

| | | | |
|---|---|--------------|---|
|  | SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL I.E. GIMNASIO GRAN COLOMBIANO | PAG 1 |  |
| | GESTION DE CALIDAD PROCESO DE APOYO BIBLIOGRAFICO Y EDUCATIVO | A-BE-GS-2 | |
| | GUIA DE APRENDIZAJE | V1 MAR. 2021 | |

ÁREA(S): EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE, RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NIVEL: BACHILLERATO

GRADO: OCTAVO

FECHA DE PUBLICACIÓN: 07 MAYO 2021

FECHA DE ENTREGA: 21 MAYO 2021

OBJETIVO: Incentivar el interés y la participación de los niños y niñas en la práctica del voleibol. Dar a conocer los gestos técnicos y los esquemas corporales utilizados en la práctica de este deporte así como sus beneficios.

ESTÁNDAR: El estudiante se familiariza con las reglas, gestos técnicos e historia del voleibol, participa activamente en los valores que se potencian por medio de este deporte y del conocimiento generalidades para su optima práctica.

COMPETENCIA: Generalidades deportivas.

DBA: Por medio del voleibol y el desarrollo propio del juego amplia sus conocimientos teóricos, prácticos, así como contribuye en su educación física integral en las diferentes disciplinas deportivas.

RESULTADO DE APRENDIZAJE ESPERADO: Activa de manera precisa sus ejes corporales en las diferentes características, fases y partes del juego en su desarrollo, y ejecuta de manera precisa los gestos técnicos del voleibol a partir de la práctica del mismo.

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA: El voleibol es un juego de pista entre dos equipos de seis jugadores por lado que se juega golpeando una pelota al lado contrario por encima de una red. Cuando la pelota toca el piso o se sale de una de las dos partes de la cancha es un punto o una oportunidad para sacar para el otro equipo.

Movimientos en el voleibol

- **Sacar.** Se produce cuando un jugador proyecta el balón hacia el sector del contrincante.
- **Bloquear.** Cuando un jugador impide que la pelota lanzada por su rival pase a su área.
- **Recibir.** Impedir que el balón toque el suelo, colocando en una posición adecuada las manos y brazos, pudiendo así devolver el tiro.
- **Colocar/Armar.** En una serie de no más de tres pases entre los jugadores de un mismo equipo, se busca lograr una jugada de tanto.
- **Atacar.** Enviar de un golpe certero el balón al área descuidada o al jugador en desventaja.
- **Rematar.** Devolver la pelota inesperadamente, con fuerza.

Uniforme. La ropa que los jugadores deben llevar son: Pantalones cortos, camiseta, coderas y rodilleras, calcetas y zapatos tipo tenis.

Tiempo. Los partidos están compuestos por sets, los cuales pueden ser tres, cuatro o cinco. El equipo que logre triunfar en tres de ellos, ganará el partido. Para ganar una tanda es necesario obtener al menos veinticinco tantos, siendo obligatorio tener dos puntos de diferencia con el equipo contrincante.

Desempate. El equipo que obtenga 15 puntos, con los dos de diferencia, ganará.

ACTIVIDAD A DESARROLLAR: Realice cada uno de los ejercicios con su correspondiente secuencia, cambios de lado y de extremidad utilizada, con una duración de tres (3) series de quince (15) repeticiones cada uno, y responda el cuestionario adjunto.



CRITERIO(S) DE EVALUACIÓN:

1. Dibuje el campo de voleibol con sus medidas respectivas.
2. Haga una breve reseña de la historia del voleibol en Colombia.
3. Dibuje la red de juego en el voleibol y sus medidas.
4. Realice la evidencia fotográfica de su rutina trabajada

“TODA GUÍA PRESENTADA DEBE CONTENER LOS DATOS COMPLETOS DEL ESTUDIANTE Y ENVIADA SOLAMENTE A TRAVES DE LOS MEDIOS OFICIALES”

DATOS DEL DOCENTE: Javier Arturo Chinome Jiménez

Dirección electrónica de envío de la guía de los estudiantes al docente: javier.chinome@gimnasiograncolombiano.edu.co o classroom.