



INSTITUCIÓN EDUCATIVA “EL RECUERDO”
Resolución de Aprobación de Carácter Oficial No. 0143 de 2017 en los
niveles de Preescolar, Básica y Media Académica
DANE. 123001800064 NIT. 901048820-9

GUIA # 4

Guía de trabajo del área : EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES		Grado: 11°
Nombre del docente: LUDO NEL LÓPEZ LÓPEZ email: llopezieelrecuerdo@gmail.com Celular 3137954006		
TEMAS Y/O SABER	DBA (APRENDIZAJES)	
GENERALIDADES REGLAMENTO	Conocer las generalidades del juego, su historia y su dinámica.	

EXPLICACION:

ASESORIA:

si tiene alguna duda o no entiende algo sobre esta guía, comuníquese con el número que aparece en la parte de arriba”.

Anexar un link del video o videos que explique el tema.

1. Exploración de Saberes Previos:

¿has pensado el voleibol como una alternativa para practicar?

¿Qué reglas del juego crees que son más importantes saber?

2. Explicación y presentación del Tema y/o Saber

VOLEIBOL

El voleibol en su versión más moderna de nombre original mintonette (igual a de su predecesor italiano) fue inventado en 1895 por Wilian G. Morgan en Holyoke, Massachussets Estados Unidos). El objetivo de este director de preparación física de la Young Men’s Christian Association (YMCA), era de crear un juego de salón similar al baloncesto, que fuera del agrado de quienes por considerarlo agresivo debido a los contactos que presenta, no lo practicaban, que eliminara el contacto físico de este deporte y que además proporcionara la suficiente actividad física como para atraer a numerosos participantes.

Morgan apoyado en la idea que el tenis de campo podría jugarse en el interior de un gimnasio, pero permitiendo un mayor número de participantes, suspendió la red reglamentaria de tenis a una altura aproximada de dos metros, para que fuera boleada sobre ella una cámara de caucho que tomó de un balón de baloncesto. Pasado el tiempo, un profesor de Springfield College llamado Alfred T. Halstead, aconsejó a Morgan cambiar el nombre inicial por el de voleibol, ya que el primero no definía claramente la estructura de este naciente deporte.

El Voleibol es un deporte jugado por dos equipos en un campo de juego dividido por una red. El objetivo del juego es enviar el balón por encima de la red con el fin de hacerlo tocar el piso del campo adversario, y evitar que el adversario haga lo mismo en el campo propio.

ÁREA DE JUEGO

El área de juego es un rectángulo de 18 X 9 m rodeado de un espacio libre de obstáculos. El techo debe estar a un mínimo de 7 metros de altura. La superficie de juego debe ser plana, horizontal y uniforme (que no sea rugosa ni resbaladiza).

Todas las líneas tienen 5 cm de anchura y están comprendidas en las dimensiones del campo. Debe ser blanca o de un color que destaque en el suelo.

Líneas de delimitación Dos líneas laterales y dos líneas finales marcan la cancha de juego. Tanto las líneas laterales como las de fondo se trazan en el interior de las dimensiones del campo de juego.

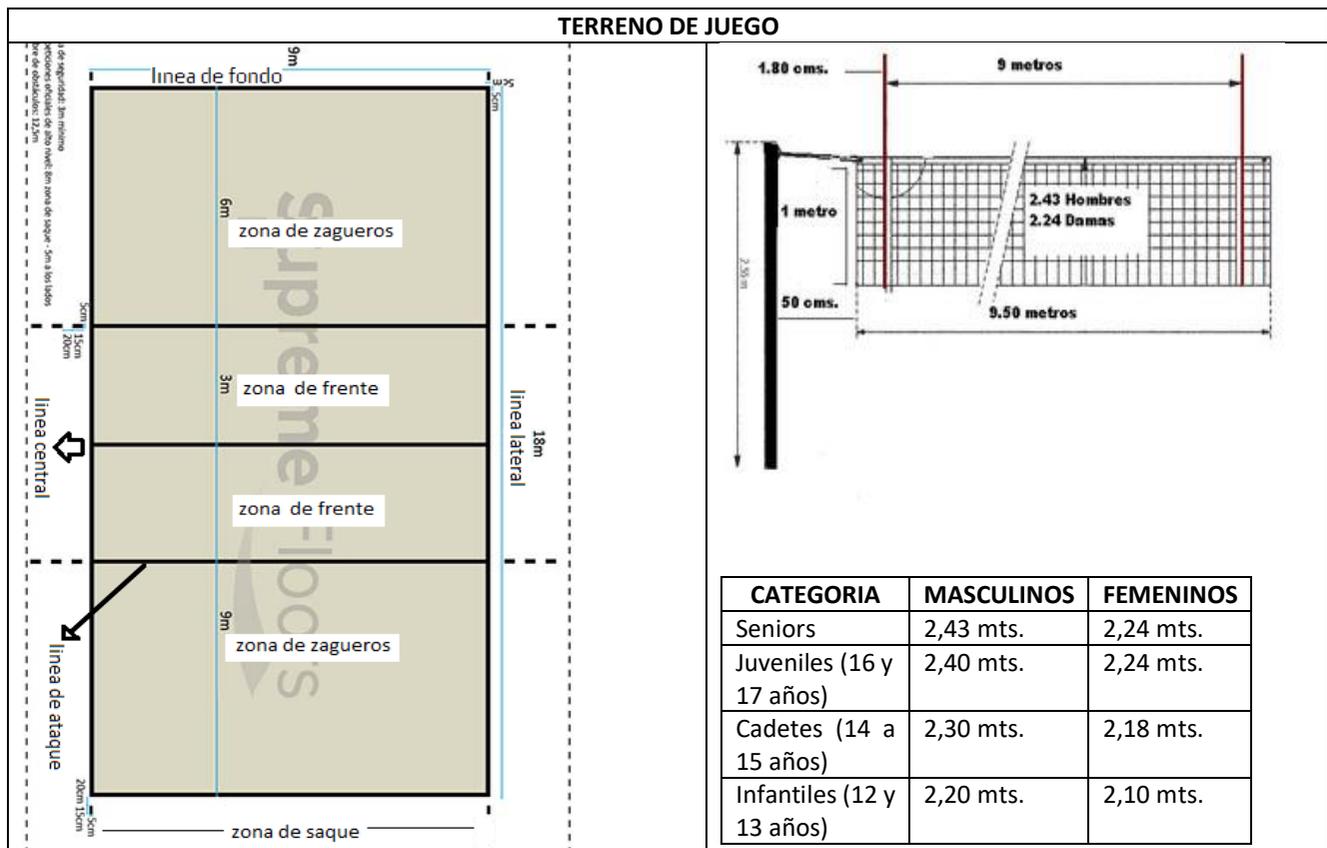
La línea central divide la cancha en dos cuadrados de 9 X 9m y pertenece a ambos lados.

La línea de ataque está situada a 3 m de la línea central y es paralela a la misma y divide la zona de ataque y la zona de zagueros o defensa.

La zona de saque está situada detrás de la línea de fondo, tiene 9 m de ancho.

La zona de frente En cada campo, la zona de frente está limitada por el eje de la línea central y el borde exterior de la línea de ataque.

La zona de zagueros está situada detrás de la línea y la zona de frente o de ataque mide 6 X 9 m.



EQUIPOS: Juegan dos equipos de 6 jugadores, uno de los cuales es el capitán. puede haber hasta 6 suplentes. El color y es diseño del equipamiento debe ser el mismo para todos los jugadores menos para el líbero.

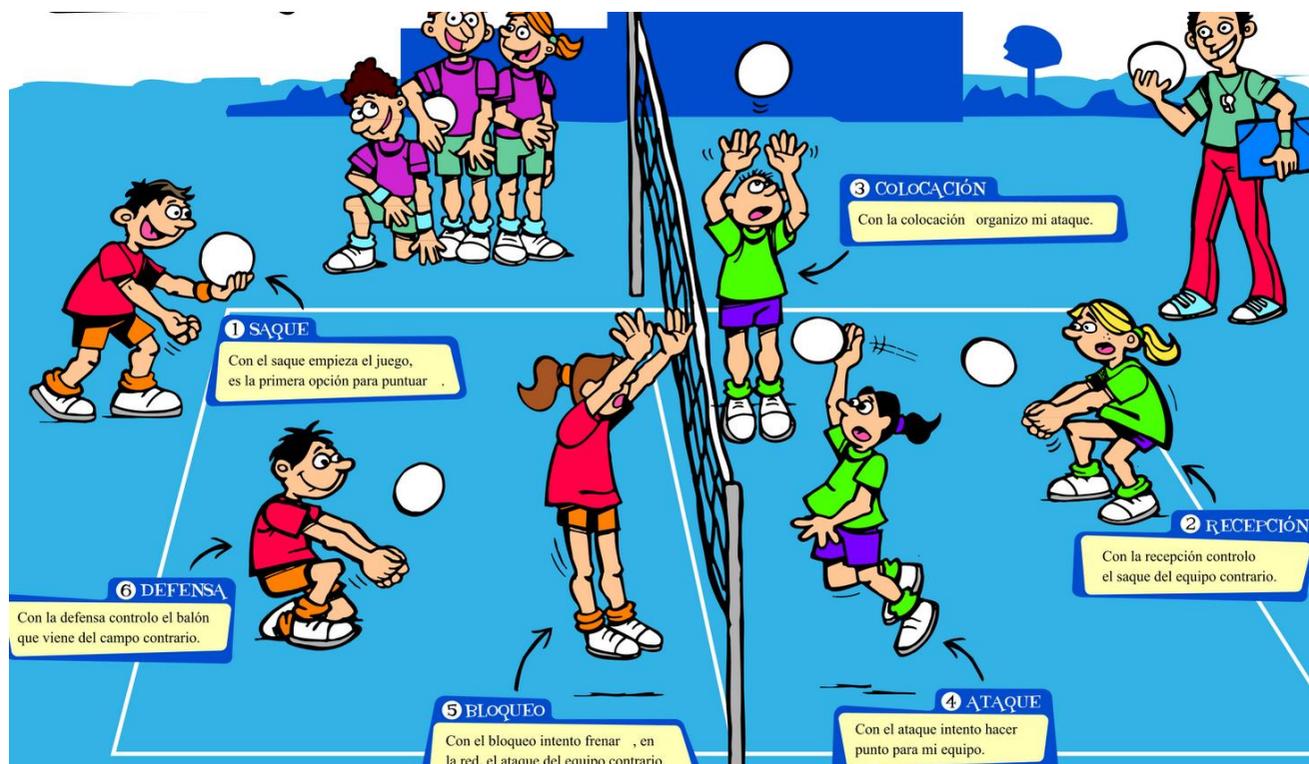
ESTRUCTURA DEL JUEGO: Tiene que haber siempre 6 jugadores por quipo en la pista. El lugar que ocupen indica el orden de rotación antes de comenzar cada set.

En el momento del saque cada jugador debe estar colocado en su posición, menos el que va a sacar.

FUNDAMENTOS TÉCNICOS: Para alcanzar el objetivo del juego, los jugadores realizan acciones individuales identificados en los siguientes gestos técnicos:

- Las posiciones fundamentales o básicas.
- Los desplazamientos.
- Golpe de dedos o volea.
- Golpe de antebrazos.
- El servicio.
- El remate.
- El bloqueo.

3. Taller de aplicación del Saber



- De acuerdo a la imagen indique la secuencia lógica de golpes en una jugada
- ¿Qué elementos son necesarios para jugar Voleibol?
- ¿Qué deportes le sirvieron de apoyo a Wilian G. Morgan para ingeniarse el voleibol
- ¿Por qué el creador del voleibol, se ingenió este deporte alternativo al baloncesto?
- De acuerdo a la tabla de categorías, por edades y sexo ¿Cuál sería la altura con la que usted debería jugar?
- ¿Cuál es el objetivo del juego?
- ¿Qué líneas delimitan el terreno de juego?
- ¿Cuáles son las zonas de la cancha de voleibol?
- ¿Qué línea se encuentre entre la zona de zagueros y zona de frente?
- ¿Cuántos jugadores por equipo debe haber en la pista de juego?

4. Actividades de Cierre

Con un compañero amigo o familiar.

Ubicar una cinta como si fuera una malla, a la altura de nuestra cabeza en la mitad de un rectángulo de 4 x 2 metros.

Golpear un globo de un lado a otro sin tener en cuenta el número de golpes que se le dé al globo para pasarlo.