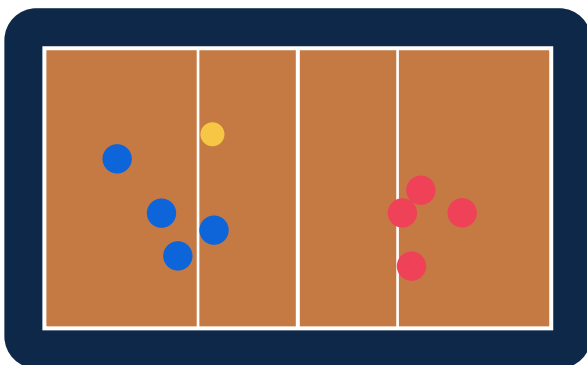
Trabaja desde posición estable hacia desplazamiento. El jugador llega debajo del balón, orienta hombros al objetivo y finaliza el contacto con extensión coordinada.

Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

## Antebrazos con balón liviano

Antebrazos · 8-10 min · Inicial

Consolidar plataforma, orientación y control del pase de antebrazos.



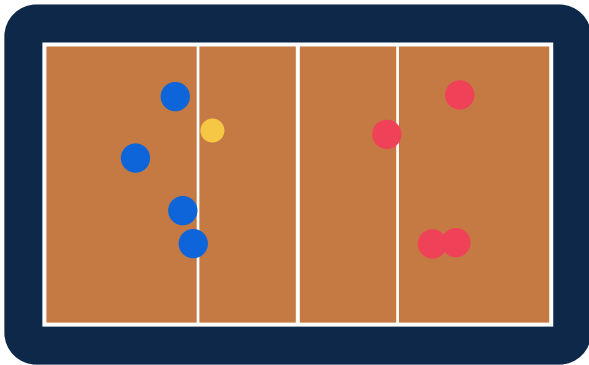
### Desarrollo

Comienza con balón controlado y progresivamente aumenta distancia o movimiento. Exige plataforma firme, ángulo estable y ajuste con los pies antes del contacto.

Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

## Pase por encima de la cinta

Juego sobre red · 8-10 min · Inicial



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

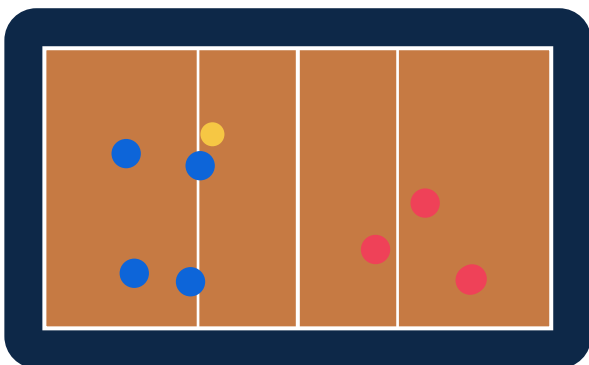
Introducir lectura de trayectoria y envío del balón sobre una red o cinta.

### Desarrollo

Divide el espacio con red baja o cinta. Los jugadores deben enviar el balón por encima buscando zona libre y reubicarse inmediatamente para continuar el rally.

## Semáforo de desplazamientos

Desplazamiento · 8-10 min · Inicial



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

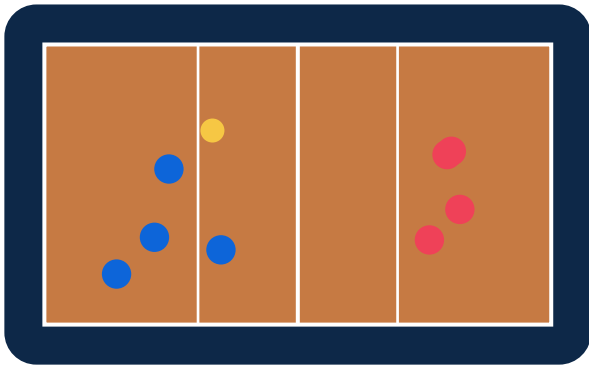
Mejorar base, pasos cortos y ajuste corporal antes del contacto.

### Desarrollo

Marca referencias cortas y combina salida, ajuste y frenado. El contacto se realiza solo cuando el jugador recupera una base equilibrada.

## Saque de abajo a zona

Saque · 8-10 min · Inicial



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

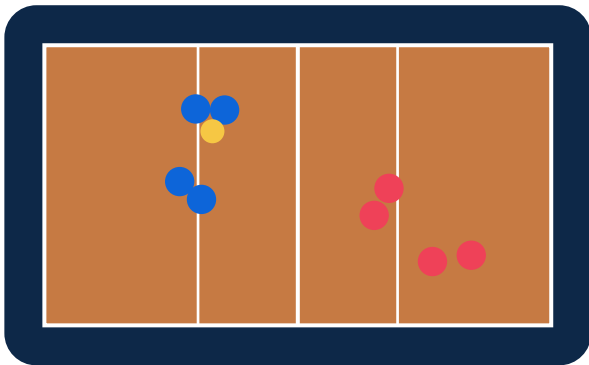
Mejorar consistencia, dirección y presión del servicio según la etapa.

### Desarrollo

Realiza series cortas por zonas. Alterna objetivo amplio y específico. El jugador mantiene rutina estable, contacto delante del cuerpo y termina apuntando al objetivo.

## Recepción y atrape

Recepción · 8-10 min · Inicial



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

Mejorar lectura del saque, plataforma y precisión hacia la zona de colocación.

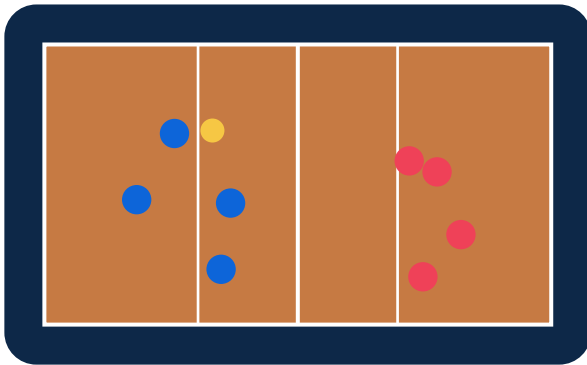
### Desarrollo

Inicia con saques controlados y progresivamente aumenta dificultad. El receptor comunica, se mueve antes del contacto y dirige la pelota hacia una zona de armado definida.

## Toque y cambio de lugar

Toque de dedos · 8-10 min · Inicial

Mejorar posición corporal, contacto limpio y dirección del pase de dedos.



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

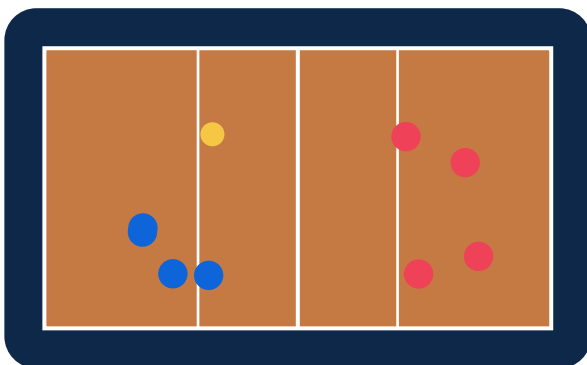
### Desarrollo

Trabaja desde posición estable hacia desplazamiento. El jugador llega debajo del balón, orienta hombros al objetivo y finaliza el contacto con extensión coordinada.

## Circuito de antebrazos

Antebrazos · 8-10 min · Inicial

Consolidar plataforma, orientación y control del pase de antebrazos.



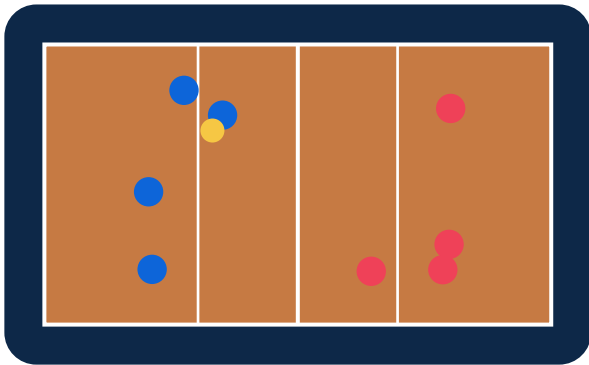
Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

### Desarrollo

Comienza con balón controlado y progresivamente aumenta distancia o movimiento. Exige plataforma firme, ángulo estable y ajuste con los pies antes del contacto.

## Mini vóley 1v1

Juego reducido · 8-10 min · Inicial



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

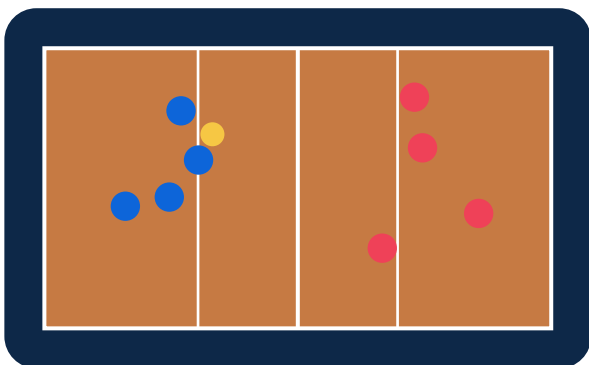
Aplicar los fundamentos en situaciones reales con alta participación.

### Desarrollo

Usa 1v1, 2v2, 3v3 o 4v4 para aumentar contactos. Añade reglas que premien tres contactos, comunicación o envío a espacios libres.

## Mini vóley 2v2

Juego reducido · 8-10 min · Inicial



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

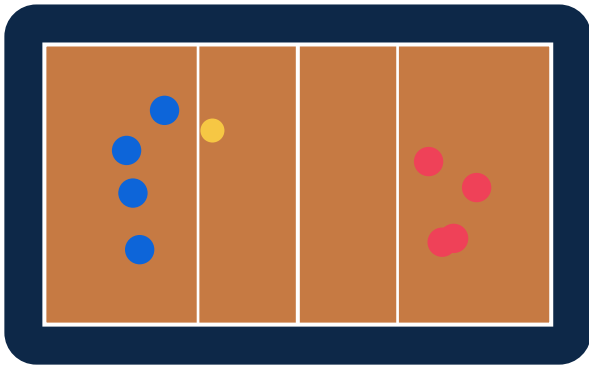
Aplicar los fundamentos en situaciones reales con alta participación.

### Desarrollo

Usa 1v1, 2v2, 3v3 o 4v4 para aumentar contactos. Añade reglas que premien tres contactos, comunicación o envío a espacios libres.

## Golpea y corre

Ataque · 8-10 min · Inicial



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

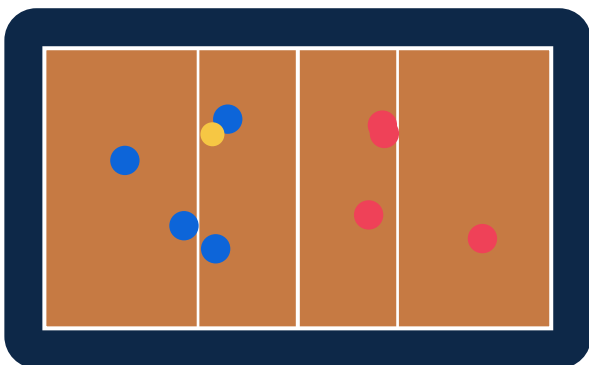
Desarrollar carrera, coordinación de brazos, salto, contacto y dirección del ataque.

### Desarrollo

Trabaja carrera, último paso y coordinación de brazos. Progresar desde balón lanzado a colocación real y luego oposición de bloqueo según edad.

## Coordinación de pasos de ataque

Ataque · 8-10 min · Inicial



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

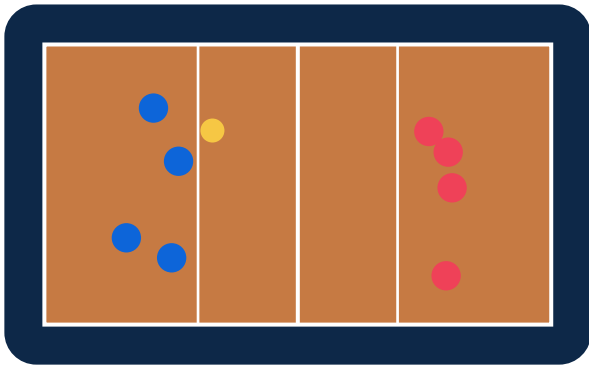
Desarrollar carrera, coordinación de brazos, salto, contacto y dirección del ataque.

### Desarrollo

Trabaja carrera, último paso y coordinación de brazos. Progresar desde balón lanzado a colocación real y luego oposición de bloqueo según edad.

## Defensa de balón lanzado

Defensa · 8-10 min · Inicial



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

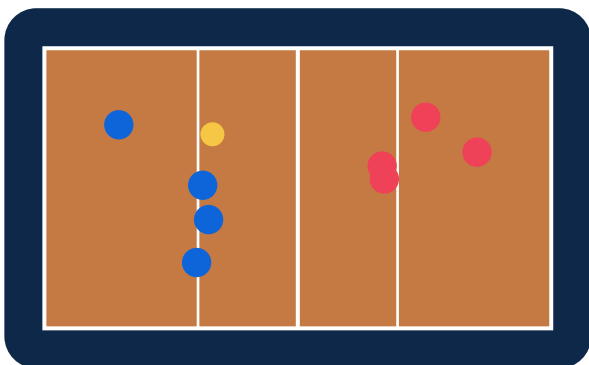
Mejorar lectura, postura, reacción y control del primer contacto defensivo.

### Desarrollo

El entrenador o atacante envía balones a distintas zonas. El defensor parte en postura de lectura, ajusta con los pies y busca elevar la pelota hacia el centro de la cancha.

## Reacción por colores

Coordinación · 8-10 min · Inicial



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

Desarrollar coordinación óculo-manual, desplazamientos y control básico del balón.

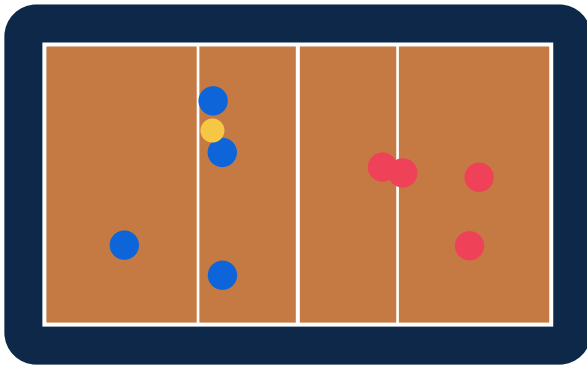
### Desarrollo

Organiza estaciones cortas con balón, desplazamientos y estímulos visuales. Prioriza muchas repeticiones, poca espera y una ejecución simple antes de aumentar velocidad.

## Pase alto en parejas

Toque de dedos · 8-10 min · Inicial

Mejorar posición corporal, contacto limpio y dirección del pase de dedos.



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

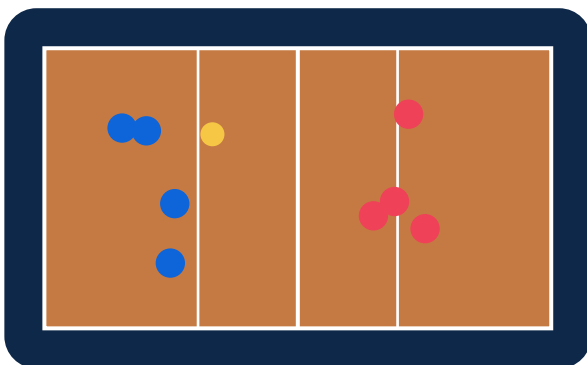
### Desarrollo

Trabaja desde posición estable hacia desplazamiento. El jugador llega debajo del balón, orienta hombros al objetivo y finaliza el contacto con extensión coordinada.

## Antebrazos sobre línea

Antebrazos · 8-10 min · Inicial

Consolidar plataforma, orientación y control del pase de antebrazos.



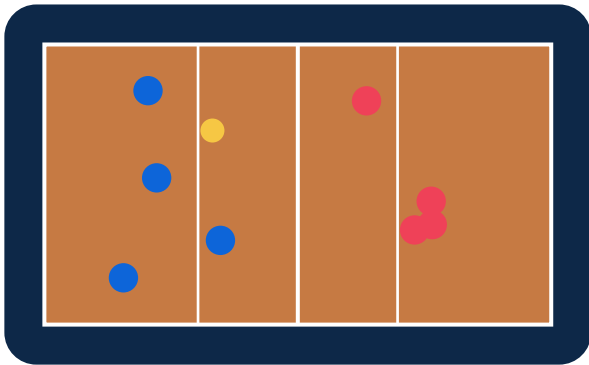
Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

### Desarrollo

Comienza con balón controlado y progresivamente aumenta distancia o movimiento. Exige plataforma firme, ángulo estable y ajuste con los pies antes del contacto.

## Saque a conos

Saque · 8-10 min · Inicial



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

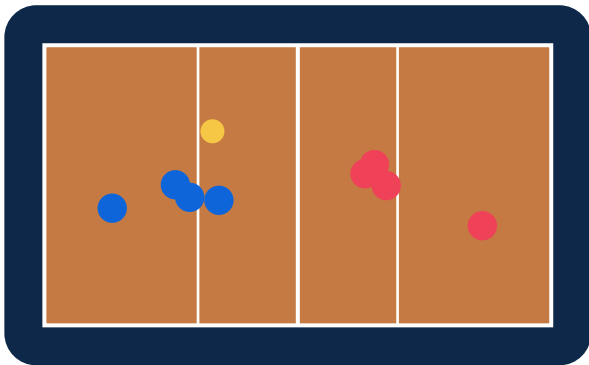
Mejorar consistencia, dirección y presión del servicio según la etapa.

### Desarrollo

Realiza series cortas por zonas. Alterna objetivo amplio y específico. El jugador mantiene rutina estable, contacto delante del cuerpo y termina apuntando al objetivo.

## Juego tres contactos asistido

Juego reducido · 8-10 min · Inicial



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

Aplicar los fundamentos en situaciones reales con alta participación.

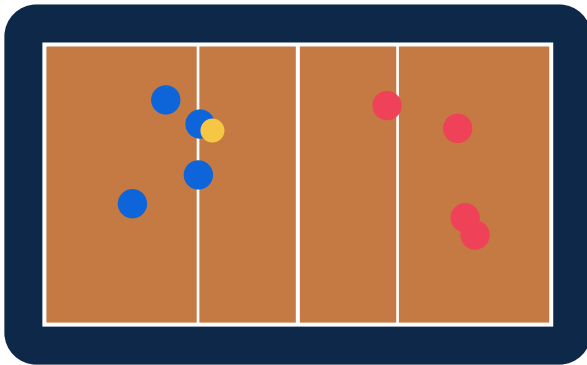
### Desarrollo

Usa 1v1, 2v2, 3v3 o 4v4 para aumentar contactos. Añade reglas que premien tres contactos, comunicación o envío a espacios libres.

## Rally cooperativo

Juego reducido · 8-10 min · Inicial

Aplicar los fundamentos en situaciones reales con alta participación.



### Desarrollo

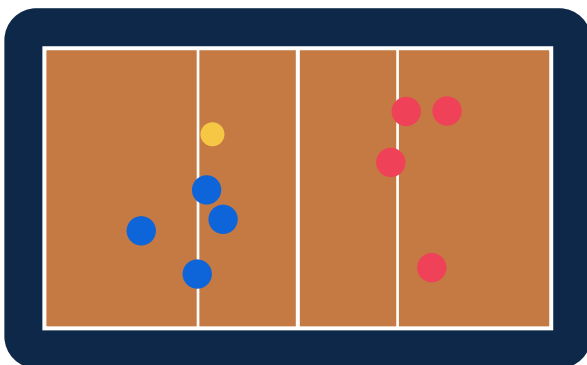
Usa 1v1, 2v2, 3v3 o 4v4 para aumentar contactos. Añade reglas que premien tres contactos, comunicación o envío a espacios libres.

Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

## Control de balón individual

Coordinación · 8-10 min · Inicial

Desarrollar coordinación óculo-manual, desplazamientos y control básico del balón.



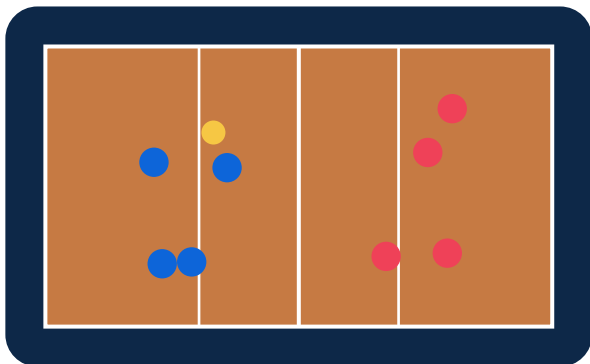
### Desarrollo

Organiza estaciones cortas con balón, desplazamientos y estímulos visuales. Prioriza muchas repeticiones, poca espera y una ejecución simple antes de aumentar velocidad.

Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

## Desplazo y recibo

Recepción · 8-10 min · Inicial



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

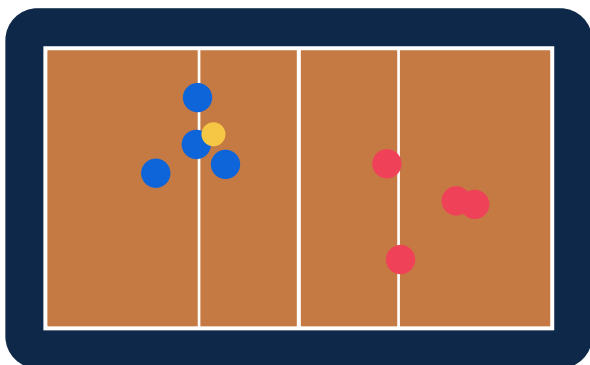
Mejorar lectura del saque, plataforma y precisión hacia la zona de colocación.

### Desarrollo

Inicia con saques controlados y progresivamente aumenta dificultad. El receptor comunica, se mueve antes del contacto y dirige la pelota hacia una zona de armado definida.

## Zona segura

Defensa · 8-10 min · Inicial



Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.

Mejorar lectura, postura, reacción y control del primer contacto defensivo.

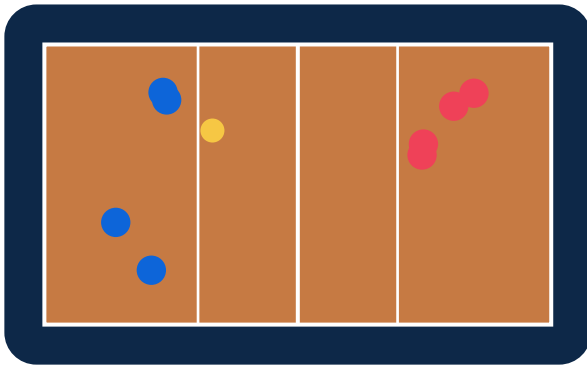
### Desarrollo

El entrenador o atacante envía balones a distintas zonas. El defensor parte en postura de lectura, ajusta con los pies y busca elevar la pelota hacia el centro de la cancha.

## Festival mini vóley SPORT360

Juego · 8-10 min · Inicial

Transferir los contenidos técnicos y tácticos a situaciones competitivas.



### Desarrollo

Juega sets cortos con una o dos consignas tácticas. Las correcciones del entrenador deben ser breves para mantener continuidad e intención competitiva.

Ficha individual disponible en la biblioteca online SPORT360.