

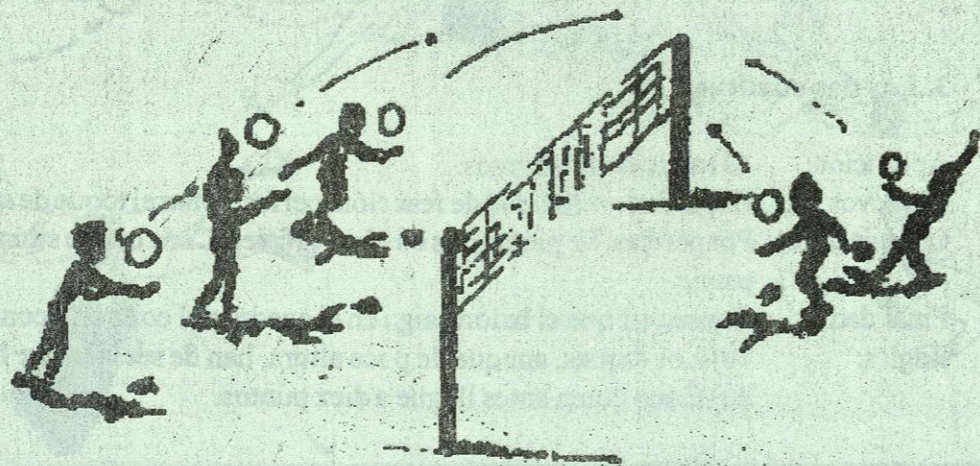
4. La diana

- Aplicación: Al saque.
 Objetivos: Precisión en el saque y seguridad.
 Organización: Por parejas. Con un balón cada dos.
 Finalidad: Cada jugador realiza cinco toques, intentando dar a un círculo dibujado en la pared.
 Reglas:
 1o) Desde una distancia determinada.
 2o) Gana quien dé más veces en el círculo.



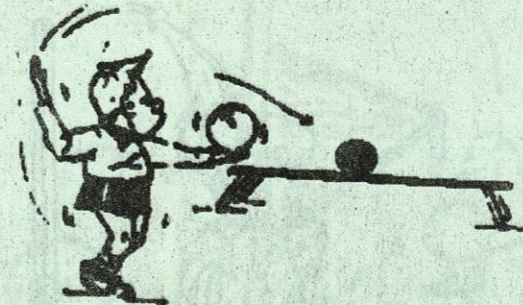
5. Balones fuera

- Aplicación: Al saque.
 Objetivos: Rápida ejecución del saque, velocidad de reacción, velocidad del brazo de golpeo.
 Organización: Dos equipos, uno a cada lado de la red, cada jugador con un balón.
 Finalidad: A la señal, los dos equipos realizan saques, intentando que al finalizar el tiempo dado haya más balones en el campo con rario.
 Regla:
 Saques desde el fondo.
 Variantes:
 1o) Con saques de abajo o de tenis.
 2o) Variando la distancia de realización, según el nivel técnico.



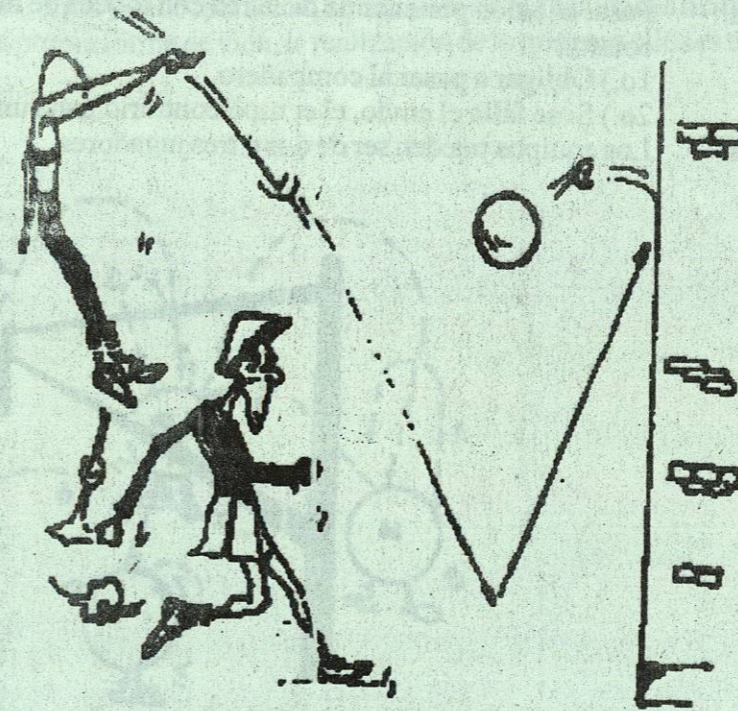
6. Balón sobre la torre

- Aplicación: Al remate.
 Objetivos: Ejecución rápida del remate, precisión.
 Organización: Dos equipos, Cada uno en un campo. En el centro, un balón medicinal sobre un banco. Cada jugador con un balón.
 Finalidad: Mediante remates, intentar tirar el balón medicinal al suelo.
 Reglas:
 1o) Establecer una distancia.
 2o) Gana el equipo que tire antes el balón.



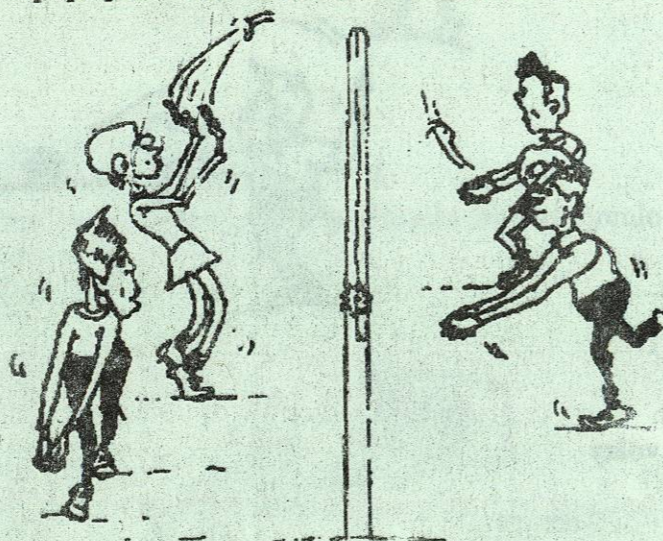
7. Frontón voley

- Aplicación: Al remate.
 Objetivos: Velocidad en los desplazamientos, ejecución del elemento técnico.
 Organización: Por parejas, con un balón frente a una pared.
 Finalidad: Remates contra la pared (con un bote antes en el suelo) alternativamente.

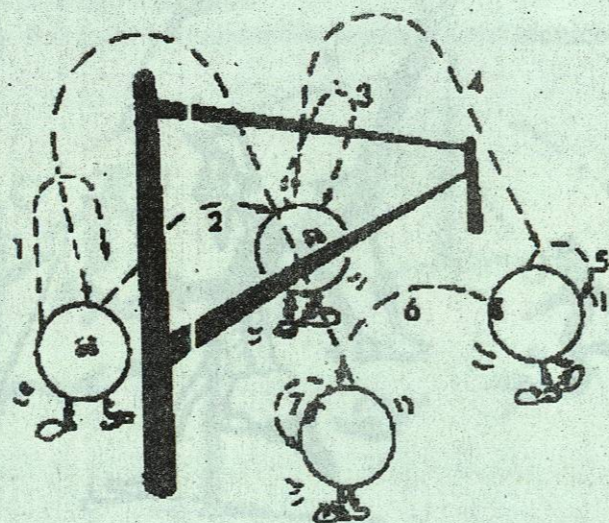


8. Voleibol tenis

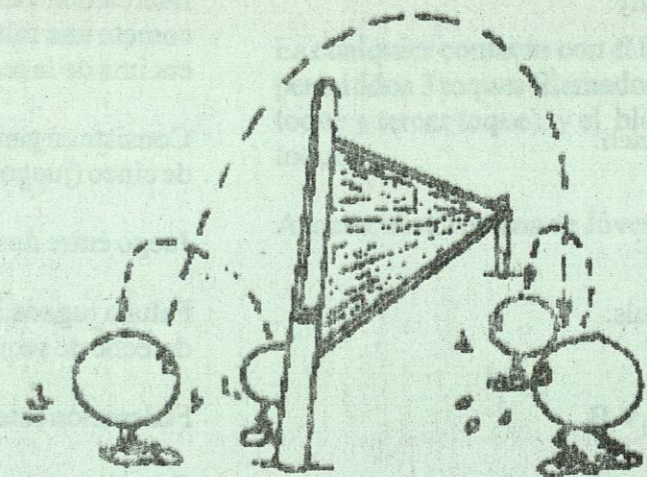
- Aplicación:** A la iniciación táctica.
Objetivos: Perfeccionar los diferentes elementos técnicos, crear situaciones de colaboración con los compañeros.
Organización: Dos parejas enfrentadas a través de la red. Un solo balón.
Finalidad: Realizar toques de dedos o antebrazos por encima de la red, después de un bote.
Reglas: 1o.) Obligación de realizar un pase al compañero de equipo antes del envío al campo contrario.
 2o.) Un punto para el contrario cuando se falle la devolución.
Variantes: El equipo puede formarse de dos o tres jugadores.

**9. Voleibol con autopase**

- Aplicación:** A la iniciación táctica.
Objetivos: Perfeccionar la técnica, crear y coordinar acciones con los compañeros.
Organización: Dos parejas enfrentadas a través de la red. Un solo balón.
Finalidad: Pasar el balón por encima de la red con toques de dedos o antebrazos tras un pase control.
Reglas: 1o.) Obligar a pasar al compañero.
 2o.) Si se falla el envío, el equipo contrario gana un punto.
Variantes: Los equipos pueden ser de dos o tres jugadores.

**10. Balón volador**

- Aplicación:** A la iniciación táctica.
Objetivos: Crear relaciones de colaboración, tomar conciencia del terreno, de los compañeros y del balón.
Organización: Por parejas, enfrentadas a través de la red. Un solo balón.
Finalidad: Hacer el mayor número posible de pases por encima de la red, éste ha de pasar por los dos componentes del equipo.



Así como hemos considerado esencial la utilización de juegos como medio o forma de iniciación al Voleibol en sus aspectos técnicos y tácticos, también aquí, en la adquisición de cualidades físicas.

A través de esta forma de presentación planteamos al joven actividades interesantes espontáneas, creativas, y sin ningún tipo de formalismo.

Debemos ofrecer al alumno una actividad placentera y natural que promueva el desarrollo de su imaginación, de su capacidad creadora, que mejore su espíritu de superación ante un factor competitivo, que estimule su colaboración y su cooperación, que desarrolle sus facultades físicas de forma general. Esto es, ofrecer al joven su propia forma de vida, la realización de lo que para ellos es un trabajo serio: el juego.

GLOSARIO DE VOLEIBOL

1. Fildear: Acción en la que un equipo recibe el saque.
2. Hits: Golpes necesarios, o toques, 3 ó 4, para devolver la pelota por encima de la red.
3. Rally: Intercambio del balón por los dos equipos, hasta que se comete una falta o no puede devolver la pelota por encima de la red.
4. Match: Consiste en ganar dos sets de tres (juego nacional), y uno de cinco (juego internacional).
5. Set: Juego entre dos equipos hasta 17 puntos.
6. Fouls: Falta o jugada sucia, por la que pierdes un punto, o el derecho de saque.
7. F.I.V.B. Federación Internacional de Voleibol.
8. Clavada: Constituye el arma ofensiva clave en el Voleibol, se conoce también como ataque o remate.
9. Setter: Jugador que se coloca cerca de la red, cuando su equipo está en recepción para hacer la elevación, se conoce como elevador, colocador o distribuidor de juego.
10. Área de juego: Es toda la zona practicable para jugar al Voleibol en un partido. Está compuesta por la cancha de juego y la zona libre. Es decir si un balón va hacia las gradas es válido subirse por ellas para intentar salvar esa jugada.
11. Batida: Salto, es el gesto previo al remate, después de 2 ó 3 pasos.
12. Central: Jugador que ocupa las posiciones centrales del campo, es decir, la zona 3 cuando está en primera línea y la zona 4 cuando está en segunda línea.
13. Chino: Modalidad de saque que se realiza de manera similar a un remate, pero desde la línea de fondo (saque en suspensión).
14. Corta: Remate rápido o primer tiempo que se suele realizar por los centrales.
15. Espacio de paso: Es la única zona por donde se puede pasar el balón al campo contrario de manera reglamentaria, está delimitado por las varillas (antenas).
16. Primera línea: Se refiere a los 3 jugadores que están en las zonas de la (2,3 y 4) o zona de ataque.

17. Segunda línea: Se refiere a los tres jugadores que están en las zonas zagueras (5, 6 y 1), su misión es evitar que la pelota caiga al campo, aunque también pueden rematar desde esta zona.
18. Tensa: Es el pase rápido del colocador hacia la zona 4, el balón irá a gran velocidad y a muy baja altura.
19. Toque: Es cualquier contacto con el balón, en el juego sólo son permitidos 3 toques (llamados primer toque, segundo toque y tercer toque), y el bloqueo no cuenta como toque.
20. Y.M.C.A.: Asociación Cristiana de Jóvenes.