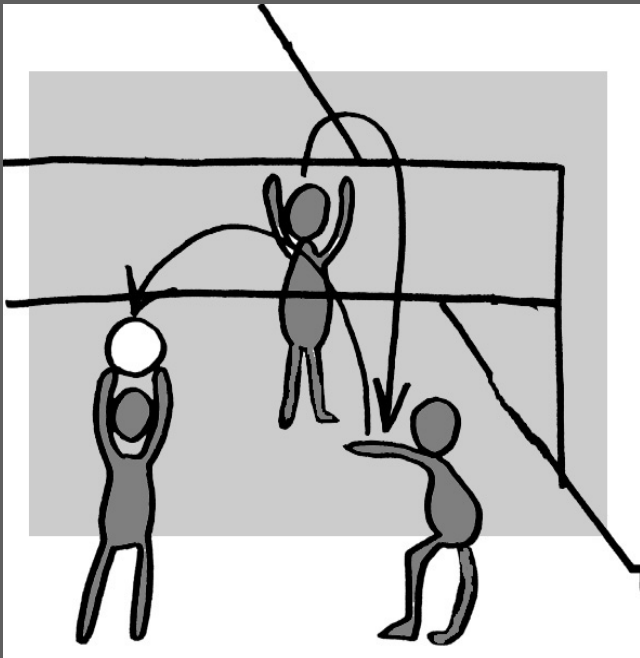


VOLEIBOL



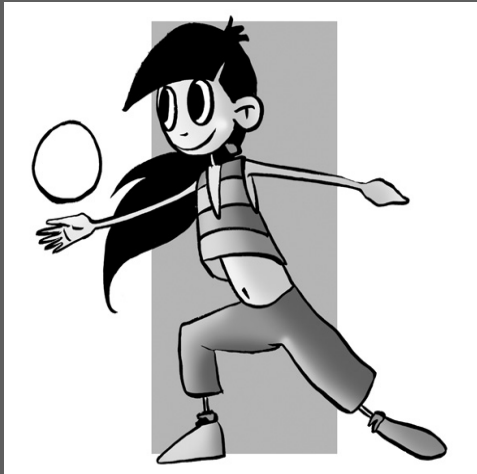
EL VOLEIBOL



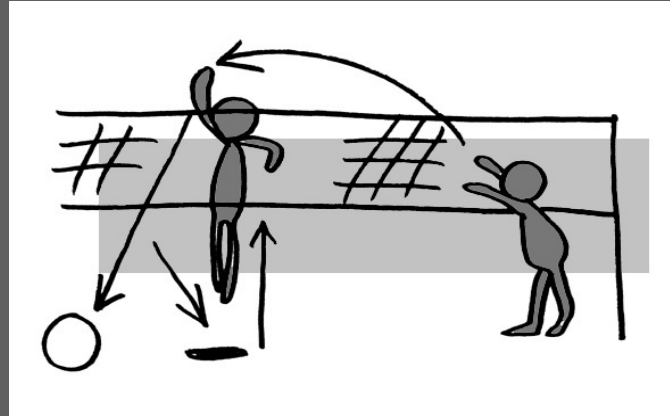
- Objetivos
- Orígenes
- Finalidad, reglamentación, instalaciones y material
- Recursos técnico-tácticos básicos.

OBJETIVOS

- Conocer los recursos técnicos, tácticos y reglamentarios básicos del Voleibol.
- Aplicarlos en situaciones de juego real.
- Colaborar con tus compañeros en la elaboración y puesta en práctica de las actividades.



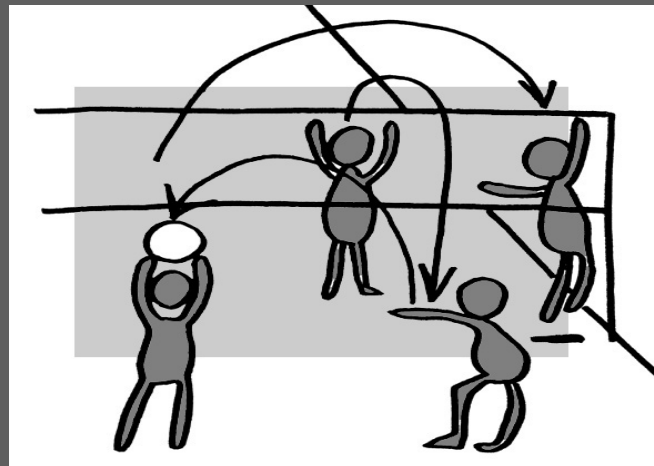
Orígenes



Nació en Estados Unidos a finales del siglo XIX como una alternativa al Baloncesto. El profesor Willian Morgan descubrió la forma de jugar sin que existiese contacto físico y reduciendo el riesgo de lesiones. Rápidamente se extendió por todo EEUU y Canadá, así como por Japón. En España empezó a funcionar la Federación Española de Voleibol en 1959. La selección está entre las 10 primeras del mundo y en el año 2007 se proclamó campeona de Europa.

FINALIDAD

Dos equipos de 6 jugadores pasando el balón, por encima de una red, con la intención de que toque el suelo en el campo del equipo contrario.



REGLAMENTACIÓN

Puntuación:

- Un punto cuando consigamos pasar el balón al campo contrario y toque el suelo. Cuando el equipo contrario no logre pasar el balón a nuestro campo también puntuamos.
- Para ganar un set serán necesarios 25 puntos, con una ventaja mínima de 2 puntos sobre la puntuación del otro equipo. En caso de empate 24-24 se continuará hasta lograr la ventaja de 2 puntos.
- Para ganar un partido es necesario ganar tres sets. En caso de empate 2-2, se jugará un decisivo 5º set a 15 puntos con una ventaja mínima de 2 puntos.

REGLAMENTACIÓN

Juego:

- El máximo número de toques por equipo antes de pasar el balón al otro campo es de tres excepto en el bloqueo.
- Un jugador no puede golpear dos veces consecutivas el balón, excepto en el bloqueo.
- Cada vez que se consigue un punto, adquirimos el derecho de realizar el saque.
- En el cambio de saque, los jugadores del equipo que va a sacar tienen que rotar una posición en el sentido de las agujas del reloj.
- El máximo número de jugadores en el terreno de juego es de seis.
- Se puede golpear el balón con cualquier parte del cuerpo.
- El saque se realizará desde detrás de la línea de fondo.

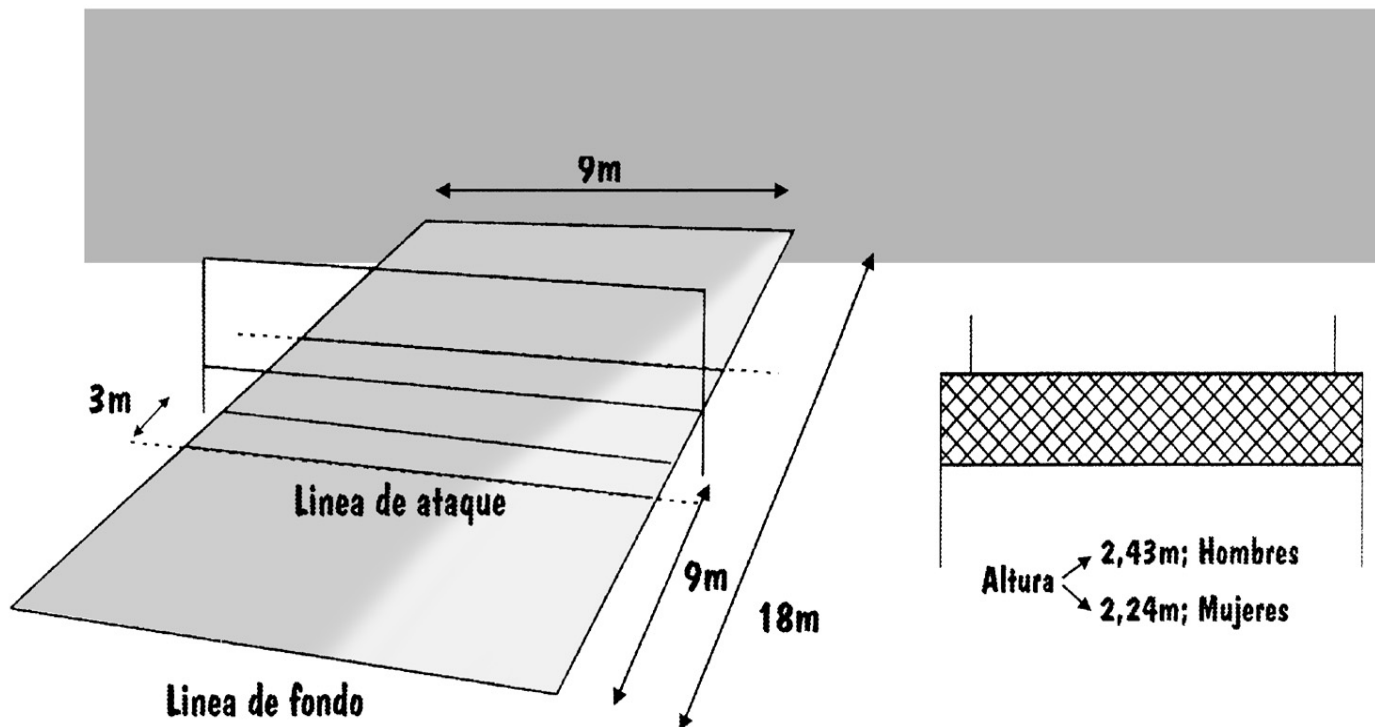
REGLAMENTACIÓN

Juego:

- La red sólo se puede tocar con el cuerpo sin interferir en el juego contrario y por la inercia en el juego.
- Al otro campo, durante el juego, sólo se puede pasar en el golpeo o en el bloqueo, sin molestar o interferir en el juego del contrario.
- Si en el servicio o durante el juego el balón toca la red y pasa por encima de ésta, el golpe se considera válido.
- El balón que cae en la línea es válido.
- Los zagueros no pueden completar golpe de ataque dentro de la zona de frente .
- Los líberos no pueden completar un bloqueo

REGLAMENTACIÓN

Material e instalación:



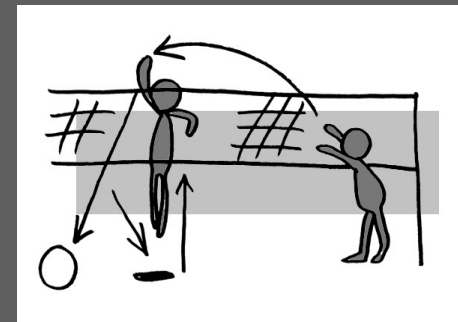
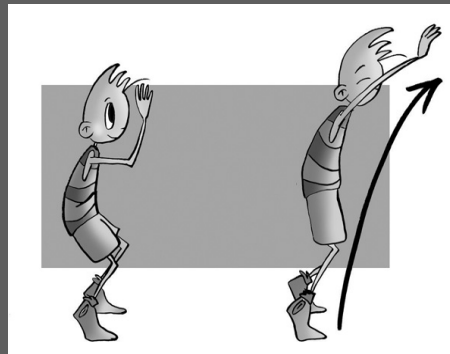
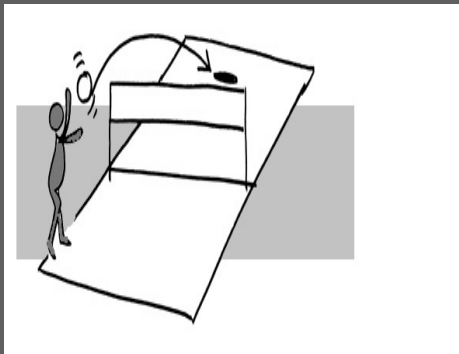
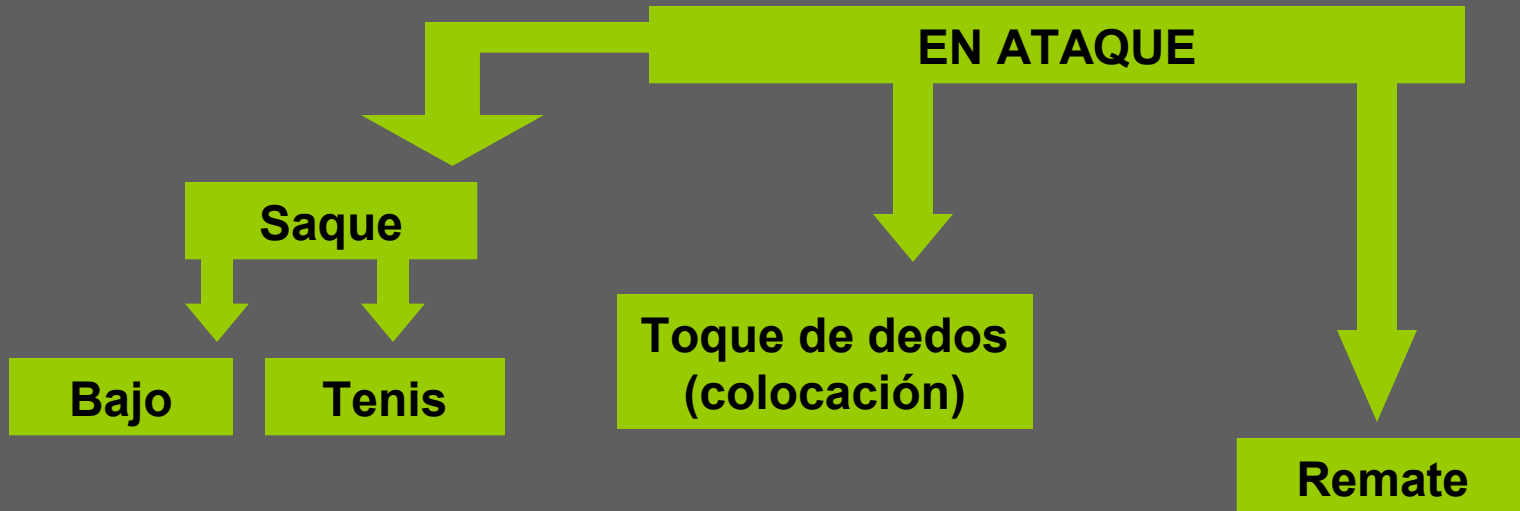
RECURSOS TÉCNICO-TÁCTICOS BÁSICOS

El juego del Voleibol es muy rápido por lo que requiere que toméis decisiones sobre: **qué golpeo utilizar, cómo poder realizar** dicho golpeo, **cuál es** el golpeo, desplazamiento o acción más adecuada para ayudar al equipo, etc. y unas acciones conjuntas que como equipo deberéis coordinar.

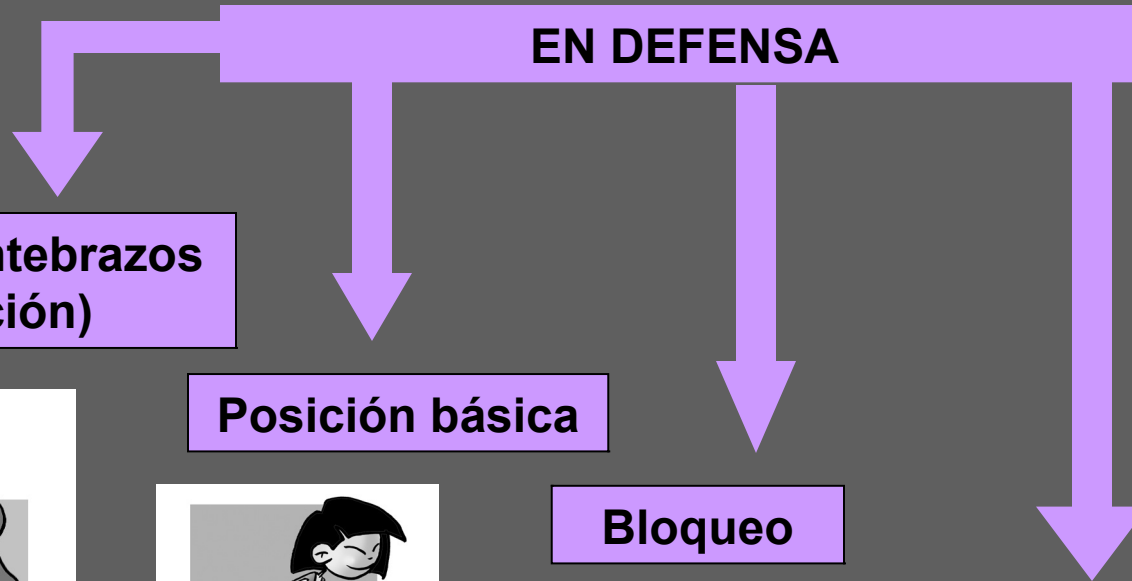
Las referencias son:

Mis características, los espacios y las características de los jugadores del otro equipo.

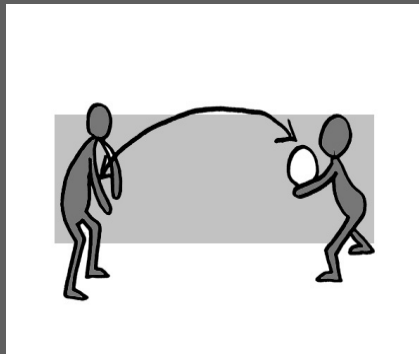
RECURSOS TÉCNICO-TÁCTICOS BÁSICOS



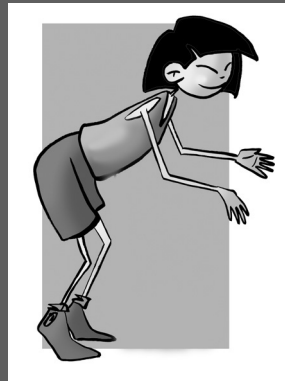
RECURSOS TÉCNICO-TÁCTICOS BÁSICOS



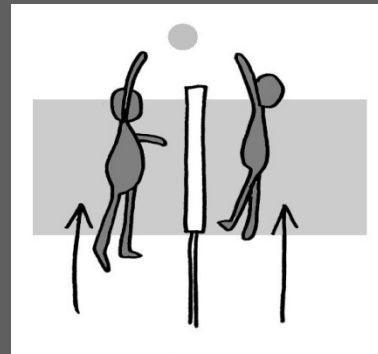
**Toque de antebrazos
(recepción)**



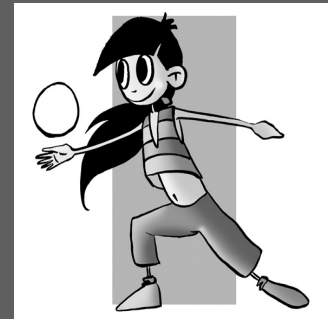
Posición básica



Bloqueo



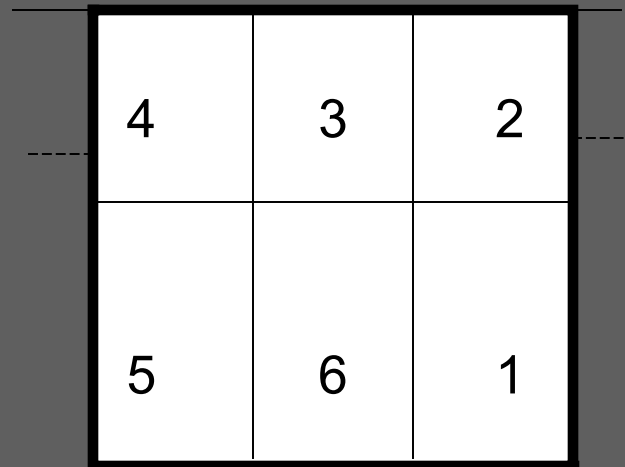
Caídas y planchas



ORGANIZACIÓN TÁCTICA CONJUNTA

Los números 2, 3 y 4 son delanteros. El resto, zagueros.

- La distribución del campo por zonas es la siguiente:

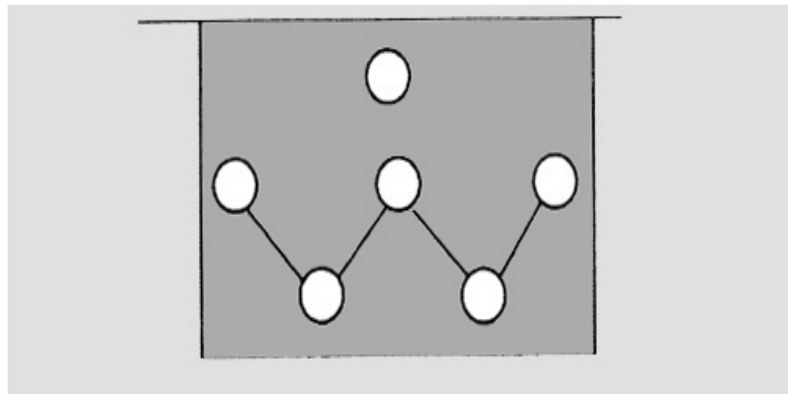


ORGANIZACIÓN TÁCTICA CONJUNTA

EN DEFENSA

Organización en **W**

Los jugadores se colocan intentando ocupar el mayor espacio posible.
Su posición en el campo forma la figura de una W

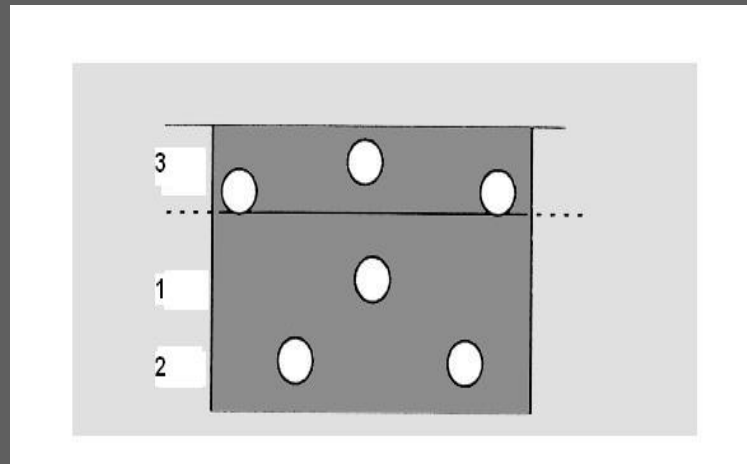


ORGANIZACIÓN TÁCTICA CONJUNTA

EN ATAQUE

3-1-2

Prácticamente se mantiene la posición del W defensivo. Todos los jugadores se adelantan un poco, excepto el colocador. Este sistema permite una rápida ayuda en los bloqueos.



EL JUEGO Y LA TOMA DE DECISIONES

A) la posesión del balón es del equipo contrario :

Posibilidad 1: Recepcionar el saque

- Ocupar espacios, individualmente y como equipo.
- Comunicarnos con nuestros compañeros: hablarnos, observar.
- Desplazarnos, si es necesario.
- Recibir en buenas condiciones.

Posibilidad 2: Defensa de un ataque.

- Ocupar el mayor espacio posible como equipo.
- Bloquear.
- Defender ante el golpeo (posiblemente remate) del equipo contrario.
- Ayudar a los jugadores o jugador que intenta bloquear el balón situándonos en las zonas oportunas.

EL JUEGO Y LA TOMA DE DECISIONES

B) la posesión del balón es de nuestro equipo

Posibilidad 1: Realizar un saque

- Observar los espacios libres.
- Decidir qué tipo de saque utilizar.
- Realizar el saque con precisión.
- Incorporarse rápidamente al juego

Posibilidad 2: Construcción de un ataque

- Observar los espacios libres en el campo contrario.
- Comunicarse con sus compañeros.
- Ejecutar una combinación de ataque.
- Apoyar al remate o golpeo utilizado por el jugador que ha enviado el balón al campo contrario.