

TALLER DE ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS DE APOYO

PROCESO NIVELATORIO

**Área**: Voleibol **Grado**: 11 **Año:** 2024 - 2025

Nombre del estudiante: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*Los estudiantes que al finalizar el año lectivo hayan obtenido valoración de desempeño bajo dos (2) área del plan de estudios y hayan asistido como mínimo a 75% de las actividades académicas, pueden ser promovidos con programación de actividades complementarias de apoyo, las cuales se presentarán en sesión programada y previamente informada antes de iniciar el año lectivo siguiente y tendrán como plazo máximo para su recuperación el primer periodo académico del mismo.*

Observaciones Generales:

Desarrolle el taller correspondiente al área en la cual presentó debilidades académicas, según lo muestra el informe final entregado al acudiente al final del año lectivo.

Presentación:

El taller debe presentarse a mano completamente diligenciado con normas A.P.A. y ser entregado el 17 de enero, donde el estudiante dará cuenta de sus conocimientos y competencias.

**PREGUNTAS PROBLEMATIZADORAS**

1. ¿Cómo evaluo y hago seguimiento a mi condición físico por medio de pruebas y test que me permiten crear un plan de mejora y cómo aplico estas pruebas a la práctica del voleibol?

2. ¿Cómo puedo mejorar los fundamentos técnicos básicos y específicos que me permitan consolidar un mejor nivel de juego en la práctica del voleibol?

3. ¿Cómo mejorar mi condición física por medio del desarrollo de las capacidades condicionales y de las habilidades motrices básicas más utilizadas en el voleibol?

4. ¿Cómo puedo adquirir un pensamiento táctico adecuado que me permita mejorar mi rendimiento en la práctica deportiva del voleibol?

**5.** ¿Cómo reconocer y utilizar los gestos técnicos básicos para las diferentes situaciones de juego que se presentan en el voleibol?

**ACTIVIDADES:**

1. Explique cómo se realizan los golpes básicos del Voleibol (Antebrazos, dedos y saque por debajo).
2. ¿qué tipos de saque existen en el voleibol? Explíquelos
3. ¿Cuántas posiciones hay en el voleibol? describa brevemente cada una de ellas
4. Mencione 3 jugadas utilizadas comúnmente en el voleibol
5. ¿Cuáles son las condiciones para poder dar inicio de juego en el voleibol?
6. Explica ¿con qué partes del cuerpo se puede golpear el balón en el voleibol y de qué forma?
7. ¿En qué año y por quien fue creado el voleibol?
8. ¿Dónde se hizo popular el voleibol?
9. ¿Es obligatorio rotar en voleibol?
10. ¿Cuantas veces puede tocar el balón un jugador?

**Referentes bibliográficos**

* **Pagina FIVB**
* [**https://medac.es/blogs/deporte/saque-en-voleibol-tecnica-imprescindible-en-deporte**](https://medac.es/blogs/deporte/saque-en-voleibol-tecnica-imprescindible-en-deporte)
* **https://www.fevochi.cl/2010/05/10/principales-tecnicas-de-voleibol/**
* [**https://www.uv.es/sefe/DocsCompeticions/Voleibol/Reglamento\_oficial%20\_voleibol.pdf**](https://www.uv.es/sefe/DocsCompeticions/Voleibol/Reglamento_oficial%20_voleibol.pdf)
* [**https://fedpurvoli.com/wp-content/uploads/2021/01/HISTORIA-DEL-VOLEIBOL.pdf**](https://fedpurvoli.com/wp-content/uploads/2021/01/HISTORIA-DEL-VOLEIBOL.pdf)