

Guía de estudio

EDUCACIÓN FÍSICA

Trabajo practico N°3 (5tos años, mujeres y varones.)

TURNO MAÑANA Y TURNO NOCHE

Responder:

- 1- ¿Cuál es el objetivo del juego?
- 2- ¿Cuántos jugadores pueden integrar un equipo?
- 3- ¿Dónde deben ubicarse los jugadores que no estén jugando?
- 4- ¿Cuándo un equipo gana un punto?
- 5- ¿Cuándo un equipo comete una falta?
- 6- ¿Cuándo se gana un set?
- 7- ¿Cuándo es ganado el partido?
- 8- ¿Cómo se numeran las posiciones de los jugadores?
- 9- ¿A quién le corresponde el primer saque?
- 10- ¿Qué sucede en el caso de que un jugador sea expulsado o descalificado?
- 11- ¿Cuándo el balón está “fuera”?
- 12- ¿En qué situación se permite la realización de un “toque asistido”?
- 13- ¿De qué modo puede tenerse contacto con el balón?
- 14- ¿Cuál es la función del capitán del equipo?

VOLEIBOL

Reglamento comentado

El voleibol es un deporte jugado por dos equipos, en una cancha dividida por una red.

La red está ubicada verticalmente sobre la línea central, cuyo borde superior se coloca a una altura de 2,43m para los hombres y 2,24 para las mujeres, se mide desde el centro de la cancha.

El campo de juego es un rectángulo de 18 x 9 m, rodeado por una zona libre de un mínimo de 3 m de ancho en todos sus lados. El espacio de juego libre es el espacio sobre el área de juego, libre de todo obstáculo y debe medir un mínimo de 7 m de altura a partir del piso.

El objetivo del juego es enviar el balón, por encima de la red, al piso del campo contrario e impedir que el oponente haga lo mismo. El equipo dispone de tres toques para retomar el balón (además del toque de bloqueo).

Un equipo puede componerse de un máximo de 12 jugadores: un Entrenador, un Asistente de Entrenador, un Masajista y un Médico.

Sólo los jugadores anotados en la hoja del encuentro pueden entrar al campo y participar del mismo. Una vez que el capitán y el entrenador han firmado la hoja del encuentro, la composición del equipo no puede modificarse.

Los jugadores que no estén jugando, deben sentarse en la banca de su equipo o estar en su área de calentamiento. El entrenador y los otros miembros del equipo deben sentarse en la banca, pero pueden abandonarla temporalmente.

Las bancas para los equipos se ubican a los lados de la mesa del anotador. Sólo los miembros del equipo pueden sentarse en la banca durante el juego y participar en la sesión de calentamiento. Los jugadores que no estén jugando pueden calentar sin usar balones.

Durante el partido el capitán del equipo actúa como capitán en juego mientras esté jugando. Cuando el capitán del equipo no se encuentra jugando, el entrenador o el capitán del equipo deben designar a otro jugador en el campo, excepto el Libero, que cumpla con esa función de capitán en juego. Este capitán en juego mantendrá sus atribuciones hasta que sea sustituido, retorne el capitán del equipo, o el set termine.

Cuando el balón está fuera de juego, sólo el capitán en juego está autorizado para hablar con los árbitros.

Si el capitán en juego no está de acuerdo con la explicación del 1er árbitro, puede protestar contra tal decisión e inmediatamente comunicarle al 1er árbitro que se reserva el derecho a registrar una protesta en la hoja del encuentro al término del partido.

A lo largo del encuentro, el entrenador conduce el juego de su equipo desde fuera de la cancha. El selecciona las formaciones iniciales, los sustitutos y pide los tiempos de descanso. En esas funciones, su contacto oficial es el segundo árbitro.

Un equipo que gana una jugada anota un punto. Cuando el equipo receptor gana una jugada, anota un punto y el derecho a efectuar el saque, y el equipo realiza una anotación en el sentido de las agujas del reloj. Un equipo marca un punto: por contactos favorables con el balón, con el piso del campo de juego adversario, cuando el equipo oponente comete una falta y cuando el equipo oponente recibe un castigo.

Un equipo comete una falta cuando realiza una acción de juego contraria a las reglas (o las viola de alguna u otra manera). Los árbitros juzgan las faltas y determinan sus consecuencias de acuerdo con estas reglas. Si dos o más faltas son cometidas sucesivamente, sólo la primera de ellas es tomada en cuenta. Si dos o más faltas son cometidas simultáneamente por dos adversarios, se declara "doble falta" y se repite la jugada.

Un set (excepto el decisivo - 5° set) es ganado por el equipo que primero anota 25 puntos, con una ventaja mínima de 2 puntos.

El partido se juega a 5 sets. El equipo que gana tres sets gana el partido en el caso de empate 2 - 2, el set decisivo (5°) se juega a 15 puntos con una diferencia mínima de dos puntos.

Antes del partido el primer árbitro realiza un sorteo para determinar a quién le corresponde el primer saque y que lados de la cancha ocuparán en el primer set. Si es necesario un set decisivo, se realizará un nuevo sorteo. El sorteo es realizado en presencia de los dos capitanes de los equipos. El ganador del sorteo elige una de las opciones: el derecho a sacar o recibir el ataque o el lado del campo.

Las posiciones de los jugadores se numeran de la siguiente forma:

Los tres jugadores colocados frente a la red son los delanteros y ocupan las posiciones 4 (delantero izquierdo), 3 (delantero centro) y 2 (delantero derecho). Los otros tres son jugadores zagueros y ocupan las posiciones 5 (zaguero izquierdo), 6 (zaguero centro) y 1 (zaguero derecho).

Después del golpe del saque, los jugadores pueden moverse y ocupar cualquier posición en su propia cancha y en la zona libre.

El equipo comete una falta de posición, si algún jugador no está en su posición correcta en el momento que el sacador golpea el bastón; si el sacador comete una falta de saque en el momento del golpe de saque, la falta de saque prevalece sobre la falta de posición; si el saque se transforma en falta después del golpe del saque, la falta de posición es la que debe sancionarse.

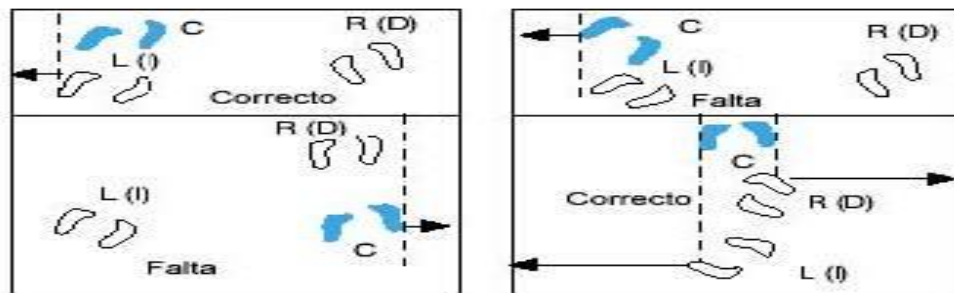
Ejemplo A:

Determinación de las posiciones entre un jugador delantero y el correspondiente jugador zaguero.



Ejemplo B:

Determinación de las posiciones entre jugadores de la misma línea.



C = Jugador Central
R(D) = Jugador Derecho
L (I) = Jugador Izquierdo

La sustitución requiere la autorización de los árbitros. La sustitución es el acto por el cual un jugador, después de haber sido registrado por el anotador, entra al juego a ocupar la posición de otro jugador, que debe abandonar el campo de juego (excepto el Libero).

Se permite un máximo de seis sustituciones por equipo por set. Puede sustituirse uno o más jugadores a la vez. Un jugador de la formación inicial puede salir del juego, (solo una vez en el set) y reingresar, pero sólo una vez por set y únicamente a su posición previa en la formación. Un jugador sustituto puede entrar al juego pero sólo una vez en el set, para reemplazar a un jugador de la formación inicial y, a su vez, puede ser reemplazado únicamente por el jugador a quién sustituyó.

Un jugador expulsado o descalificado debe ser sustituido mediante una sustitución reglamentaria. Si esto no es posible, el quipo es declarado incompleto.

El balón está "fuera" cuando: la parte del balón que toca el suelo está completamente fuera de las líneas que delimitan la cancha; toca un objeto fuera de la cancha, el techo o

una persona que no está en juego; toca las antenas, cuerdas, postes, o la propia red fuera de las bandas laterales; atraviesa el plano vertical de la red completa o parcialmente por fuera del espacio de paso; cruza completamente el espacio inferior por debajo de la red.

Dentro del área de juego no se permite a un jugador apoyarse en un compañero o en una estructura/objeto para alcanzar el balón. Sin embargo, un jugador que está a punto de cometer una falta (tocar la red, penetrar en el campo contrario, etc) puede ser detenido o rescatado por un compañero del equipo.

El balón puede tocar cualquier parte del cuerpo.

El balón debe ser golpeado, no tomado, ni lanzado. Puede rebotar en cualquier dirección.

El balón puede tocar varias partes del cuerpo, a condición que los contactos sean realizados simultáneamente.

Excepciones:

Durante el bloqueo se permiten contactos consecutivos entre uno o más bloqueadores a condición que ocurran en una misma acción.

En el primer toque del equipo el balón puede hacer contacto consecutivamente con varias partes del cuerpo, siempre que los contactos sean realizados durante una misma acción.

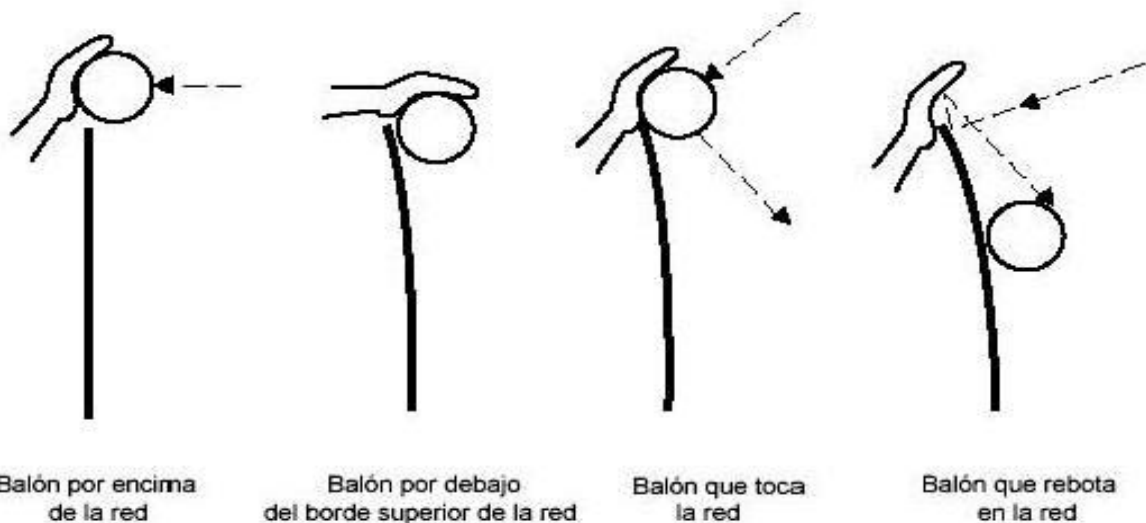
El líbero debe ser registrado en la hoja del encuentro antes del partido en la línea especial reservada para ello. Su número también debe ser registrado en la formación inicial para el primer set. El líbero no puede ser capitán del equipo ni capitán de juego.

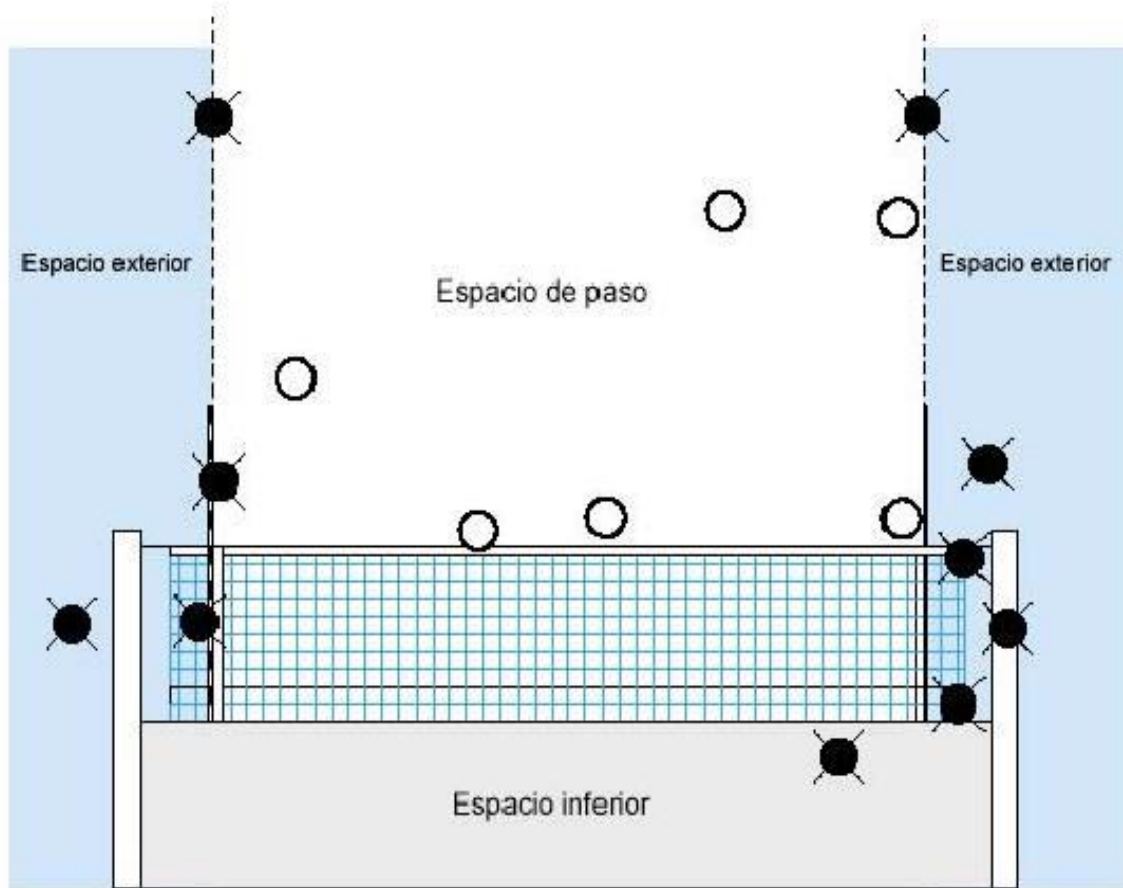
El jugador líbero debe vestir un uniforme cuya camiseta por lo menos contraste con el color de la de los otros miembros del equipo.

Se permite el Líbero reemplazar a cualquier jugador en posición de zaguero. Él/ella está restringido a actuar como jugador/a zaguero y no se le permite completar un golpe de ataque desde ningún lugar si al momento del contacto, el balón está completamente por encima del borde superior de la red.

Él/ella no puede sacar, bloquear o intentar bloquear.

Los reemplazos que involucran el Líbero no se cuentan como sustituciones regulares.





- = Falta
○ = Paso correcto

