



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA AUXILIADORA - ELÍAS - HUILA Código
DANE: 24124400085 Rut: 891.103.341-2 GUIA PEDAGOGICA

2021

Actividades pedagógicas en casa por
covid -19

Municipio de Elías

GUÍA PEDAGÓGICA

Área o Asignatura:	EDUCACION FISICA	Grado:	NOVENO	Periodo:	1	Semana:	1-2-3-4
Nombre de Docente:	JUAN PABLO QUIMBAYA SUAREZ	Sede:	PRINCIPAL				
Desempeño, estándar, DBA o competencia esperada:	Comprende e identifica los diferentes componentes teóricos sobre la historia y estructura de la disciplina deportiva del voleibol.						
Objetivo de la actividad:	Contribuir en el mejoramiento y consolidación del conocimiento base en los estudiantes de la Institución Educativa María Auxiliadora como aspecto fundamental para la apropiación de un saber específico en la disciplina deportiva del Voleibol.						
Duración:	4 SEMANAS						
Unidad, Tema:	voleibol						

1. Motivación (disposición de lo humano al aprendizaje).

Este deporte es un medio de formación para facilitar a los estudiantes en el desarrollo de sus capacidades, conocimientos y actitudes en relación con su potencial bio-psicológico. De esta manera se plantea como una acción educativa con objetivos de formación más que como búsqueda de especialización técnica y alto rendimiento, teniendo en cuenta el desarrollo de la personalidad en los estudiantes que contribuye a la formación integral. A pesar de todas estas exigencias inherentes a la ejecución de las acciones técnicas básicas y específicas del voleibol, el aprendizaje de este deporte puede ser muy sencilla, siempre y cuando se escoja adecuadamente las herramientas correctas de enseñanza - aprendizaje.

Reafirmando que la Educación Física y el deporte, como parte integrante de la educación permanente, son medios esenciales para mejorar la calidad de vida, la salud y el bienestar de todas las personas, independientemente de factores como las capacidades o discapacidades, el sexo, la edad, o la religión. En ese sentido, el voleibol colabora al desarrollo de una mejor calidad de vida a través de la promoción de la salud; también como actividad de rehabilitación diversa.

El docente debe reconocer al deporte en general como un medio de la Educación Física, cuya práctica como ya dijimos tiene la intención pedagógica de lograr el desarrollo de capacidades y habilidades motrices que serán utilizados por los adolescentes y jóvenes en su tiempo libre y en cualquier situación de la vida cotidiana.

En la práctica del voleibol escolar se debe iniciar con los juegos de iniciación pre deportivo, para luego desarrollar los fundamentos básicos técnicos como son: el voleo, la recepción, el saque, el mate, el bloqueo y finalmente desarrollar trabajos de sistemas y tácticas de entrenamiento. No debemos olvidar que estos gestos técnicos van acompañados de la práctica de valores y actitudes, así fortalecer la autoestima, el liderazgo y la honestidad. Es por tanto importante el papel relevante que juega el centro escolar en la participación de actividades deportivas sean o no de competición, siendo éstos los responsables en la vertiente formativa, de posibilitar la práctica deportiva de todos los escolares pertenecientes a su centro de enseñanza.

Entre el deporte de competición y el recreativo, se encuentra el deporte educativo, que constituye una formación continua a través del movimiento. Este modo de deporte postula la búsqueda de unas metas más educativas y pedagógicas aplicadas al deporte iniciación, donde la motricidad sea el común denominador y el niño el protagonista del proceso educativo.

Los valores que aporta el deporte escolar, no son los que obtenemos de los aprendizajes de las técnicas o las tácticas, ni siquiera los beneficios psíquicos o físicos. Lo realmente educativo son las condiciones en que puedan realizarse esas prácticas que permitan al deportista comprometer y movilizar sus capacidades de tal manera que esa experiencia organice y configure su propio yo, logre su auto estructuración. Debemos adjudicar ciertos valores educativos al deporte, no por su riqueza en gestos técnicos o por su táctica, sino por cómo el entrenador articula las condiciones en

2. Ambientación temática (introducción, exposición al tema).

Para el abordaje y método de estudio, el estudiante tendrá en cuenta las guías o fotocopias adquiridas en los diferentes momentos de las clases de educación física que llaman "HISTORIA DELVOLEIBOL". Estas guías eran adquiridas en la fotocopiadora de la institución educativa IEMA y serán de suma importancia para el desarrollo del siguiente taller.

3. Actividades propuestas (ejemplos del docente sobre el tema).

Origen del voleibol

En el 1895 William G. Morgan asumió como director de educación física en la YMCA y se encontró con un problema, debía proporcionar el ejercicio sin que fuera demasiado agresivo o intenso. Notaba que el juego de baloncesto, a pesar de ser muy popular, resultaba demasiado agotador.

Quería una alternativa en la que no fuese necesario dar tantos golpes o sacudidas, de modo que se adaptara a un público más amplio. Morgan tomó ideas de diversos deportes, como la pelota del baloncesto, la red del tenis, el uso de las manos del balonmano y el concepto de entradas del béisbol. Así, creó una disciplina que denominó “mintonette”.

Un año después, el juego mintonette resultó muy popular y obtuvo una audiencia en la Conferencia de Directores Físicos de la asociación YMCA, celebrada en Massachusetts. Allí, el Dr. Alfred Halstead, profesor del Springfield College, observó que lo más destacado del juego era el voleo del balón sobre la red. Por eso, sugirió rebautizarlo “volley ball”.

En los orígenes, el “mintonette” resultaba bastante diferente al desempeño del voleibol que se conoce en la actualidad. Se jugaba en una cancha más pequeña, con un balón muy pesado, una red más baja y demasiados jugadores que golpeaba el balón una cantidad ilimitada de veces.

Aunque Morgan probablemente no lo imaginó en aquel momento, décadas más tarde el voleibol se convirtió en la segunda disciplina de equipo más popular del mundo, después del fútbol.

Crecimiento mundial del voleibol

Historia del Voleibol rusia

A mediados del siglo XX el voleibol ya se jugaba en todo el mundo.

En sus inicios, el juego de voleibol alcanzó amplia aceptación gracias al apoyo y a la difusión de la asociación YMCA, alentada por dos escuelas profesionales de educación física: Springfield Collage y George Williams Collage.

A comienzos del 1900 Canadá fue el primer país extranjero que adoptó el juego como deporte para ser practicado en diversas instituciones. Pronto lo siguieron Japón (1908) y Filipinas (1910), donde fue incluido en el programa de los primeros Juegos del Lejano Oriente, en 1913. Así comenzó su expansión a nivel mundial.

En 1914 fue incluido en el programa de educación y recreación de las fuerzas armadas de Norteamérica. En 1916 la YMCA logró que la poderosa asociación NCAA (National Collegiate Athletic Association) contribuyera a la rápida difusión del voleibol entre los estudiantes universitarios de Estados Unidos, a través de la publicación de una serie de artículos sobre su reglamento.

Allí se anunció, por ejemplo, que el número de jugadores por equipo se limitaba a seis y más tarde, en 1922, se limitó a tres el número de toques del balón por jugada. Sin embargo, hasta principios de 1930 el voleibol resultaba un juego de ocio y recreación, con pocas presentaciones competitivas a nivel mundial y con un reglamento que variaba según el país donde se jugaba.

En 1947 se creó en Francia la Federación Internacional de Voleibol (FIVB). Este organismo mundial se encarga de regular las normas a nivel competitivo y de celebrar encuentros de manera periódica.

En los Juegos Olímpicos de París en 1924 se jugó por primera vez al voleibol tradicional como deporte de demostración. Pero recién en 1964 pasó a formar parte de las especialidades olímpicas en el encuentro celebrado en Tokio.

Hoy el voleibol es uno de los deportes populares más practicados a nivel mundial, con competiciones como, el Campeonato Mundial FIVB, la Liga mundial FIVB, el Gran Premio Mundial FIVB y los Juegos Olímpicos. Es un deporte competitivo de alto rendimiento físico y técnico que presenta algunas variantes aceptadas de manera oficial:

El voleibol de playa. Se juega sobre la arena y desde 1996 forma parte de las disciplinas olímpicas, a partir del encuentro celebrado en Atlanta que contó con un estadio construido especialmente sobre la playa.

El voleibol sentado. Se practica especialmente entre los deportes de personas con discapacidad y en 1980 fue incorporado en los Juegos Paraolímpicos.

Reglas del juego

Historia del Voleibol cancha

El área de juego es un rectángulo de 18 metros de largo dividido por la red.

Entre las reglas básicas del voleibol se destacan:

La puntuación.

Se disputa el mejor puntaje de cinco tandas de juego, también denominados “sets”. El equipo que acumula tres sets ganados será el campeón, para lo cual debe alcanzar en cada set veinticinco puntos y con una ventaja de dos puntos respecto al adversario (por ejemplo, veinticinco contra veintitres puntos). En caso de que los equipos alcancen una puntuación de veinticinco contra veinticuatro, deben jugar hasta lograr una diferencia de dos puntos. Por eso, la duración de los partidos de voleibol varía tanto.

El saque.

Es la acción que da comienzo a cada partida, se realiza con el jugador ubicado detrás de la línea de fondo y el resto del equipo situado en los límites del campo. Si un jugador saca y el adversario no logra atajar el balón, el jugador anota un punto a favor de su equipo. En caso de que el saque resulte fallido (toca la red y cae en su propio campo o se va fuera del área), el turno de saque pasa al adversario.

Área de juego.

Está delimitada por un rectángulo de dieciocho metros de largo, por nueve metros de ancho, y se divide en el centro por una red que separa las dos áreas de juego. La designación de los campos para cada equipo se sortea antes del partido y en cada nuevo set se intercambian las áreas.

Zona de ataque.

La línea central que se ubica debajo de la red divide al campo de juego en dos zonas iguales, de nueve metros por nueve metros cada una. A tres metros de distancia de la línea central, otra línea delimita la zona de ataque para cada área, donde se encuentran limitadas las acciones de los jugadores.

La red.

Se ubica en el centro del campo de juego a una altura de 2,43 cm para la categoría masculina y a 2,24 cm para la categoría femenina. Si el balón toca la red, no se considera una falta y, al rebotar, puede continuar con la jugada.

Fundamentos técnicos del voleibol

Historia del Voleibol saque

El saque se realiza desde atrás de la línea de fondo.

Los fundamentos técnicos del voleibol (o de cualquier otro deporte) son los principios básicos para aprender una disciplina, y se refiere a las acciones motrices características de la actividad. En el caso del voleibol, se destacan:

El saque. Hay dos tipos de saque:

Desde abajo: Es más sencillo y lo utilizan los principiantes.

Desde arriba: Es una técnica ofensiva y el éxito depende de la fuerza aplicada en el golpe, que puede ser con el jugador parado o con la ayuda de un salto en el lugar.

La postura del jugador. Hay tres tipos de posiciones básicas que se diferencian por el grado de flexión de las rodillas (baja, media y alta). Esta postura y sus variantes permiten a los jugadores estar en alerta y accionar rápidamente ante la recepción inesperada o a gran velocidad del balón, por parte del contrincante.

El pase. Hay diferentes tipos:

Pase de dedos:

Su principal ventaja es que permite controlar muy bien la dirección del balón.

Golpe de antebrazos: Su principal ventaja es que permite amortiguar balones que llegan a gran velocidad.

Remate:

Es el golpe que se da acompañado de un salto, sobre la parte superior del balón, a fin de que éste alcance el suelo del campo contrario a gran velocidad.

Bloqueo:

Es un salto acompañado con las manos extendidas, que debe realizarse muy cerca a la red para evitar un remate del adversario.

Países más reconocidos en voleibol

Los tres países que más medallas de torneos internacionales de voleibol ganaron en los últimos años, son: Brasil con veinte medallas, Italia con quince y Rusia con catorce.

Desde este punto se espera que el estudiante apropie un conocimiento de base que le permita comprender a cabalidad rasgos característicos y aspectos fundamentales en la estructura organizada y deportiva del futbol de salón.

4. Actividades a desarrollar (por el estudiante).

Fundamentación conceptual del voleibol.

Comprender y analizar las bases y fundamentaciones teóricas del voleibol desde:

- La historia
- Características de juego
- Reglamentación
- Situaciones de juego colectivo
- Fundamento técnico.

Taller:

Con las guías o fotocopias de apoyo adquiridas anteriormente en la institución, donde evidencia la evolución y el juego colectivo del voleibol “historia del voleibol”, realizar el siguiente cuestionario:

- 1.Cuál es el objetivo principal del voleibol.
2. Cuáles son las condiciones necesarias para que un equipo que enfrenta un partido del voleibol pueda realizar una rotación.
3. En una forma gráfica evidencie la forma correcta para la rotación en el voleibol.
4. Cuantos son los jueces que componen el cuerpo arbitral y cuáles son sus funciones.
5. Que significa cuando un juez penaliza con:
 - Tarjeta amarilla.
 - Tarjeta roja.
 - Tarjeta amarilla y roja unidas.
 - Tarjeta amarilla y roja por separado.
6. En que consiste las siguientes faltas en el voleibol:
 - Cuatro toques.
 - Toque asistido.
 - Balón retenido o retención de balón.
 - Doble toque o contacto.
 - Invasión por encima de la red.
7. Cuantos sets se juega un partido de voleibol; cuantos puntos para ganar un set y cuantos tiempos muertos se puede pedir por sets.
8. Cuáles son las dimensiones de la cancha de juego.
- 9.Cuál es la altura de la red para mujeres y para hombres (graficar).
10. Diga 5 formas básicas en situaciones de juego que se puede anotar un punto en un partido de voleibol.

5. Cierre – Criterios de Evaluación formativa.

CRITERIOS DE EVALUACION

Criterios / Indicadores	1	2	3	4	Porcentaje calificativo
Contenido	Cumple con todos los parámetros establecidos para el desarrollo de la actividad	Relaciona casi todos los elementos pertenecientes a la actividad.	Ha hecho mucho menos de lo que se estimaba para la elaboración del trabajo académico	No presento el trabajo.	20%
Presentación	Cumple con todos los requisitos (creatividad, elementos del hogar, diseño y estructura sólida, demarcación de las zonas, aplicación de color)	Cumple con todos los requisitos, pero algunos de ellos no tienen la calidad requerida.	No cumple con todos los requisitos. Faltan algunos de ellos.	No presento el trabajo.	20%
Material	Elaboró todo el trabajo acorde a las exigencias requeridas para su presentación	Elaboró casi todo el trabajo con las exigencias requeridas para uso presentación	Aplicó mucho menos de lo estimado para la elaboración y presentación del trabajo.	No presento el trabajo.	20%
Responsabilidad	Elaboró el trabajo en los tiempos requeridos y bajo los indicadores establecidos en su totalidad.	Elaboró el trabajo casi en el tiempo requerido y bajo los indicadores establecidos.	Elaboró el trabajo mucho menos del tiempo requerido y bajo los indicadores establecidos.	No presento el trabajo.	20%
Creatividad y originalidad	El trabajo es excelente; muestra una gran cantidad de ideas que son infrecuentes e inusuales.	El trabajo es bueno; muestra algunas ideas que son infrecuentes e inusuales	El trabajo es regular; muestra al menos una idea infrecuente e inusual.	No presento el trabajo.	20%

6. Referencias de consulta de profundización.

<http://omarhanscc.blogspot.com/2012/10/importancia-del-voleibol-escolar.html>
<https://concepto.de/historia-del-voleibol/>