

EL VOLEIBOL

EVELYN SAMANTHA MURILLO FLOREZ

I.E: MIGUEL DE CERVANTES SAAVEDRA

DOCENTE: WILLERMAN TIERRADENTRO

GRADO: 10-1

IBAGUÉ

2021

VOLLEIBOL

Es un juego de equipo que se juega en una cancha dividida en dos partes iguales por una red. En cada parte se sitúa un equipo compuesto por 6 jugadores. El objetivo es pasar el balón por encima de la red y que dé en el suelo del campo del equipo contrario.

Motivación = Imagen y video

IP/ = En la imagen explica algunas cosas del voleibol por ejemplo, cuánto tiempo dura, reglas, cancha y medidas, lanzamientos, posición de los jugadores, uniforme y elementos que se utiliza.

VB/ = Es un buen video motivacional. Como reflexión por decirlo así sería, que no importa como seas, si eres hombre o mujer, si eso es lo que te hace feliz y ganas luchar por ello. Me gusta la frase "Pensar, actuar, Entrenar y jugar como campeón te llevará a ser Campeón".

Ejercicio ①

Voleibol

Generalidades

Concepto

Es un juego de equipo que se juega en una cancha dividida en dos partes iguales por una red.

Historia

El 9 de febrero de 1895 en EE.UU. por William George Morgan, por un profesor de Edu. Física.

Similitudes

Tennis

Balonmano

Zona de Juego

Cancha, zona y reglas

Zona libre

Línea de fondo

Zona de ataque

Anteluz

Línea lateral

Línea de ataque

Zona defensiva

Barrido

Línea central

Elementos

Red

de 1 m de ancho sobre 2,5 a 3 m de largo

Balón

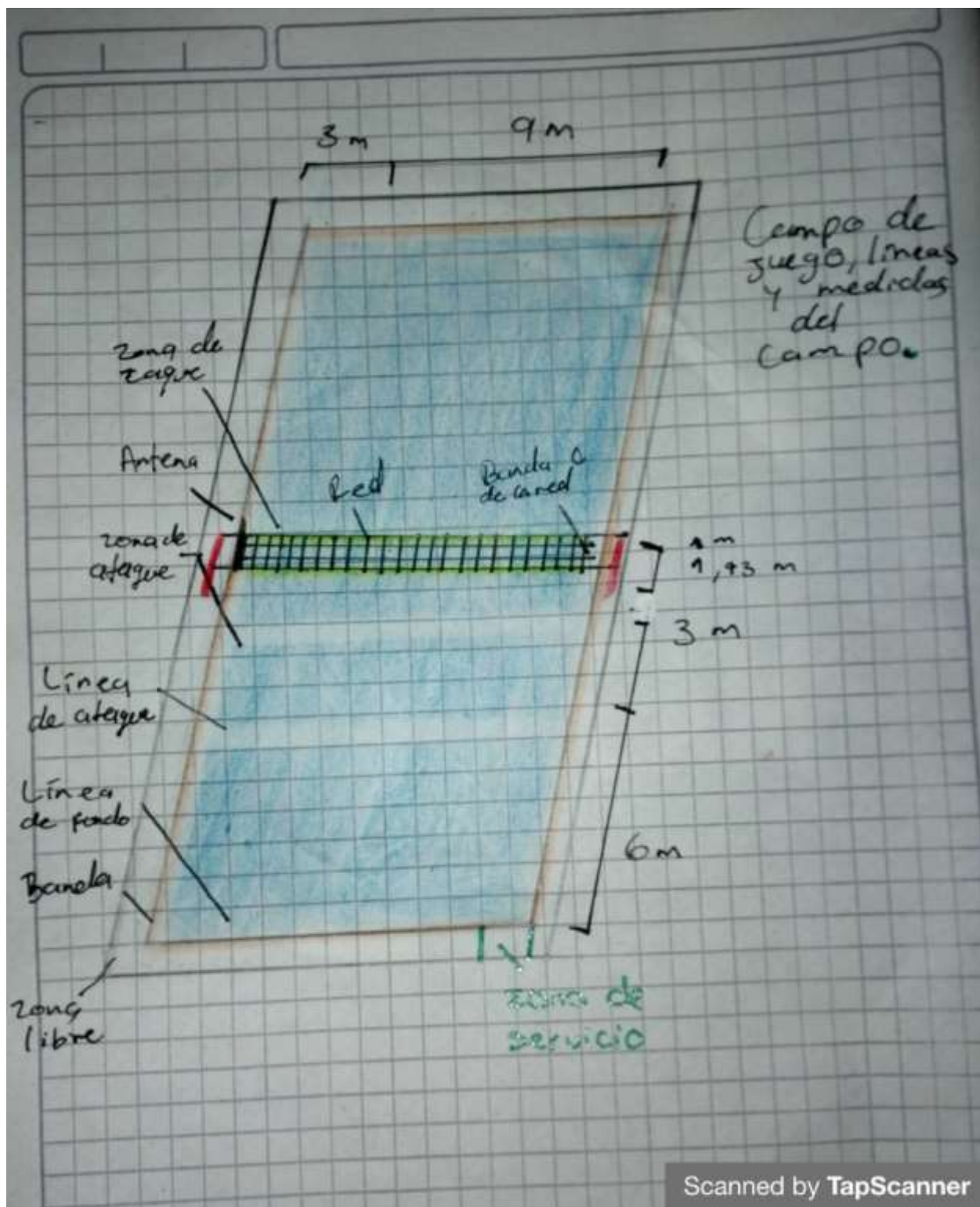
Circunferencia de 65-68 cm
Peso 260-280 g
Presión 0,325 kg

Vestimenta

Es para 12 jugadores y para el juego participan

(Duración)

Es variable, depende del formato de juego
4 sets de 25 puntos



Ejercicio.

③. Desarrollo del juego.

- Los jugadores deben evitar que el balón toque el suelo dentro de su campo porque si no, es punto para el equipo contrario.
- Los partidos del voleibol se disputan al mejor de cinco tandas o bloques de puntos que reciben, igual que en tenis, la denominación anglosajona de set. En el momento en que uno de los equipos acumula tres sets ganados, gana el partido y se da por concluido el enfrentamiento.
- El jugador no se puede apoyar ni tocar la red en el momento de jugar el balón.
- Un jugador zaguero, no puede atacar más allá de la línea de ataque. El libero no puede participar de ningún modo en el bloque y tiene restringido el ataque como ya se ha visto.