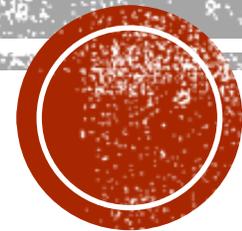


# GENERALIDADES DE EL VOLEIBOL

Angelica Puentes Homez



- El campo de juego
- La cancha de voleibol es un rectángulo de 18 m de largo y 9 m de ancho, la línea central de la cancha de voleibol está separada por una red que separa a los dos equipos. De hecho, mientras el balón no toque el suelo ni ningún otro elemento, el juego también se juega en zona libre. La zona libre debe ser de al menos 3 m En las competiciones internacionales, la línea lateral es de 5 m y la línea de fondo es de 8 m. El espacio libre en la pista debe tener una altura mínima de 7 m, que se eleva a 12,5 m en competiciones internacionales.



- **Tamaño del campo**

1. Primera zona libre 2. Línea central 3. Línea inferior 4. Línea lateral 5. Línea ofensiva 6. Área de servicio 7. Área defensiva 8. Área ofensiva 9. Primer árbitro 10 Segundo árbitro 11 Anotador 12. Asiento suplente

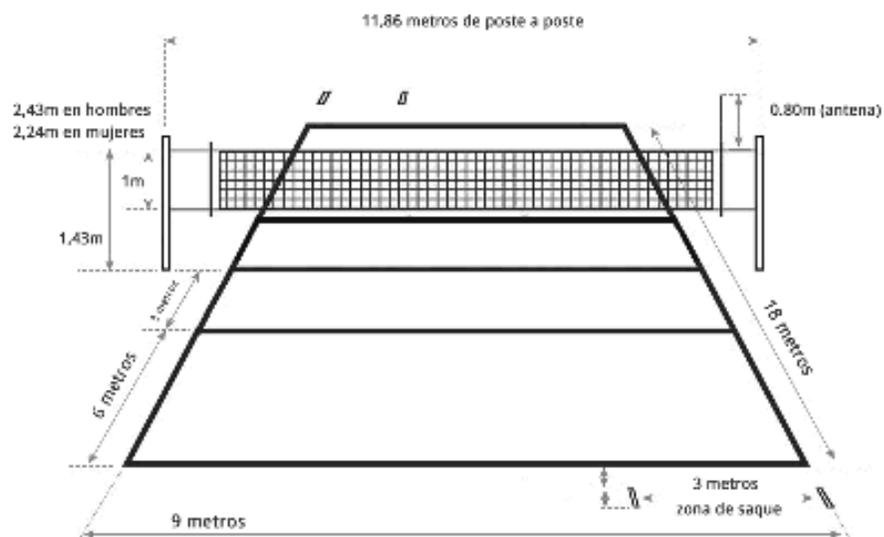
- **Red**

Hay una red en el eje central del sitio, con un ancho de 1 m y una longitud de 9,5-10 m, hay dos cinturones en los bordes superior e inferior y dos varillas verticales que sobresalen en la línea lateral del sitio. El borde superior de la red, el poste y el techo del propio pabellón definen el espacio a través del cual la pelota debe ingresar al terreno de juego del oponente. Los diferentes tipos de redes pueden tener diferentes alturas de punta, en la categoría de adultos, la altura es de 2,43 m para los machos y de 2,24 m para las hembras.

- **LA PELOTA**

es esférica y elástica, la circunferencia es de 65-67 cm, el peso es de 260-280 gramos y la presión interna está entre 0.300 y 0.325 kg / cm<sup>2</sup>. Es más pequeño y ligero que el baloncesto o el fútbol. Puede ser de varios materiales, pero el más cómodo y más usado es el cuero. También existen algunas pelotas de plástico que se pueden utilizar ocasionalmente en las sesiones de entrenamiento.





- Ropa

- los jugadores de voleibol usan camisetas, pantalones cortos, calcetines, zapatillas de deporte y rodilleras durante el juego. Dado que el contacto con el suelo es continuo, los dispositivos de protección generalmente se usan en las rodillas y los codos. Los jugadores libero son fáciles de distinguir a primera vista porque usan colores diferentes a los de otros compañeros de equipo. 10. Fundamentos técnicos Saque o saque cada punto comienza desde el saque detrás de la línea de gol. La pelota fue lanzada al aire y golpeó el campo contrario, buscando debilidades en la defensa del oponente. Se puede hacer de pie o saltando. La dirección del servicio es importante, porque el jugador contrario que se ve obligado a recibir solo puede participar en el ataque posterior.

- Recibir y pasar el balón

Interceptar y controlar el balón y dirigirlo a otro compañero en buenas condiciones para que pueda pasar el balón. El antebrazo está conectado a la parte delantera de la cintura, la pelota alta se atrapa con los dedos y la pelota se atrapa por encima de la cabeza. En otros casos, se requieren movimientos más espectaculares. A menudo se ve que los jugadores hacen tablas sobre el abdomen y estiran los brazos para que la pelota rebote en las manos en lugar de en el suelo, para evitar este punto. Por lo general, el segundo toque es para proporcionar al atacante la mejor pelota para golpear la cancha del oponente.

- colocador

La colocación se realiza levantando la mano y pasando la pelota con los dedos, que es el pase más preciso en el voleibol. La configuración es pasar la pelota con los dedos levantando la mano, que es el pase más preciso en el voleibol. El colocador (y su mente) tiene la responsabilidad de distribuir el balón a diferentes atacantes a lo largo del juego.





- Remates
- A los jugadores, saltan, y finalmente fuerzan el balón hacia el campo contrario, buscando un lugar de defensa apretado, o contra el propio jugador contrario en condiciones de velocidad o dirección, para que no puedan controlarlo y el balón salga. Los jugadores también pueden optar por engañar o fintar, dejando una bola suave inesperada al final. Aunque tres equipos pueden golpear la pelota, pueden atacar (o fintar) en el primer golpe para encontrar al equipo contrario sorprendido. Los diferentes tipos de ataques se nombran por números de área: \* Ataques de la fila trasera: Ataques llevados a cabo en una posición defensiva que no exceda los 3 metros. \* Ataque de nivel 4: Atacantes en ataque de zona 4. \* Ataque de nivel 2: un ataque realizado por un atacante en la zona 2. \* Ataque central: El ataque que realiza el atacante es desde el área 3.

