



**CURSO: 8ºA / 8ºB**

**ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD**

**PROFESORA: Marcela Rojas C.**

**Guía 6**

**OBJETIVO DE APRENDIZAJE:**

- Seleccionar, combinar y aplicar con mayor dominio las habilidades motrices específicas de locomoción, manipulación y estabilidad en, al menos: Un deporte de oposición y colaboración.

**OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD:**

- Practicar fundamentos básicos técnicos del deporte colectivo del voleibol.

**ACTIVIDAD**

- Observar los siguientes videos, de saque, pase de dedos y antebrazo.

<https://www.youtube.com/watch?v=Ro8UAWYUqCs&t=42s>

<https://www.youtube.com/watch?v=uNFRwBGu-Rg>

<https://www.youtube.com/watch?v=dVAv-bo6PV4&t=29s>

- Realizar pasos metodológicos con cada ejercicio.
- Practicar 5 minutos cada ejercicio que aparece en el video, no olvidar realizar calentamiento antes de comenzar a trabajar.
- Materiales: 1 balón de Voleibol

Observación: Si no posee un balón de Vóleibol lo puede realizar con una pelota de goma o balón de fútbol.

**Instrucciones:**

1. De la guía N°6 puedes enviar, al menos 5 fotos o video, practicando cada ejercicio.

Marcela Rojas Correo: [cisternarojasmarcela@gmail.com](mailto:cisternarojasmarcela@gmail.com)

Whatsap +56965235837

- 2.- Fecha de recepción: 05 de junio.

- 3.- Ante cualquier duda que se presente, podrá escribir al correo anteriormente mencionado.

Rgua. Mayo 2020