

 Colegio República Argentina

O’Carrol  # 850- Fono 72- 2230332

|  |
| --- |
| Nombre: |
| Curso : Fecha: Del 27 al 30 de abril,2020 |
| OA: Retroalimentar aplicar, combinar y ajustar las habilidades motrices básicas y específicas en al menos un deporte de colaboración (voleibol). |

**Instrucciones: Conociendo y aplicado el objetivo de aprendizaje ya trabajado en las clases anteriores a través de las guías de actividades y guías complementarias, responde en tu cuaderno de educación física, con total honestidad.**

1.- ¿Cómo se puede definir el deporte voleibol?

2.- ¿Cuáles son las cualidades físicas básicas que se encuentran en este y todos los deportes?

3.- ¿Cual o cuales son las habilidades motrices básicas que se trabajan en este deporte?

4.- ¿Cuáles son las habilidades motrices específicas que se aplican en los fundamentos técnicos en este deporte?

5.-Al golpear el balón con el antebrazo ¿Qué habilidad motriz básica predomina y cuál es la habilidad específica?

6.-Al realizar un saque para dar inicio a un partido ¿Qué habilidad motriz básica que se ejecuta y cuál es la habilidad especifica?

7.- ¿Cuándo se aplica la coordinación y el equilibrio en el voleibol?

.

**Selección múltiple. Marque la alternativa correcta y enciérrala en un círculo**.

**1.-El saque se utiliza para:**

A.-Dar inicio a un partido.

B.-Finalizar la jugada.

C.-Se utiliza cuando es necesario.

D.-Entre jugadas.

2.-**Las cualidades físicas básicas deportivas en una persona son:**

A.-Resistencia.

B.-Agilidad.

C.-Concentración.

D.-Todas las anteriores.

3.-**Las habilidades motrices básicas deportivas que se trabajan en una clase de educación física son:**

A.-Perseverancia.

B.- Locomoción.

C.- Optimismo.

D.-Empatía..

4.-**El balón de voleibol se golpea** **con:**

A.- Siempre con los pies.

B.- Solo con las manos.

C.-Con las manos y alguna otra parte de tu cuerpo cuando la situación lo requiere.

D.-Solo con el antebrazo.

5.-**Las habilidades motrices específicas en este deporte son**:

A.- Recepcionar el balón.-

B.-Controlar el balón.

C.-Mirar el balón.

D.-Deslizar por el cuerpo.

6**.-Cuando realizo el fundamento técnico remache en la cancha:**

A.- Se utilizan las 2 manos.

B.- Se utiliza solo una mano.

C.-Se puede utilizar una mano y el hombro.

D.-Se utiliza solo la punta de los dedos de una mano.

7.-**Cuando utilizo el fundamento técnico golpe de dedos o voleo:**

A.-Se golpea con la mano extendida.

B.-Se golpea con los brazos flectados y con la yema de todos los dedos.

C.-Se golpea con los brazos flectados y con la yema de algunos dedos.

D.-Se golpea con la mano en forma de puño.

**Nota:**

**Observa las imágenes para que puedas realizar mejor la selección múltiple.**

 hacer que cambie todo a su favor.