

Nombre _____

Voleibol



1. Describir las reglas actuales de la FIVB (Federación Internacional de Voleibol) y mencionar las 8 reglas principales del voleibol.

- | | |
|----------|----------|
| 1. _____ | 5. _____ |
| 2. _____ | 6. _____ |
| 3. _____ | 7. _____ |
| 4. _____ | 8. _____ |

2. ¿Qué significa la expresión «juego limpio», especialmente a un cristiano?

3. Definir los siguientes términos:

Punto de saque directo _____

Toque con apoyo/asistido _____

Ataque _____

Golpe bajo/recepción _____

Cargar _____

Levantar _____

Defensa _____

Nombre _____

Finta _____

Golpe doble _____

Engaño de colocador _____

Sistema de juego cinco-uno y seis-dos _____

Bola libre _____

Lucha _____

Remate _____

Líbero _____

Punto de partido _____

Centrales _____

Opuestos _____

Atacante por zona 4 _____

Rotación _____

Servicio/saque _____

Colocar _____

Nombre _____

Clavar _____

Tiempo técnico _____

4. Demostrar y comprender las diferentes habilidades exigidas en cada posición de voleibol.
5. Demostrar habilidad razonable en las siguientes áreas:
 - a. Saque bajo
 - b. Saque alto: flotante
 - c. Pasar
 - d. Golpear
 - e. Bloquear
 - f. Colocar
 - g. Rodear
6. Si es un jugador principiante, pasar por lo menos 4 horas aprendiendo y mejorando sus habilidades de voleibol. Si es un jugador experimentado, pasar por lo menos 4 horas ayudando a una persona menos habilidosa o más joven a mejorar sus habilidades en voleibol.
7. Jugar al menos 10 partidos de voleibol con un equipo completo (6 personas). Mostrar un «juego limpio» durante las prácticas y los juegos.
8. Hacer un informe por medio de una página, un drama u otra exhibición sobre un famoso jugador de voleibol. Discutir por qué sí es o no es un buen modelo cristiano.
9. Dibujar a escala una cancha de voleibol con sus límites adecuadamente definidos. Marcar las dimensiones incluyendo la altura de la red, líneas laterales, líneas de fondo, líneas de ataque y línea central.
10. Discutir con su líder, pastor o instructor sobre los problemas que enfrenta la juventud adventista del séptimo día que quisiera competir al nivel secundario y universitario. ¿Qué alternativas existen para permitir una actividad deportiva continua?

Nombre _____

11. Descubrir y evaluar qué dice Elena G. de White sobre el uso apropiado de los deportes competitivos por los cristianos.

12. Compartir por lo menos una lección espiritual que haya aprendido de su experiencia con un equipo de voleibol.

Fecha completada: _____

Instructor/asesor: _____