

Solucion Actividad

En el bloqueo

1. manos abajo durante la preparacion para bloquear
2. ninguna flexion de las piernas
3. cruzar los pies o girar el cuerpo
4. viajar lateralmente cuando salta
5. se impulsa con los brazos para saltar
6. no penetra con las manos al contrario
7. bajar la cabeza al contacto

Errores en el volea

en el remate

1. Colocar los pies de manera inadecuada
2. No saltar con la suficiente potencia
3. Hacer una carrera muy corta
le quita potencia al salto
4. Poner los pies en el campo contrario, es punto automaticamente para el equipo contrario
5. tocar la red despues de rematar el balon