



FEDERACIÓN DE VOLEIBOL DE LA COMUNIDAD VALENCIANA

C/ Profesor Beltrán Báguena 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

PLAN DE TECNIFICACIÓN DE LA FVBCV

1. INTRODUCCIÓN

Desde la Federación de Voleibol de la Comunidad Valenciana queremos presentar este programa ambicioso para la mejora de los jugadores y jugadoras 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 y niñas de la Comunidad Valenciana.

Este programa abarcará toda la temporada, desde octubre a junio, con 9 entrenamientos, repartidos en tres bloques de 3 entrenamientos cada trimestre. En ellos 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 que lo deseen, y servir como una plataforma para el trabajo formativo de los entrenadores, para dinamizar a todos los técnicos.

Dentro del proyecto hay un tipo de programa al que deberán apuntarse los participantes, en la primera fase hasta diciembre:

1. **Plan de Tecnificación Trimestral:** Permitirá el acceso a la formación durante la primera fase.
2. **Plan de Tecnificación Anual:** Permitirá el acceso a la formación durante las 3 fases.

*A su vez habrá un programa paralelo y diferenciado de Selecciones Provinciales con el que se buscará, mediante un proceso de selección, a los 14 mejores jugadores para pertenecer a la selección Autónoma de la Comunidad Valenciana.

*Toda la información sobre las SSPP y las SSAA se dará a conocer próximamente.

De esta manera la intención es la de dar cabida y servicio a todas las entidades deportivas, de todo tipo, a todos los jugadores y jugadoras, técnicos de las entidades, en cualquiera de las vías de trabajo de este plan de tecnificación. Pudiendo elegir y no solapar entre: selecciones provinciales y/o plan de tecnificación.

2. OBJETIVOS

- Desarrollar y mejorar técnicamente a los jugadores 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

www.fvbcv.com

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

- Desarrollar y dinamizar el crecimiento de los técnicos de los clubes de la Comunidad Valenciana.
- Seguimiento de los jugadores en la competición.
- Incorporación de esos jugadores a las selecciones provinciales, autonómicas y nacionales.
- Incorporación de esos entrenadores 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 y técnicos.
- Plataforma para el trabajo formativo de los entrenadores.

(Objetivos por fase expuestos en Anexo 1)

3. A QUIÉN VA DIRIGIDO

- A todos los jugadores, 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.

Categoría Masculina	Categoría Femenina
Nacidos en 2010 y 2011	Nacidos en 2010 y 2011
Nacidos en 2009	Nacidos en 2009
Nacidos en 2008	Nacidos en 2008
Nacidos en 2007	Nacidos en 2007

- A todos los técnicos de base de los clubes y centros educativos de la Comunidad Valenciana, sea de cualquier categoría.
- A todos los árbitros con titulación homologada de la Comunidad Valenciana.
- A todos los educadores deportivos con titulación que quieran conocer más sobre el voleibol.

4. DESARROLLO

El desarrollo de la actividad será desde octubre de 2022 a junio de 2023, con tres fases diferenciadas:

Plan de Tecnificación

1ª fase: de Octubre a Diciembre de 2022: El objetivo principal será establecer patrones básicos y comunes referentes a la técnica básica.



FEDERACIÓN DE VOLEIBOL DE LA COMUNIDAD VALENCIANA

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

www.fvbcv.com

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

Esta fase contará con entrenamientos en distintas sedes de la comunidad valenciana, durante el último trimestre del año 2022, distribuidos por proximidad, con objetivos técnicos básicos y sistemas de juego comunes.

De todos los participantes inscritos a la primera fase se propondrán unas selecciones por nivel, por edad y por sexo, para que los entrenamientos tengan un mayor efecto formativo en los deportistas.

2ª fase: de Enero a Marzo de 2023: El objetivo será desarrollar las capacidades del deportista, con un trabajo más específico en su posición/posiciones habituales de juego.

Dicha fase dará comienzo en 2023, en el periodo de enero a marzo, en el cual se realizarán concentraciones de todos los participantes suscritos al plan de tecnificación anual o inscritos en el segundo trimestre (siendo nuevos en el programa o por haber quedado fuera del proceso de selección de SSPP), encaminados a conseguir los objetivos planteados en cada uno de los niveles:

- **Jugadores en iniciación o inexpertos:** Consolidación de la técnica general básica e introducción a la técnica específica.
- **Jugadores veteranos o expertos:** Trabajo específico por posiciones y con una implementación de la técnica específica necesaria para el desarrollo de su juego.

3ª fase: de Abril a Junio de 2023: El objetivo será consolidar al deportista en su posición/posiciones dentro de la situación de juego real.

Esta fase se realizará en el periodo de final de temporada de abril a junio, dando cabida a los inscritos en la modalidad anual o a las nuevas inscripciones de este periodo de tiempo. Donde se continuará con una progresión metodológica de las fases anteriores.

- **Jugadores en iniciación o inexpertos:** Consolidación de la táctica general básica y continuación a la técnica específica.
- **Jugadores veteranos o expertos:** Trabajo específico por posiciones y con una implementación de la táctica específica necesaria para el desarrollo de su juego.

5. CUANDO:

	CONCENTRACIÓN	FECHA	SEDE Y HORARIO
1ª FASE	1ª	23 de octubre de 2022	Horario de tarde en sede por determinar
	2ª	20 de noviembre de 2022	Horario de tarde en sede por determinar
	3ª	11 de diciembre de 2022	Horario de tarde en sede por determinar

	CONCENTRACIÓN	FECHA	SEDE
2ª FASE	4ª	22 de Enero de 2023	Horario de tarde en sede por determinar
	5ª	26 de Febrero de 2023	Horario de tarde en sede por determinar
	6ª	26 de Marzo de 2023	Horario de tarde en sede por determinar

	CONCENTRACIÓN	FECHA	SEDE
3ª FASE	7ª	Abril de 2023	Horario de tarde en sede por determinar
	8ª	Mayo de 2023	Horario de tarde en sede por determinar
	9ª / Fases Final	Mayo de 2023	Horario de tarde en sede por determinar

6. DÓNDE Y CUANDO SE REALIZARÁN:

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

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

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

Los horarios de cada sesión de programaran para domingos por la tarde.

7. QUIÉN DESARROLLARÁ LAS SESIONES:

Un grupo de técnicos (un técnico principal y un conjunto de técnicos invitados por la federación) 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 de la FVBCV 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:



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

<https://forms.gle/QeYjXzLxJSxtNWnv7>

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

Los criterios de selección serán los siguientes:

- Nivel de titulación
- Nivel de estudios
- Experiencia como entrenador/a
- Experiencia en la docencia

8. PARTICIPANTES:

Durante todo el proyecto del Plan de Tecnificación, la cantidad de alumnos será de máximo 24 alumnos por grupo de trabajo (Pista)- 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.

9. INSCRIPCIÓN DE LOS PARTICIPANTES:

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

En el siguiente enlace:

<https://forms.gle/dvfYM1NDLzBDq8GR7>

Los requisitos para la participación de los jugadores/as en dichas programa de tecnificación son los siguientes:

1. Poseer la licencia en vigor de los XLI Juegos Deportivos de la Comunidad Valenciana o en su caso un seguro deportivo.
2. Rellenar el formulario de inscripción publicado en la página Web de la federación de la comunidad Valenciana.

PLAN AL QUE SE INSCRIBE UN DEPORTISTA	PRECIO
Plan de Tecnificación Trimestral	30€ / al trimestre
Plan de Tecnificación 1º Trimestres (octubre - diciembre)	Pago en octubre
Plan de Tecnificación 2º Trimestres (enero - marzo)	Pago en enero
Plan de Tecnificación 3º Trimestres (abril – junio)	Pago en abril
Plan de Tecnificación Anual (octubre - junio)	80€ Total
N.º de cuenta de la FVBCV: BBVA ES72 0182 4596 7600 1250 0008	

Concepto: *PlanTec+ Nombre y Apellidos del deportista*

- Adjuntar el justificante de pago al formulario de inscripción.

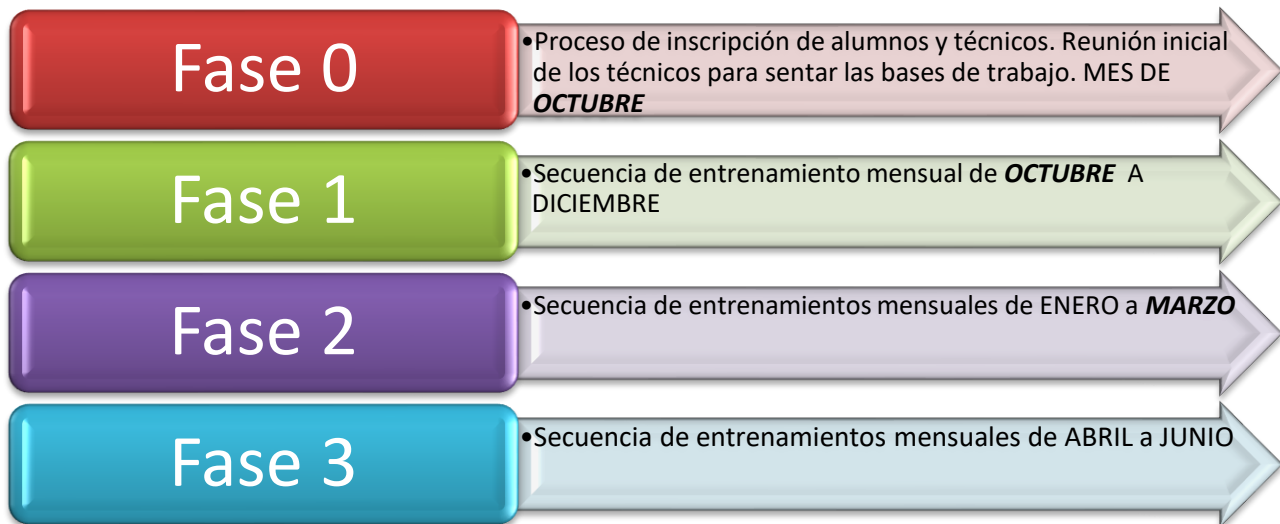
Fecha tope de inscripción para el 1er entrenamiento: 12 de octubre de 2022.

Para cualquier duda escribir:

plandetecnificacion@fvbcv.com

O llamar al: 667.226.204

10. TEMPORALIZACIÓN:





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. fvbcvfv@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 más inexpertos podrán mantener 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 más expertos trabajaran con técnica específica de sus funciones en el desarrollo del juego.

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 con mayor edad a su nivel o viceversa, los 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.

OBJETIVOS DEPORTIVOS DE LA FASE 3

OBJETIVOS DE LAS FASES DE JUEGO	
FASE K1 / FASE K2	SER CAPAZ DE:
Continuidad de Objetivos de la Fase de la Fase 2 en todos los Fundamentos y Complejos de juego, pero siendo aplicado con más situaciones de juego o juego real.	

En Alicante a 3 de octubre de 2022