



TALLERES DE EXTENSIÓN – TAEX VÓLEIBOL

Niveles a los que se ofrece: 7° a 4° medio

Descripción de la actividad: El taller de Vóleibol del Colegio Suizo de Santiago, dirigida a estudiantes de 7° básico a IV Medio, busca desarrollar técnica, táctica y preparación física con un enfoque formativo y competitivo. El taller perfecciona sistemas de juego y habilidades individuales, promoviendo disciplina, compromiso y trabajo en equipo para representar al colegio en distintas competencias.

Objetivos:

- Perfeccionar las habilidades técnicas, tácticas y físicas de los estudiantes.
- Desarrollar un juego colectivo organizado
- Fomentar disciplina, compromiso, liderazgo y trabajo en equipo

Metodología: Se basará en una enseñanza progresiva que combina trabajo técnico, táctico y físico mediante ejercicios guiados y situaciones reales de juego. Se utilizará un enfoque mixto entre metodología analítica (por fundamentos) y global (juego reducido y 6x6). Además, se incorporarán retroalimentaciones constantes, trabajo por posiciones y entrenamiento orientado a competencias.

Requisitos para realizar el taller:

- Zapatillas deportivas
- Rodilleras
- Ropa deportiva
- Pelo tomado en el caso los deportistas con pelo largo.

Implementos o Materiales Extra:

- Botella de agua
- Considerar polera de juego y de entrenamiento
- Posible pago de inscripciones en caso de haber torneo de invitación.