



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)
Fundamentación técnica.		Dominar con fluidez las técnicas básicas del voleibol.
Reglamento y situaciones de juego.		Reconocer e interpretar reglas básicas del voleibol.

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

https://www.youtube.com/watch?v=XwhekDM_naM.

1. Exploración de Saberes Previos:

- ¿Qué función cumple el golpe dedos dentro de os toque que se le da al balón en una jugada?
- ¿Qué dificultad tendrías al golpear el balón con golpe de dedos?

2. Explicación y presentación del Tema y/o Saber

GOLPE DE DEDOS

Se utiliza principalmente para realizar el segundo pase o pase colocación, que es la forma de enviar el balón a un compañero para que éste envíe el balón al campo contrario mediante un remate. También se utiliza para enviar el balón al campo contrario o a un compañero, siempre que el balón vaya por encima del pecho aproximadamente y con una velocidad moderada.

<p>El toque se realiza golpeando al balón con los dedos, no solamente las yemas o punta, es decir se realiza utilizando la mayor superficie posible de los dedos. NO TOCAR CON LA PALMA DE LAS MANOS.</p>	<p>El balón debe golpearse cuando está situado encima de la frente, pero cerca de esta. Se sitúan las manos debajo del balón, con los dedos separados y adoptando una posición de copa</p>	<p>Los dedos pulgares e índices dibujan un triángulo, a través del cual se debe ver el balón.</p>

El cuerpo está con las piernas ligeramente flexionadas (posición media), para realizar el pase se realiza una extensión de las piernas a la vez que la extensión de los brazos para golpear al balón. No debe escucharse ruido al golpear el balón, éste debe salir suavemente.

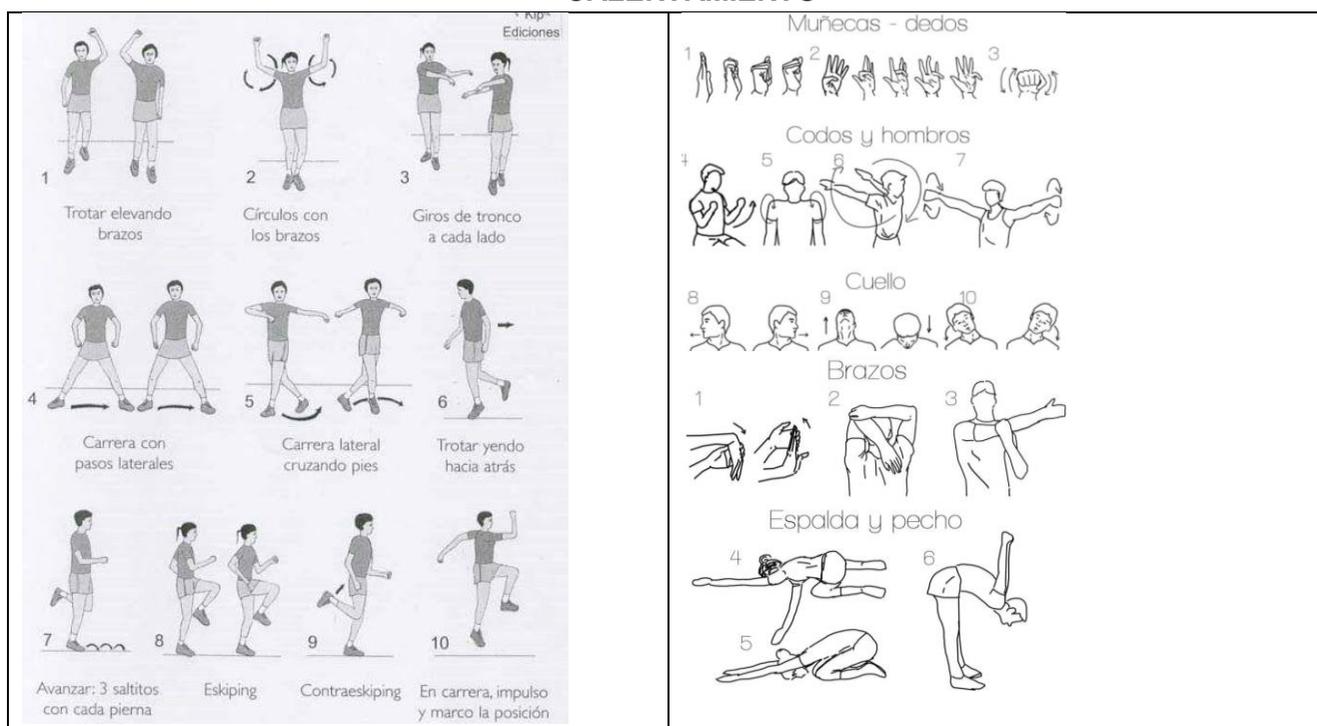
TOQUES POR EQUIPO Y CLASES DE TOQUE:

- Cada equipo debe jugar dentro de su área de juego, pero puede recuperar el balón desde más allá de la zona libre.
- Toque o golpeo es el contacto de un jugador con el balón. El equipo tiene derecho a un máximo de 3 toques además del bloqueo para devolver el balón. Si se hacen más se comete falta.
- Un jugador no debe tocar el balón dos veces consecutivas.

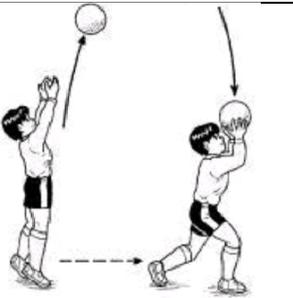
- Si dos jugadores del mismo equipo tocan el balón a la vez, se cuenta como 2 toques. Si son jugadores contrarios que han tocado el balón a vez por encima de la red, el equipo que recibe tiene derecho a otros dos toques.
- Está prohibido apoyarse en compañeros o en alguna estructura para golpear el balón.
- Se puede tocar el balón con cualquier parte del cuerpo, pero no puede retenerse ni lanzarse si no que tiene que ser golpeado con un golpe seco.
- Es falta si el equipo toca 4 veces el balón, si es retenido o lanzado, si el jugador que golpea se apoya en algo alguien o si un jugador toca el balón dos veces seguidas.

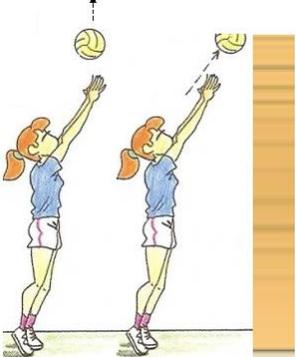
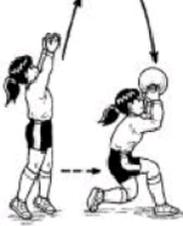
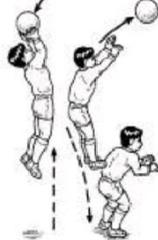
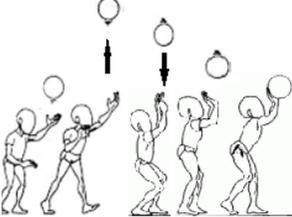
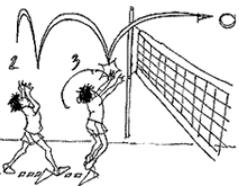
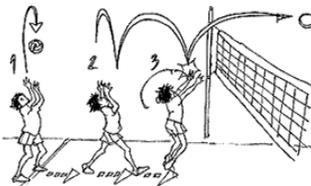
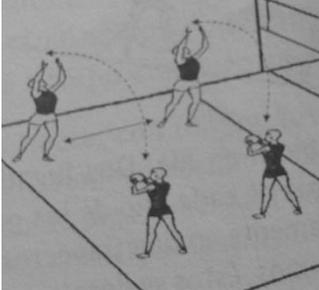
3. Taller de aplicación del Saber

CALENTAMIENTO



ACTIVIDAD PRINCIPAL

	<p>Lanzar el balón hacia arriba con la posición de las manos para golpe de dedos y atraparlo con la misma posición cerca a la frente como si fuese a hacer el golpe de dedos. (hacer intencionalmente retenciones)</p>		<p>Hacer lanzamientos como en el ejercicio anterior, pero cambiando de posición. Sentado.</p> <p>Intentar hacer la mayor cantidad posibles de golpes de dedos sin retención.</p>
	<p>Hacer lanzamientos como en el ejercicio anterior, pero cambiando de posición. Acostado. Hacer la mayor cantidad posible de</p>		<p>Hacer golpes de dedo Contra una pared. Pasando.</p>

	golpes de dedo consecutivos.		
	Hacer controles contar la pared y hacia arriba.		Lanzar el balo arriba y adelante, desplazarse adelante y agacharse para golpear el balón con golpe de dedos.
	Saltar y lanzar el balón con la posición de manos y brazos hechos en el golpe de dedos.		Lanzar el balón hacia arriba y golpear con golpe de dedos. Hacer veinte golpes así. Luego lanzar y golpear dos veces seguidas, luego tres veces seguidas, y seguir así hasta que haga 10 golpes consecutivos.
	Lanzar un balón hacia adelante y golpear con dedos hacia la pared. Repetir 10 veces el ejercicio.		Hacer golpes consecutivos mientras se desplaza hacia delante.
	Frente a la pared más o menos a un metro hacer golpe de dedo contra está manteniendo la altura de el balón.		Alguien lanza el balo y el estudiante lo regresa con golpe dedos.

¿Qué pasa si un jugador toca dos veces consecutivas el balón?
 ¿Qué pate de las manos deben tocar el balón en el golpe de dedo?

4. Actividades de Cierre

Con un globo, golpearlo con golpe de dedos pasándolo con un compañero

