



FEDERACIÓN DE VOLEIBOL DE LA COMUNIDAD VALENCIANA

C/ Profesor Beltrán Bágüena 4, 104
46009 Valencia
Tel. 963918760 Fax: 963924955
Email: fvbcvdv@fvbcv.com

C/ Córdoba, 8 - 1ºDcha
03005 Alicante
Tel.965227221 Fax: 965125754
Email: fvbcv@fvbcv.com

www.fvbcv.com

PLAN DE TECNIFICACIÓN DE LA FVBCV

INTRODUCCIÓN

Desde la Federación de Voleibol de la Comunidad Valenciana queremos presentar un proyecto ambicioso para la mejora de los jugadores/as de la Comunidad Valenciana. Este proyecto paralelo y complementario al trabajo que realizan en sus equipos tiene como finalidad mejorar la calidad técnica de los jugadores a nivel general y específica, y que revierta en el equipo, siempre con un carácter de apoyo y refuerzo a su equipo, y nunca como confrontación. Además, se fomentará la educación en valores a través del deporte, siendo una de las bases para la mejora deportiva y personal de los niños/as de la Comunidad Valenciana.

Este programa abarcará toda la temporada, desde noviembre a junio, con 9 entrenamientos, donde se incluirá desde la técnica básica a la técnica específica por funcionalidad, y además en periodos vacacionales podrá complementarse con campus específicos de voleibol.

Otro de los objetivos del programa es acercar modelos técnicos a todos los entrenadores/as que lo quieran y servir como una plataforma para el trabajo formativo de los mismos, dinamizando así a los técnicos.

Dentro del proyecto habrá dos tipos de programas al que deberán apuntarse los participantes, coincidiendo en la primera fase hasta diciembre:

1. Plan de Tecnificación (y la posibilidad de entrar a formar parte de las Selecciones Provinciales y Autonómicas).
2. Selecciones Provinciales y Autonómicas: en dichas categorías comenzarán con el trabajo de las selecciones provinciales, posteriormente en el Memorial José García Parres el 3 y 4 de enero, y, por último, en el CESA en las fechas que la RFEVB proponga.

De esta manera la intención es la de dar cabida y servicio a todas las entidades deportivas, de todo tipo, a todos los jugadores/as y técnicos/as en cualquiera de las vías de trabajo de este Plan de Tecnificación.

a) OBJETIVOS

- Desarrollar y mejorar técnicamente a los jugadores/as como complemento al trabajo realizado en sus clubes.
- Fomentar valores a través del deporte.
- Descubrir a talentos deportivos.



FEDERACIÓN DE VOLEIBOL DE LA COMUNIDAD VALENCIANA

C/ Profesor Beltrán Bágüena 4, 104
46009 Valencia
Tel. 963918760 Fax: 963924955
Email. fvbcv@fvbcv.com

C/ Córdoba, 8 - 1º Dcha
03005 Alicante
Tel. 965227221 Fax: 965125754
Email. fvbcv@fvbcv.com

www.fvbcv.com

- Desarrollar y dinamizar el crecimiento de los técnicos/as de los clubes de la Comunidad Valenciana.
- Seguimiento de los jugadores/as en la competición.
- Incorporación de esos jugadores/as a las Selecciones Provinciales, Autonómicas y Nacionales.
- Incorporación de esos entrenadores/as a las Selecciones Provinciales, Autonómicas y Nacionales.
- Dar a conocer el modelo técnico de desarrollo de los jugadores jóvenes propuesto por la FVBCV.
- Apoyo a todos los clubes de la Comunidad Valenciana en el desarrollo técnico y formativo de los jugadores/as y técnicos/as.
- Plataforma para el trabajo formativo de los entrenadores.

(Objetivos por fase expuestos en Anexo 1)

b) A QUIÉN VA DIRIGIDO

1. A todos los jugadores/as, distinguiendo grupos por género (masculino y femenino) y por edades, de cualquier club, centro escolar o participante de cualquier tipo de liga de voleibol que se realice en la Comunidad Valenciana.

Grupo A: Categoría Masculina

- A.1 Nacidos en el 2010 y 2009
- A.2 Nacidos en el 2008
- A.3 Nacidos en el 2007
- A.4 Nacidos en el 2006

Grupo B: Categoría Femenina

- B.1 Nacidos en el 2010 y 2009
- B.2 Nacidos en el 2008
- B.3 Nacidos en el 2007
- B.4 Nacidos en el 2006

2. A todos los técnicos/as de base de los clubes y centros educativos de la Comunidad Valenciana, de cualquier categoría.



FEDERACIÓN DE VOLEIBOL DE LA COMUNIDAD VALENCIANA

C/ Profesor Beltrán Bágüena 4, 104
46009 Valencia
Tel. 963918760 Fax: 963924955
Email. fvbcvfv@fvbcv.com

www.fvbcv.com

C/ Córdoba, 8 - 1º Dcha
03005 Alicante
Tel. 965227221 Fax: 965125754
Email. fvbcv@fvbcv.com

c) DESARROLLO

El desarrollo de la actividad será desde noviembre del 2021 hasta julio del 2022, con dos fases diferenciadas:

- Plan de Tecnificación (más posibilidad de entrar a formar parte de las selecciones provinciales y autonómicas).

1ª fase: de noviembre a diciembre de 2021

2ª fase: de enero a julio de 2022

La 1ª fase contará con entrenamientos en distintas sedes de la Comunidad Valenciana, distribuidos por edades, con objetivos técnicos básicos y sistemas de juego comunes.

De todos los participantes inscritos a la primera fase se propondrán unas selecciones por nivel (A.1, A.2, A.3, A.4, B.1, B.2, B.3 y B.4) y por provincias para participar en el Memorial José García Parres que se desarrollara el 3 y 4 de enero del 2022.

La 2ª fase dará comienzo en 2022. Mensualmente hasta mayo se realizarán concentraciones de todos los participantes suscritos al Plan de Tecnificación anual, encaminadas a conseguir los objetivos planteados en cada uno de los niveles:

A.1/A.2/B.1/B.2: Consolidación de la técnica general básica e introducción a la técnica específica.

A.3/A.4/B.3/B.4: Trabajo específico por posiciones y con una implementación de la técnica específica necesaria para el desarrollo de su juego.

d) CUÁNDO:

1ª FASE

| CONCENTRACIÓN | FECHA | CONCENTRACIÓN | FECHA |
|---------------|---|---------------|--|
| 1ª | 28 de noviembre 2021 entrenamiento de: - Plan de Tecnificación - Selecciones Provinciales | 4ª | Entrenamiento para las Selecciones Provinciales (Pendiente de confirmación 27 de Diciembre) |
| 2ª | 5 de diciembre 2021 entrenamiento de: - Plan de Tecnificación - Selecciones Provinciales | | |
| 3ª | 12 de diciembre 2021 entrenamiento de: - Plan de Tecnificación - Selecciones Provinciales | | |



FEDERACIÓN DE VOLEIBOL DE LA COMUNIDAD VALENCIANA

C/ Profesor Beltrán Bágüena 4, 104
46009 Valencia
Tel. 963918760 Fax: 963924955
Email. fvbcv@fvbcv.com

www.fvbcv.com

C/ Córdoba, 8 - 1º Dcha
03005 Alicante
Tel. 965227221 Fax: 965125754
Email. fvbcv@fvbcv.com

Memorial José García Parres

3/4 de enero 2022

2ª FASE

| CONCENTRACIÓN | FECHA | CONCENTRACIÓN | FECHA |
|-------------------|---|---------------|------------------|
| 5ª | 30 de enero 2022 | 7ª | 13 de marzo 2022 |
| 6ª | 13 de febrero 2022 | 8ª | 1 de mayo 2022 |
| Fase Final | 9ª y 10ª concentración: Junio y julio 2022 (por determinar) | | |

e) DÓNDE SE REALIZARÁN:

Se realizarán por volumen de inscripción y posibilidad de la instalación, con sedes en las provincias de Alicante, Valencia y Castellón.

Las sedes con muchas canchas favorecerán el encuentro de jugadores de distintos niveles con diversidad de entrenadores.

La sede puede ser fija o variable, llegando a un acuerdo o convenio con ayuntamientos, y la posibilidad de utilizar los centros de tecnificación.

f) QUIÉNES IMPARTIRÁN LAS SESIONES:

Las dirigirán un grupo de técnicos (un técnico principal y un conjunto de técnicos invitados por la FVBCV) de los equipos próximos a la localidad donde se realice la concentración. El número de técnicos dependerá del número de participantes, con una ratio aproximada de 1/12.

Antes de cada sesión, una vez formado el grupo de trabajo, se pondrá en común la sesión de entrenamiento para la consecución de los objetivos marcados.

Los entrenadores del Plan de Tecnificación de la FVBCV respetarán y apoyarán en todo momento el trabajo realizado por los clubes, apoyando su trabajo y facilitando sinergias positivas entre el Plan de Tecnificación y los clubes.

Para formar parte del grupo de entrenadores del Plan de Tecnificación, el interesado/a deberá rellenar el siguiente formulario de inscripción para presentar su candidatura:

<https://forms.gle/THWijBuBdZh6ij1Z6>

Los gastos de los entrenadores participantes, tanto de dietas como desplazamientos, serán compensados por la Federación de Voleibol de la Comunidad Valenciana.



FEDERACIÓN DE VOLEIBOL DE LA COMUNIDAD VALENCIANA

C/ Profesor Beltrán Bágüena 4, 104
46009 Valencia
Tel. 963918760 Fax: 963924955
Email. fvbcv@fvbcv.com

C/ Córdoba, 8 - 1ª Dcha
03005 Alicante
Tel. 965227221 Fax: 965125754
Email. fvbcv@fvbcv.com

www.fvbcv.com

g) PARTICIPANTES:

En la 1ª fase del Plan de Tecnificación, la cantidad de alumnos será de máximo 24 alumnos por grupo de trabajo (Pista). En la 2ª fase el grupo de trabajo será de 14 personas máximo, con grupos de trabajo por nivel variable en cada sesión o por funcionalidad de juego.

(Por cuestiones logísticas en algunos casos se podrá ser flexible con el número de alumnos, siempre manteniendo la ratio 1/12).

Los alumnos se dividirán por edad, por provincias, y dentro de las provincias por comarcas, por si en algún momento necesitamos ese criterio para la distribución de los jugadores en las sedes de los entrenamientos.

h) INSCRIPCIÓN DE LOS PARTICIPANTES:

La incorporación de los jugadores se realizará por inscripción desde la página web de la FVBCV.

Los requisitos para la participación de los jugadores/as son los siguientes:

1. Poseer la licencia en vigor de los XXXV Juegos Deportivos de la Comunidad Valenciana o en su caso un seguro deportivo.
2. Rellenar el formulario de inscripción publicado en la web de la FVBCV.

Inscripciones: Para el 1er trimestre y las Selecciones Provinciales:

Rellenar el siguiente formulario de inscripción antes del 22 de noviembre a las 10:00:

<https://forms.gle/Y1AAunXjys25A1hR7>

| PLAN AL QUE SE INSCRIBE UN DEPORTISTA | PRECIO |
|--|---|
| Plan de Tecnificación + S.S. Provinciales | 30€ / al trimestre (1er pago en Noviembre, 2º pago en Enero, 3er pago en Abril) |
| Supervisión Selecciones Provinciales y Autonómicas | 30€ |
| Plan de Tecnificación | - 30€ / al trimestre (1er pago en Noviembre, 2º pago en Enero, 3er pago en Abril) |
| Nº de cuenta de la FVBCV: BBVA ES72 0182 4596 7600 1250 0008 Concepto: Plan Tec + Nombre y Apellidos del deportista. Adjuntar el justificante de pago al formulario de inscripción. | |



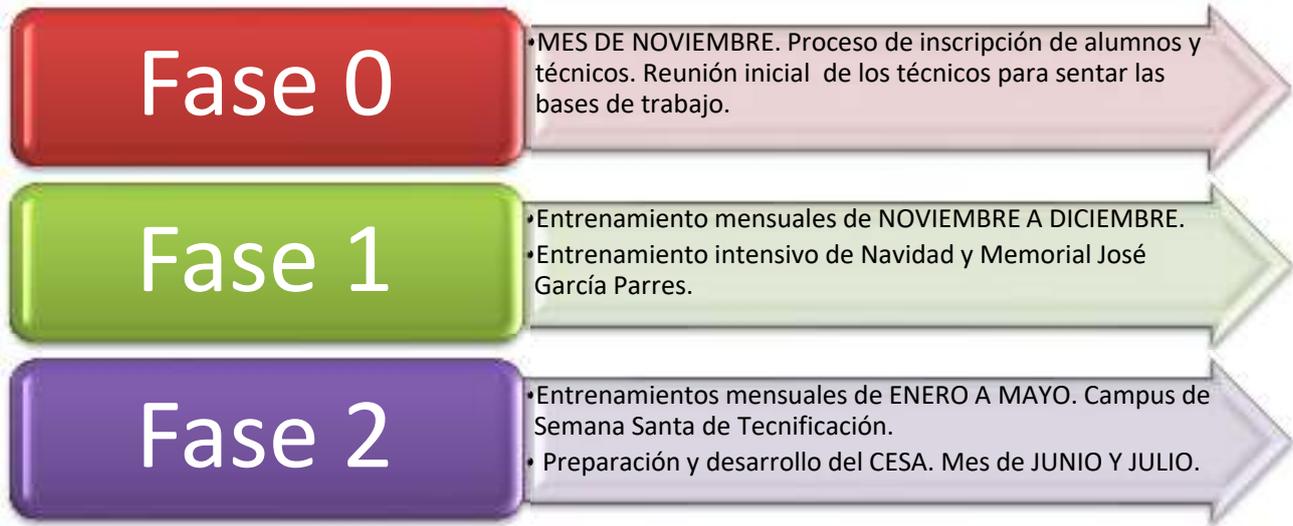
FEDERACIÓN DE VOLEIBOL DE LA COMUNIDAD VALENCIANA

C/ Profesor Beltrán Bágüena 4, 104
46009 Valencia
Tel. 963918760 Fax: 963924955
Email. fvbcv@fvbcv.com

www.fvbcv.com

C/ Córdoba, 8 - 1ª Dcha
03005 Alicante
Tel. 965227221 Fax: 965125754
Email. fvbcv@fvbcv.com

i) TEMPORALIZACIÓN:





FEDERACIÓN DE VOLEIBOL DE LA COMUNIDAD VALENCIANA

C/ Profesor Beltrán Bágüena 4, 104
46009 Valencia
Tel. 963918760 Fax: 963924955
Email. fvbcv@fvbcv.com

www.fvbcv.com

C/ Córdoba, 8 - 1º Dcha
03005 Alicante
Tel.965227221 Fax: 965125754
Email. fvbcv@fvbcv.com

Anexo1

OBJETIVOS DEPORTIVOS DE LA FASE 1

Estos objetivos van dirigidos a la mejora de la técnica básica de los jugadores de voleibol de la FVBCV.

Todas estas acciones básicas se desarrollarán en acciones de juego, potenciando la técnica individual como resolución de problemas de la táctica individual.

| GESTO | DEBE CONSEGUIR: |
|---------------------------|--|
| PASE DE ANTEBRAZOS | 1º Buena formación de la plataforma. 2º Buena orientación 3º Buen contacto |
| PASE DE DEDOS | 1º Buena orientación y plataforma 2º Buena ubicación 3º Buen contacto, con posición previa y finalización del gesto del pase |
| REMATE | 1º Buena aproximación de carrera 2º Buena batida que facilite la apertura de cadera hombro y salto vertical. 3º Buen contacto con el balón, a máxima altura y con correcta manualidad del balón. 4º Buena caída equilibrada |
| BLOQUEO | 1º Buenos desplazamientos, con pasos añadidos y cruzados 2º Buen impulso de salto con uso de todo el cuerpo para conseguir el máximo alcance 3º Buen sellado de la red y contacto con el balón. |
| SAQUE | 1º Buen lanzamiento de balón 2º Buena utilización de la fuerza cadera-hombro. 3º Buen contacto en la máxima altura delante del eje del brazo ejecutor |



FEDERACIÓN DE VOLEIBOL DE LA COMUNIDAD VALENCIANA

C/ Profesor Beltrán Bágüena 4, 104
46009 Valencia
Tel. 963918760 Fax: 963924955
Email. fvbcv@fvbcv.com

www.fvbcv.com

C/ Córdoba, 8 - 1º Dcha
03005 Alicante
Tel. 965227221 Fax: 965125754
Email. fvbcv@fvbcv.com

OBJETIVOS DEPORTIVOS DE LA FASE 2

| OBJETIVOS DE LAS FASES DE JUEGO | |
|---------------------------------------|--|
| FASE K1 | SER CAPAZ DE: |
| RECEPCIÓN | <ul style="list-style-type: none">• Mantener una posición previa: Recepción central y lateral, orientación, desplazamiento. Plataforma y finalización.• Controlar balones específicos, trabajo específico (balón corto, balón banda).• Relacionarse con el compañero (recepción por fuera del cuerpo en cruce, planos distintos de actuación para evitar choques)• Distribuir los espacios, interacción con el compañero, campos grandes y pequeños de recepción. |
| COLOCACIÓN | <ul style="list-style-type: none">• Tener control del pase de dedos.• Desplazarse y acabar orientado/a• Dominar las trayectorias.• Adecuar la velocidad y altura de salida del pase.• Coordinar con el atacante, altura y velocidad de golpeo. |
| ATAQUE DEL CENTRAL Y DE SEGUNDA LÍNEA | <ul style="list-style-type: none">• El/la central, ser efectivo/a con balón en 3 metros.• Ajustar su velocidad y altura a la colocadora.• Realizar distintos tipos de ataque y tiempo de ataque.• Estar proactivos en segunda línea ajustando la carrera al pase del colocador.• Crear pasillos "limpios" para la entrada de las jugadoras de segunda línea. |
| ATACANTES DE PUNTA | <ul style="list-style-type: none">• Atacar balones altos.• Atacar a la máxima altura de contacto y delante.• Dominar distintas trayectorias de golpeo.• Fintar• Realizar transiciones rápidas y atacar un balón rápido |

Los jugadores de las categorías A.1/A.2/B.1/B.2 mantendrán los objetivos de la fase 1, pero perfeccionándolos y mejorando su calidad de ejecución, trabajando distintas situaciones de juego donde tengan que aplicar dichas técnicas para resolver los problemas tácticos planteados.

Los jugadores de las categorías A.3/A.4/B.3/B.4 trabajaran con técnica específica de sus funciones en el desarrollo del juego.



FEDERACIÓN DE VOLEIBOL DE LA COMUNIDAD VALENCIANA

C/ Profesor Beltrán Bágüena 4, 104
46009 Valencia
Tel. 963918760 Fax: 963924955
Email. fvbvdv@fvbcv.com

www.fvbcv.com

C/ Córdoba, 8 - 1º Dcha
03005 Alicante
Tel. 965227221 Fax: 965125754
Email. fvbcv@fvbcv.com

| OBJETIVOS DE LAS FASES DE JUEGO | |
|---------------------------------|---|
| FASE K2 | SER CAPAZ DE: |
| SAQUE | <ul style="list-style-type: none">• Realizar un saque dirigido• Realizar un saque duro• Realizar un saque diagonal y línea desde la misma zona• Realizar un saque control |
| BLOQUEO | <ul style="list-style-type: none">• Controlar las posiciones básicas, proactivo a la gestión del balón desde el otro campo.• Realizar ayudas de bloqueo, buscar siempre la posibilidad de crear un bloqueo doble ante cualquier ataque del equipo contrario.• Controlar el bloqueo conjunto bien formado. |
| DEFENSA | <ul style="list-style-type: none">• Controlar las posiciones iniciales con respecto a nuestro bloqueo y colocador contrario.• Controlar las defensas de las diagonales sin meterse detrás del bloqueo.• Realizar un sistema de defensa en caja 6.• Realizar un sistema de defensa en caja 1.• Realizar un sistema de defensa en rombo.• Realizar un sistema de defensa 2-0-4.• Disponer sistema de contraataque después de la defensa |

Si hay jugadores de los grupos A.3/A.4/B.3/B.4, que necesiten la continuidad de un trabajo técnico básico, se dispondrá de grupos para ellos, manteniendo objetivos individuales que permitan el crecimiento y desarrollo de los jugadores.