



## INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA SIERRA

Creada por Resolución N°012065 del 05 de octubre de 2015 y 014399 del 20 de noviembre de 2015.

DANE: 105001026581 NIT:900935808-1

[ie.lasierracolegiomaestro@gmail.com](mailto:ie.lasierracolegiomaestro@gmail.com)

### Formando personas, creciendo en valores

#### GUIA MES **JUNIO**

<b>Área: EDUCACIÓN FÍSICA</b>	
<b>Tema: FUNDAMENTOS BÁSICOS DE LOS DEPORTES DE CONJUNTO</b>	
<b>Nombre del docente: EDGAR DE JESUS URIBE GIL</b>	<b>Correo electrónico y teléfono: edgarurgil@gmail.com 3043867547</b>
<b>Grado</b>	SEPTIMO
<b>Periodo</b>	II
<b>Nombre estudiante</b>	
<b>Objetivo general</b>	Identificar los conceptos básicos del Voleibol y del Balonmano
<b>Objetivo específico</b>	Reconocer los aspectos históricos, técnicos y tácticos del voleibol.

Semana # \_\_\_\_\_ del \_\_\_\_\_ al \_\_\_\_\_

#### DESARROLLO DE LA CLASE

#### ACTIVIDADES

#### **TALLER # 5**

**ASPECTOS TÉCNICOS DEL JUEGO:** Podemos decir que las acciones técnicas del Voleibol son los golpes reconocidos y que se repiten para cumplir un objetivo determinado dentro del juego. Son la base del deporte y en las que se apoya la estrategia de cualquier partido. Los golpes básicos del Voleibol son los siguientes:

- ❖ **EL SAQUE, UN GOLPE FUNDAMENTAL DEL VOLEIBOL:** Es la primera jugada de cualquier punto y consiste en poner el balón en juego. Su principal objetivo es el de anotar o complicar la siguiente acción del equipo contrario para evitar que sea quien sume. Elegir la zona de saque puede ser determinante, ya que el jugador que recibe queda limitado para participar en el ataque. En esta jugada sólo se puede golpear la pelota con la mano o cualquier parte del brazo.
- ❖ **ATAQUE O REMATE:** Se considera ataque a cualquier golpe dirigido al campo contrario a excepción del saque y el bloqueo. Lo ejecutan los delanteros, generalmente sobre un balón con buena altura que permite ser golpeado con mucha fuerza durante un salto. Aunque también se puede optar por fingir un remate, pero golpear la pelota suavemente sorprendiendo así, al contrario.
- ❖ **BLOQUEO:** Se trata de una acción cercana a la red que busca evitar que el balón procedente del campo contrario entre en el propio. Eso sí, nunca se puede bloquear un saque.
- ❖ Este tipo de jugada sólo la ejecutan los delanteros, saltando con los brazos extendidos hacia arriba buscando que el balón rebote en ellos y vuelva al campo contrario. El objetivo es evitar el punto rival al mismo tiempo que se busca marcar o dificultar el siguiente ataque.
- ❖ **LA RECEPCIÓN:** consiste en interceptar el balón que llega desde el campo contrario para luego continuar la jugada. La más habitual es la recepción baja, que se realiza con los antebrazos unidos y situados frente al cuerpo, a la altura de la cintura. Se usa para balones bajos. También existe la recepción para balones altos, que se ejecuta con los dedos y por encima de la cabeza.
- ❖ **EL PASE:** como su nombre lo indica, consiste en “pasar” la pelota a otro integrante del equipo y dirigirla hacia él en las mejores condiciones posibles para que pueda continuar la jugada. Los pases más precisos son los que se hacen con los dedos, por encima de la cabeza. Estos proporcionan altura al balón lo que permite que el atacante lo pueda golpear con fuerza. Son los que suelen utilizarse durante la colocación, un pase muy preciso que busca precisamente facilitar un ataque contundente.



## INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA SIERRA

Creada por Resolución N°012065 del 05 de octubre de 2015 y 014399 del 20 de noviembre de 2015.

DANE: 105001026581 NIT:900935808-1

[ie.lasierracolegiomaestro@gmail.com](mailto:ie.lasierracolegiomaestro@gmail.com)

### Formando personas, creciendo en valores



1



2



3



4

5

1. Consulta: ¿Cuántos tipos de saques se utilizan en el voleibol?

2. Define y explica mínimo tres (3) tipos de saques.

3. De acuerdo a las definiciones y a las figuras, relacionar cada figura con la definición correcta,

- El saque va con la figura \_\_\_\_
- El ataque o remate va con la figura \_\_\_\_
- El bloqueo va con la figura \_\_\_\_
- La recepción va con la figura \_\_\_\_
- El pase va con la figura \_\_\_\_



utilizan en el saques. debes de así:

### SOPA DE LETRAS

N	R	I	N	L	G	E	S	A	L	M	U	N	D	I	A	L	R	T
E	A	P	U	I	D	A	U	S	L	I	D	O	P	Q	E	D	T	A
N	A	U	V	C	Y	E	O	N	S	R	E	C	M	U	U	M	S	U
Y	G	E	T	A	A	P	U	O	A	P	P	E	O	B	A	G	A	R
E	B	A	L	C	I	M	A	J	I	R	O	D	L	A	L	B	F	R
E	Y	P	P	U	N	E	P	O	U	Q	R	S	N	L	U	R	U	E
T	P	L	Q	E	E	D	S	E	O	T	T	M	C	O	T	P	T	O
O	N	E	P	S	L	C	G	T	O	C	E	E	A	N	D	M	V	U
P	A	A	H	O	E	O	L	A	U	N	C	A	R	D	N	N	O	G
A	U	C	U	L	P	E	T	Y	M	D	A	G	E	S	C	I	L	A
P	Y	N	E	A	L	U	E	A	L	O	I	T	E	T	E	O	E	C
S	L	E	T	S	O	L	L	T	Q	M	E	A	O	E	J	S	Y	P
A	A	Z	S	O	O	L	S	A	A	T	D	I	N	S	O	T	S	N
E	D	M	E	V	S	A	P	Q	R	T	L	A	E	T	V	S	E	T
A	O	E	A	S	N	A	S	E	T	A	G	M	I	T	E	N	A	A
L	O	R	X	L	P	T	U	S	I	C	P	E	U	G	N	S	D	O
D	Y	O	E	G	L	Q	E	R	E	G	L	A	S	I	E	U	N	C
C	A	N	C	H	A	A	P	R	P	A	T	A	P	E	S	E	A	L
T	U	O	E	S	S	U	O	E	E	S	S	R	N	E	A	A	A	X

### PALABRAS A ENCONTRAR

PLAYA  
VOLEIBOL  
FUTVOLEY  
JOVENES  
BALON  
MALLA  
DEPORTE  
CANCHA  
EQUIPOS  
SAQUE  
REGLAS  
PELOTA  
POPULAR  
ESTUDAINTES  
SET  
PUNTOS  
MUNDIAL  
CAMPEONATOS

### TALLER # 6

Lectura: **HISTORIA DEL BALONMANO**



## INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA SIERRA

Creada por Resolución N°012065 del 05 de octubre de 2015 y 014399 del 20 de noviembre de 2015.

DANE: 105001026581 NIT:900935808-1

[ie.lasierracolegiomaestro@gmail.com](mailto:ie.lasierracolegiomaestro@gmail.com)

### Formando personas, creciendo en valores

En la antigua Grecia existió el juego de urania. En Roma harpastum, una modalidad que se realizaba con una pelota y con las manos.

En 1915, el alemán Max Meiser fija las normas del "Tüball"; es decir, el balón-puerta, que es considerado como el verdadero antecedente del balonmano. En 1918 los germanos Karl Schelenz y Karl Dieser perfeccionaron el tüball, elaborando un reglamento y creando el "Handball" o Balonmano. Este balonmano primitivo, se desarrollaba con once jugadores por equipos en un campo de fútbol. Pero el balonmano a siete, que se practica hoy en numerosos países, tiene su origen en Escandinavia, bajo la dirección del doctor H. Nielsen.



El balonmano fue olímpico por primera vez en 1936 en Berlín, aunque no volvió a aparecer en las olimpiadas hasta la olimpiada de Munich en 1972. España ha sido campeona del mundo en 2005 y 2013.

Después de realizar la lectura, responde las siguientes preguntas:

1. ¿En qué año se fijan las normas del "Tüball"?
2. ¿Quiénes perfeccionaron el "Tüball" y en qué año?
3. ¿Cómo se le conocía al Balonmano en el año 1915?
4. ¿Cómo se crea el Balonmano?
5. ¿Inicialmente el Balonmano se creó para que participaran cuantos jugadores?
6. ¿El Balonmano que se practica en la actualidad donde tuvo su origen?
7. ¿Cuántos jugadores participan en un juego de Balonmano por equipo?
8. ¿En qué año y en donde fue por primera vez deporte olímpico el balonmano?

### PARALELO DE EMPAREJAMIENTO

1. ¿En qué año se fijan las normas del "Tüball"?	- "Tüball"; es decir, balón-puerta
2. ¿Quiénes perfeccionaron el "Tüball" y en qué año?	- 1936 en Berlín
3. ¿Cómo se le conocía al Balonmano en el año 1915?	- Once jugadores
4. ¿Cómo se crea el Balonmano?	- En Escandinavia
5. ¿Inicialmente el Balonmano se creó para que participaran cuantos jugadores?	- En 1918 los germanos Karl Schelenz y Karl Dieser
6. ¿El Balonmano que se practica en la actualidad donde tuvo su origen?	- Siete jugadores
7. ¿Cuántos jugadores participan en un juego de Balonmano por equipo?	- En 1915
8. ¿En qué año y en donde fue por primera vez deporte olímpico el balonmano?	- En 1918 los germanos Karl Schelenz y Karl Dieser perfeccionaron el Tüball, elaborando un reglamento y creando el "Handball" o Balonmano.



## INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA SIERRA

Creada por Resolución N°012065 del 05 de octubre de 2015 y 014399 del 20 de noviembre de 2015.

DANE: 105001026581 NIT:900935808-1

[ie.lasierracolegiomaestro@gmail.com](mailto:ie.lasierracolegiomaestro@gmail.com)

### Formando personas, creciendo en valores

**TERRENO DE JUEGO:** Es rectangular de \_\_\_ m de largo y \_\_\_ m de ancho. Tiene una línea central que divide el campo en dos partes iguales. Hay una línea continúa situada a 6 m de la portería llamada área.

Posee otra línea discontinua a 9 m de la portería llamada área del golpe franco. También hay una pequeña línea situada a 7 m de la portería (línea de penalti). A 4 m de la portería tenemos una pequeña línea que es el límite de salida del portero en los lanzamientos de penalti.

1. Debes dibujar una cancha de Balonmano y en ella señalar lo siguiente:
  - a) Medidas de la cancha (ancho y largo).
  - b) Ubicar la zona prohibida.
  - c) Ubicar la zona parcialmente prohibida
  - d) Ubicar la zona permitida
2. Dibuja una portería de Balonmano, señala sus medidas y sus características.

**NOTA:** La cancha la deben dibujar en una hoja grande, con regla, y que las medidas y las zonas se vean con claridad. La portería también debe ser dibujada en una hoja grande.

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Criterios de evaluación/ valoración	No evaluado	Bajo (1 – 2.9)	Básico (3.0 – 3.9)	Alto (4 .0 - 4.5)	Superior (4.6 – 5)
Envía el taller	No envía las actividades y no hay comunicación con el acudiente y con el estudiante	No Envía actividades, pero da razón, la cual debe estar justificada con la falta de acceso a los medios para enviar el mismo. En caso de evidenciar copia o fraude el trabajo será valorado e nivel bajo.	Envía las actividades, pero de forma incompleta, con respuestas incorrectas o no es legible la evidencia.	Envía las actividades completas con un nivel alto en su desarrollo del taller.	Envía las actividades completas, con un nivel de desarrollo superior en la resolución del taller.