



Institución Educativa Abraham Reyes

Guías de Trabajo

II Periodo Académico Año 2021

TEMA EL VOLEIBOL

- Promover el aprendizaje del voleibol a través de juegos pre-deportivos.
- Realizar actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos para la práctica del voleibol.
- Motivar el conocimiento y aprendizaje del voleibol para el buen uso del tiempo libre.

Indicador: Reconoce el voleibol como un juego que ayuda al desarrollo motriz.

Objetivo general: reconocer el voleibol como deporte fundamental para el mejoramiento de las capacidades físicas

Objetivos específicos: · Identificar referentes legales en la práctica de la actividad física, el voleibol y utilización del tiempo libre

Derecho Básico de Aprendizaje: Identifico mis fortalezas y debilidades en la actividad física, para lograr mis metas y conservar la salud

Docente: Edwin Antonio Escobar EMAIL: edwinescobar080@gmail.com. si no lo envías a este correo se dará por descontado que no lo enviaste , cel. 3202694698. Grado: **NOVENO** área: **educación física**

La fecha de entrega se dará a conocer en las diferentes asesorías

Si se tiene alguna inquietud sobre el trabajo se debe reportar vía WhatsApp, desde el cual se aclararán dudas en el horario de 7 am a 4 pm, de lunes a viernes

VOLEIBOL

El voleibol, balonvolea o simplemente vóley, es un deporte donde dos equipos se enfrentan sobre un terreno de juego separados por una red central, tratando de pasar el balón por encima de la red hacia el suelo del campo contrario. El balón puede ser tocado o impulsado con golpes limpios, pero no puede ser parado, sujetado, retenido o acompañado. Cada equipo dispone de un número limitado de toques para devolver el balón hacia el campo contrario. Habitualmente el balón se golpea con manos y brazos, pero puede ser golpeado con cualquier otra parte del cuerpo.

Una de las características más peculiares del voleibol es que los jugadores tienen que ir rotando sus posiciones a medida que van consiguiendo puntos, pasando todos ellos por las posiciones tanto ofensivas como defensivas.

Existen diversas modalidades: con el nombre de voleibol se identifica la modalidad que se juega en pista de interior, pero también es muy popular el vóley playa que se juega sobre arena. El voleibol sentado es otra variante con una creciente popularidad entre los deportes para discapacitados.

El voleibol es uno de los deportes donde mayor es la paridad entre las competiciones femeninas y masculinas, tanto por el nivel de la competencia como por la popularidad, presencia en los medios y público que sigue a los equipos.

Historia

El voleibol (inicialmente bajo el nombre de Mintonette) nació el 9 de febrero de 1895 en Estados Unidos, en Holyoke, Massachusetts. Su inventor fue William G. Morgan, un director de educación física de la YMCA. Aunque próximo en su alumbramiento al baloncesto por tiempo y espacio, se distancia claramente de éste en la rudeza, al no existir contacto entre los jugadores.

El primer balón fue diseñado especialmente a petición de Morgan por la firma A.G. Spalding & Bros, de Chicopee, Massachusetts. En 1912 se revisaron las reglas iniciales en lo que refiere a las dimensiones de la cancha y del balón, se limita a seis el número de jugadores por equipo, y se incorpora la rotación en el saque. En 1922 se regula el número de toques, se limita el ataque de los zagueros y se establecen los dos puntos de ventaja para la consecución del set.

La Federación Internacional de Voleibol (FIVB) se fundó en 1947 y los primeros campeonatos mundiales tuvieron lugar en 1949 (masculino) y 1952 (femenino). Desde 1964 ha sido deporte olímpico. El vóley playa se incorpora a la FIVB en 1986 y a los Juegos Olímpicos de verano desde 1996.

Recientemente se han introducido cambios sustanciales en el voleibol buscando un juego más vistoso. En 1998 se introduce la figura del jugador libero.

Para ampliar el conocimiento sobre el voleibol te planteo algunas actividades, las cuales puedes resolver con ayuda del internet.

1. Cuáles son los aspectos generales que se deben tener en cuenta para la posición y desplazamientos de los jugadores.

2. Describa cada una de las posiciones adecuadas para la ejecución de la técnica en el voleibol. Represente cada una mediante un dibujo.

POSICIÓN	DESCRIPCIÓN	DIBUJO
ALTA		
MEDIA		
BAJA		

3. haz una breve descripción de los tipos de saque:

TIPO DE SAQUE	DESCRIPCIÓN RESUMIDA DEL SAQUE
Por debajo, de frente	
Por debajo lateral	
Por arriba, de frente	
Por arriba, de frente, en suspensión	

4. Haga una descripción del toque de antebrazos.

5. Que función cumple el pase (toque de dedos) en el juego.

6. En la ejecución del remate se presentan cuatro fases. ¿Cuáles son y en qué consisten?

1.

2.

3.

4.

7. por qué el bloqueo es el elemento más eficaz de la defensa.

8. Donde y como se debe ubicar un jugador para hacer el bloqueo.

9. Cuáles son las tres formas de anotar un punto en el juego de voleibol

10. Como se gana un set en voleibol

11. Que posiciones ocupan los jugadores delanteros o también llamados atacantes

12. Cuando se comete la falta de posición

13. Un jugador no debe tocar 2 veces en forma consecutiva el balón excepto cuando:

14. En que situaciones se considera que el balón está "fuera

15. Dibuja una cancha de voleibol y sus dimensiones.

16. Cuáles son las cuatro faltas que se pueden presentar en los toques de balón.

Descríbalas

17. Para enviar el balón al campo contrario debe pasar por encima de la red dentro del

espacio de paso. Describa los límites del espacio de paso y represéntelo con un dibujo

18. Cuando un bloqueador puede tocar el balón más allá de la red

19. Cuando un jugador penetra al campo contrario por debajo de la red:

Está permitido: _____

Está prohibido _____

20. dibuje las siguientes señales del arbitro

TIEMPO DE DESCANSO	SUSTITUCIÓN	BALÓN RETENIDO	FALTA DE POSICIÓN O ROTACIÓN
BALÓN DENTRO	BALÓN FUERA	DOBLE GOLPE	BALÓN TOCADO

21. Con las siguientes nociones elabora un texto que tenga coherencia y cohesión:

Golpe, contacto, balón, unión, recepción, antebrazo, juego, técnica, posición, flexión, desplazamiento, principio, elemento, codos, manos, tronco, piernas, objetivo, finalización, obtención, juego, contacto.

22. Resuelve la siguiente sopa de letras

D	N	M	P	V	O	L	E	I	B	O	L	E	BALON
Q	S	S	X	B	A	L	O	N	B	U	F	U	BLOQUEO
X	L	H	D	C	K	M	S	F	K	X	V	L	CANCHA
L	R	R	E	M	A	T	E	R	Z	P	T	S	COLOCACION
R	J	V	N	H	R	O	T	A	C	I	O	N	INFRACCIONES
E	U	C	O	L	O	C	A	C	I	O	N	Q	JUGADORES
C	G	L	B	S	S	X	D	C	F	M	A	D	LEVANTADA
E	A	U	L	A	P	I	K	I	L	X	D	C	RECEPCION
P	D	B	O	J	S	W	A	O	N	O	H	A	RED
C	O	R	Q	K	A	Q	E	N	R	L	E	N	REMATE
I	R	E	U	K	Q	W	N	E	D	H	E	C	ROTACION
O	E	D	E	T	U	N	K	S	S	Ñ	F	H	SAQUE
N	S	E	O	L	E	V	A	N	T	A	D	A	VOLEIBOL

