



| | | | |
|--------------------------------|--|-------|--------|
| Nombre completo del estudiante | | Grupo | Quinto |
|--------------------------------|--|-------|--------|

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:
 ¿ Por qué el respeto de los derechos y el cumplimiento de los deberes de los seres humanos garantizan vivir en un ambiente de paz y de armonía en nuestro país?

| | | |
|----------------------|------------|------------------|
| AMBITOS CONCEPTUALES | DÍA 4 | ÁREA |
| VOLEIBOL | 22 DE MAYO | EDUCACIÓN FÍSICA |

EXPLORACIÓN
 Actividades previas

<https://www.youtube.com/watch?v=bRgj-Hz8dWQ>

Según el video de PAULA y los derechos de los niños en el mundo, contestar lo siguiente:

¿ Qué le puede pasar al cuerpo y a la mente de un niño cuando se le vulnera el derecho a jugar, a recrearse y practicar algún deporte? De varias explicaciones.

ESTRUCTURACIÓN
 Actividades de construcción conceptual

MOMENTO PARA APRENDER

Leer y PRACTICAR:

TOQUE DE DEDOS EN EL DEPORTE DEL VOLEIBOL

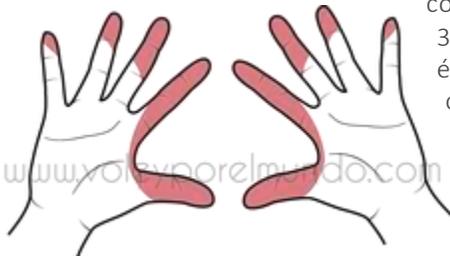
El toque de dedos es una técnica fundamental del voleibol que se utiliza principalmente para el pase de colocación o armado. Se trata de una acción técnica que permite una mayor precisión y dirección de la pelota, al tratarse de un toque en el que las articulaciones de la muñeca y dedos permiten una buena amortiguación y cambios en la dirección de vuelo del balón.

Diferentes fases durante la técnica de dedos:

1. Antes del golpeo: Desplazamientos previos al golpeo: El jugador visualiza el vuelo del balón e interpreta la trayectoria del mismo, se desplaza al lugar correcto y ajusta su posición bajo el balón y orientado hacia la zona a la que se quiere dirigir el pase.

2.- Contacto con el balón: El toque de balón se realiza cerca y por encima de la frente, con las manos abiertas en forma de copa. El contacto con el balón lo realizan sólo y exclusivamente las yemas de los dedos.

3.- Amortiguación de la trayectoria del balón: A medida que el balón se aproxima al jugador éste acompaña la trayectoria descendente con una flexión de las articulaciones de los codos, cadera, rodillas y tobillos, manteniendo la tensión en la articulación de las muñecas. 4.- Proyección del balón: A partir de la posición correcta de contacto con el balón, por delante y encima de los ojos, los ángulos de extensión de las articulaciones inciden sobre el tipo de trayectoria deseada: – Trayectoria vertical o parábola alta: Contacto del balón a ser posible con todos los dedos mediante las segundas falanges a excepción del meñique y el anular. Mediante una rápida absorción de la fuerza de recepción por parte de los codos y las muñecas, posteriormente se expulsa el balón hacia arriba culminando con una extensión general del cuerpo, pero de manera especial de los codos.



<https://voleyporelmundo.com/2018/01/17/toque-de-dedos/>

<https://www.youtube.com/watch?v=QPNXH8pnv4M>

TRANSFERENCIA
 Actividades de aplicación

MOMENTO PARA PRACTICAR:

Realizar lo siguiente: Comprar una bomba o globo no muy pequeño, inflarlo de aire, si no es posible obtener el globo con una bolsa no muy grande se infla de aire y se amarra fuertemente. y a jugar se dijo:

Propósito: Desarrollar Con El Juego EL TOQUE DE DEDOS..

Descripción del juego: Cada niño(a) individualmente golpea un globo o una bolsa pequeña llena de aire y amarrada Con Sus Dedos, con la Mano Abierta Y la Mano Cerrada (puño), derecha e izquierda y ambas manos a la vez, Utilizando Dicho Gesto E Intentando que este No caiga al suelo.



Reglas: Delimitar el espacio, el globo o la bolsa debe estar bien inflado y no debe caer. Se da un punto cada vez que el globo no cae al suelo.

Material/espacio: Globos o bombas, bolsas plásticas, Espacio libre de obstáculos.

Variantes de la actividad

- Golpear el globo con diferentes partes del cuerpo.
- Transportar el globo con la mano derecha y luego con la izquierda, con los dedos de forma de garra, derecha e izquierda.
- Realizar el gesto de golpear el globo o la bolsa pero el niño sentado, ambos manos y derecha y luego izquierda.
- Golpear el globo en forma alterna cambiando de mano y con ambas manos.
- Intentar hacer los gestos explicados en las Actividades de construcción conceptual con el implemento que elaboró varias veces, de pie, sentado, en cuclillas, de rodillas.



Recomendaciones: Indicarle a los niños que el globo no debe alejarse mucho de ellos, utilizar un espacio cerrado, el globo o la bolsa debe estar bien inflado.

Errores posibles: que golpeen el globo demasiado fuerte.

EVIDENCIA EVALUATIVA

FECHA DE REVISIÓN

MEDIO POR EL CUAL SE RECIBE EL TRABAJO

Correo electrónico juan@iefelixdebedoutmoreno.edu.co
Whatsapp: 300 7678154
HORARIO:
7:00 A 12:00 M

QUE RECIBIR

Fotos del trabajo del cuaderno o
Video de mínimo de 20 segundos y máximo de 30 de la actividad..