

**Etapa:**

E.S.O.

**Ciclo:**

1

**Lugar:**

Pista polideportiva o gimnasio.

**Material:**

Sin material.

**Bloque Específico:**

JUEGOS Y DEPORTES.

**Objetivo a desarrollar:**

Practicar posiciones fundamentales de voleibol (bajas, medias y altas).

**Organización:**

Gran grupo.

**Desarrollo:**

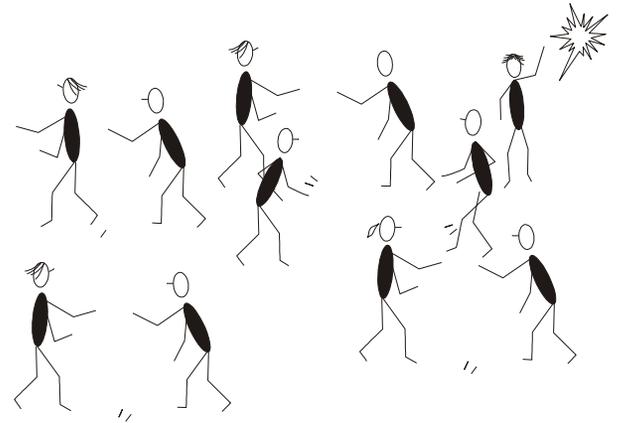
Todo el grupo correrá de un lado a otro por el terreno de juego, sin chocar con los compañeros, al oír la señal del profesor (su voz ordenando una posición, alta, media o baja) tendrán que parar y adoptar la posición elegida. Al oír la orden de "carrera" comenzarán todos a correr.

**Reglas:**

Sin reglas.

**Variantes:**

Introducir los desplazamientos; pasos deslizantes, girados, laterales, carreras y saltos.

**Gráfico:**

**Etapa:**

E.S.O.

**Ciclo:**

1

**Lugar:**

Pista polideportiva o gimnasio.

**Material:**

Lápiz y papel.

**Bloque Específico:**

JUEGOS Y DEPORTES.

**Objetivo a desarrollar:**

Mejorar el control de las posiciones fundamentales en voleibol.

**Organización:**

Gran grupo.

**Desarrollo:**

Se colocan los niños al fondo del terreno de juego, uno se queda en el otro extremo mirando a la pared escribiendo en un papel una posición fundamental, cuando termine gritará "un, dos, tres, posición otra vez". Los demás adoptarán una posición fundamental. Al volverse leerá lo que ha escrito y los niños que coincidan con esta posición la repetirán varias veces..

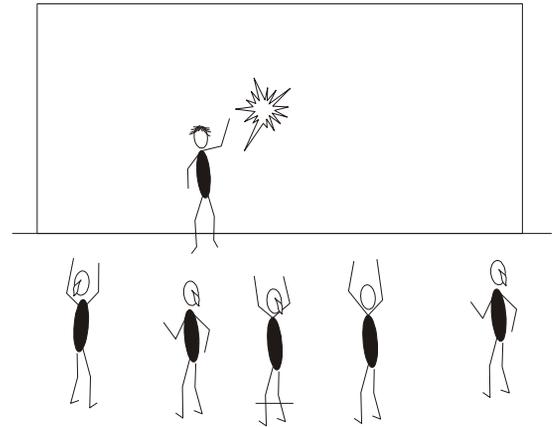
**Reglas:**

Ganará el último o los últimos que sus posiciones no coincidan con el que escribe. El niño que escribe se irá cambiando.

**Variantes:**

Se puede realizar el juego con desplazamiento de los niños mientras el que se da la vuelta escribe.

**Gráfico:**



**Etapa:**

E.S.O.

**Ciclo:**

1

**Lugar:**

Pista polideportiva.

**Material:**

Sin material.

**Bloque Específico:**

JUEGOS Y DEPORTES.

**Objetivo a desarrollar:**

Mejorar la agilidad de desplazamiento sobre la pista de voleibol.

**Organización:**

Pequeño grupo.

**Desarrollo:**

Cada grupo se coloca al fondo de la pista de voleibol. A la señal el profesor el primer componente de cada grupo saldrá intentando realizar el siguiente recorrido lo antes posible y pasar el relevo a su compañero.

Recorrido: Avanzar hasta la primera línea de campo, tocarla con la mano y retroceder a la salida. Avanzar de nuevo hasta la siguiente línea de campo para retroceder a la anterior, y así hasta completar todas las líneas de campo y volver a la salida.

**Reglas:**

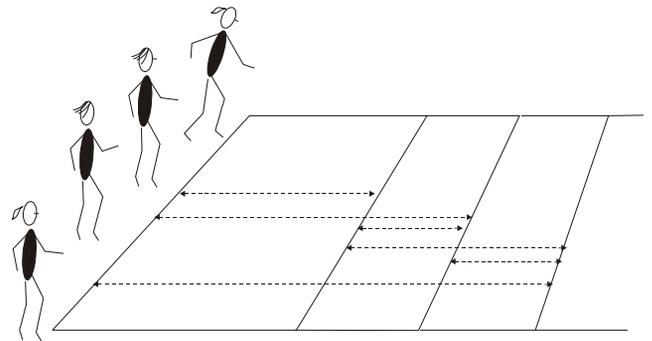
No está permitido avanzar o retroceder sin tocar previamente con la mano la línea correspondiente. Gana el equipo que antes termine.

**Variantes:**

Modificar el orden de las líneas.

Tocar las líneas con otra parte del cuerpo (pie, codo...).

**Gráfico:**



**Etapa:**

E.S.O.

**Gráfico:****Ciclo:**

1

**Lugar:**

Pista polideportiva o gimnasio.

**Material:**

Sin material.

**Bloque Específico:**

JUEGOS Y DEPORTES.

**Objetivo a desarrollar:**

Mejorar la coordinación de las posiciones fundamentales y los desplazamientos en voleibol.

**Organización:**

Por parejas.

**Desarrollo:**

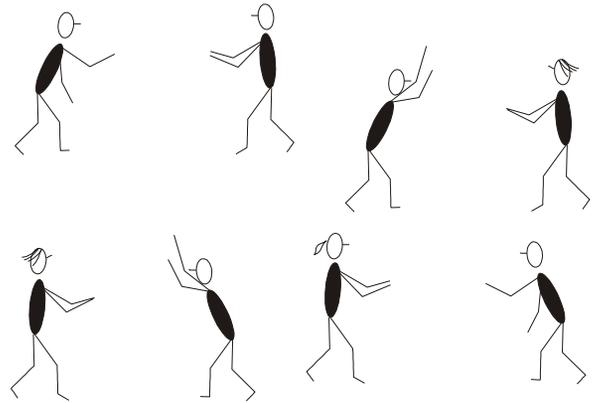
Se colocan las parejas distribuidas por todo el terreno de juego. Uno de ellos irá dando órdenes al compañero que debe realizar correctamente. Estas serán: posición alta, posición media, posición baja, pasos deslizantes, pasos girados, pasos laterales, carrera frontal, carrera de espalda y saltos.

**Reglas:**

Al oír la señal del profesor se cambiarán los roles.

**Variantes:**

El juego se puede realizar imitando lo que hace el compañero e identificando lo que hace.



**Etapa:**

E.S.O.

**Ciclo:**

1

**Lugar:**

Pista polideportiva.

**Material:**

Pelotas de voleibol.

**Bloque Específico:**

JUEGOS Y DEPORTES.

**Objetivo a desarrollar:**

Mejorar la precisión del toque de dedos en voleibol.

**Organización:**

Individual.

**Desarrollo:**

Cada niño con una pelota de voleibol irá dándole toques de dedos hasta que se le caiga al suelo.

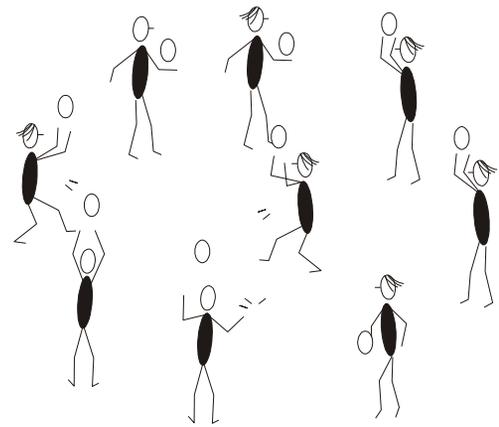
**Reglas:**

Se irán anotando los toques que realice cada niño, para ir mejorando su marca.

**Variantes:**

Realizar el juego dejando caer la pelota para dar un bote y luego realizar el toque de dedos.

**Gráfico:**



**Etapa:**

E.S.O.

**Ciclo:**

1

**Lugar:**

Pista polideportiva.

**Material:**

Pelotas de voleibol.

**Bloque Específico:**

JUEGOS Y DEPORTES.

**Objetivo a desarrollar:**

Fomentar el dominio del toque de dedos en voleibol.

**Organización:**

Pequeño grupo.

**Desarrollo:**

Cada grupo se coloca en círculo mirando a un compañero que estará en el centro, éste con toques de dedos irá pasando a sus compañeros de forma ordenada, como dibujando las "agujas del reloj", es decir que cada vez que pase a un niño, éste se la pasará de nuevo a él.

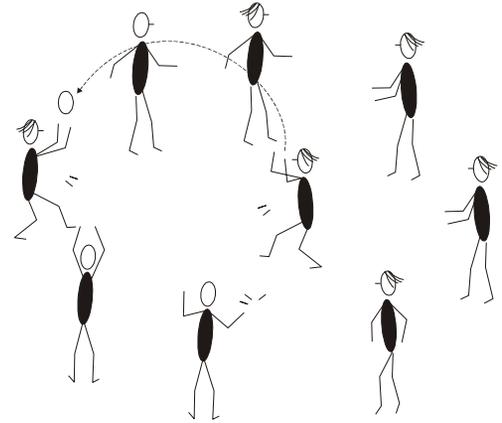
**Reglas:**

El niño del centro se irá cambiando cada vez que "las agujas del reloj" den una vuelta.

**Variantes:**

Realizar el juego sentados en el suelo.  
Cambiar el toque de dedos por el de antebrazos.

**Gráfico:**



**Etapa:**

E.S.O.

**Gráfico:****Ciclo:**

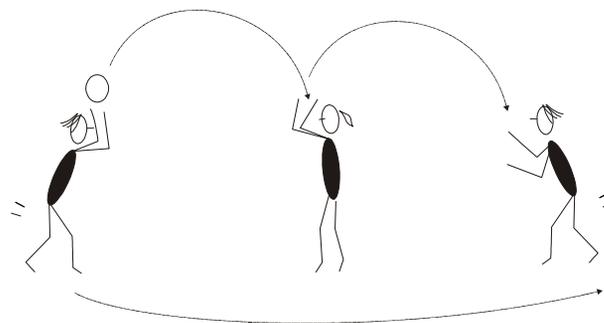
1

**Lugar:**

Pista polideportiva o gimnasio.

**Material:**

Pelotas de voleibol.

**Bloque Específico:**

JUEGOS Y DEPORTES.

**Objetivo a desarrollar:**

Mejorar el dominio del pase adelante y de espalda con toque de dedos en voleibol.

**Organización:**

Tríos.

**Desarrollo:**

El tren está formado por tres vagones (niños) que se irán cambiando de posición según se avance.

Se sitúan; el primero y el segundo de frente, el tercero detrás del segundo, a unos dos metros de distancia cada uno.

El primero lanza la pelota hacia arriba y con un toque de dedos la pasa al segundo, rápidamente se coloca detrás del tercero. El segundo pasa la pelota con toque de dedos hacia atrás y se da vuelta quedándose frente al que recoge la pelota, el tercero, éste la pasa de nuevo al que se ha girado y comienza otra vez el juego.

**Reglas:**

Tendrán que recorrer una distancia fijada.

El grupo que antes llegue a la meta será el vencedor.

**Variantes:**

Con grupos más numerosos realizar sólo pases hacia atrás.

**Etapa:**

E.S.O.

**Ciclo:**

1

**Lugar:**

Donde haya una pared.

**Material:**

Pelotas de voleibol.

**Bloque Específico:**

JUEGOS Y DEPORTES.

**Objetivo a desarrollar:**

Mejorar la práctica del toque de dedos en voleibol.

**Organización:**

Individual.

**Desarrollo:**

Cada niño frente a una pared irá lanzando el balón con toques de dedos, sin retenerlo.

**Reglas:**

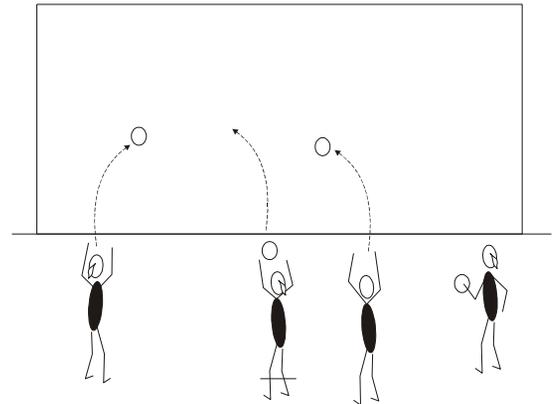
Se irán contabilizando los toques de cada niño sin que el balón caiga al suelo. El niño se puede desplazar de un lado a otro y hacia delante y atrás.

**Variantes:**

Realizar el juego sentado en el suelo.

Jugar dos niños a la vez dando toques alternativos.

**Gráfico:**



**Etapa:**

E.S.O.

**Ciclo:**

1

**Lugar:**

Pista polideportiva.

**Material:**

Pelotas de voleibol.

**Bloque Específico:**

JUEGOS Y DEPORTES.

**Objetivo a desarrollar:**

Mejorar el dominio del toque de antebrazos.

**Organización:**

Pequeño grupo.

**Desarrollo:**

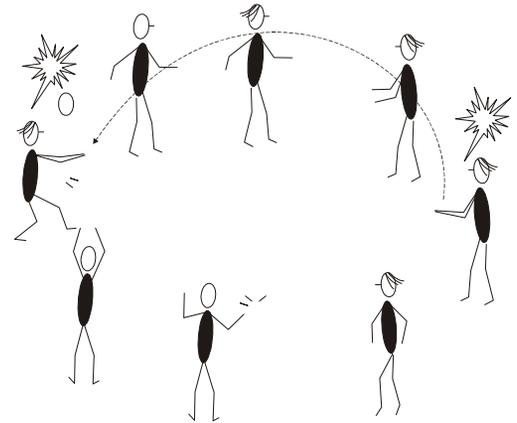
Se distribuyen los grupos por el terreno de juego, con una pelota cada uno. Comienza un miembro del equipo con toque de antebrazos, gritando la letra "A", se irán pasando nombrando todas las letras del alfabeto, hasta que lleguen a la última o hasta que el profesor lo diga, si esto ocurre ganará el equipo que consiga llegar a las últimas letras.

**Reglas:**

Si la pelota cae al suelo o no se le da con toque de antebrazos deben empezar de nuevo por la letra "A".

**Variantes:**

Ir alternando el toque de antebrazos con el toque de dedos.

**Gráfico:**

**Etapa:**

E.S.O.

**Gráfico:****Ciclo:**

1

**Lugar:**

Pista polideportiva.

**Material:**

Balones de voleibol.

**Bloque Específico:**

JUEGOS Y DEPORTES.

**Objetivo a desarrollar:**

Mejorar la coordinación óculo manual perfeccionando el toque de dedos y antebrazos.

**Organización:**

Pequeño grupo.

**Desarrollo:**

Los grupos se sitúan en un lado de la pista, formando parejas. A la voz de "ya" los dos primeros de cada grupo se desplazarán hacia delante pasándose la pelota mediante toques de dedos y antebrazos. Llegarán al otro extremo y regresarán igual, mediante pases. Al llegar pasarán la pelota a los dos siguientes que realizarán lo mismo.

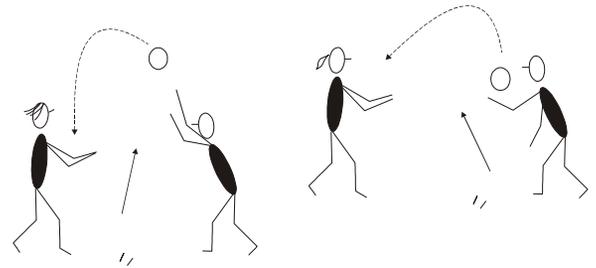
**Reglas:**

Si se cae la pelota volverán a comenzar desde el principio hasta tres veces, a la cuarta seguirán por donde se les ha caído la pelota.

Gana el primer grupo que terminen todos sus componentes la realización del recorrido.

**Variantes:**

Realizar el recorrido dejando botar la pelota entre los pases.



**Etapa:**

E.S.O.

**Ciclo:**

1

**Lugar:**

Pista polideportiva.

**Material:**

Pelotas de voleibol y tizas.

**Bloque Específico:**

JUEGOS Y DEPORTES.

**Objetivo a desarrollar:**

Practicar movimientos coordinados mediante toques de dedos y antebrazos.

**Organización:**

Por parejas.

**Desarrollo:**

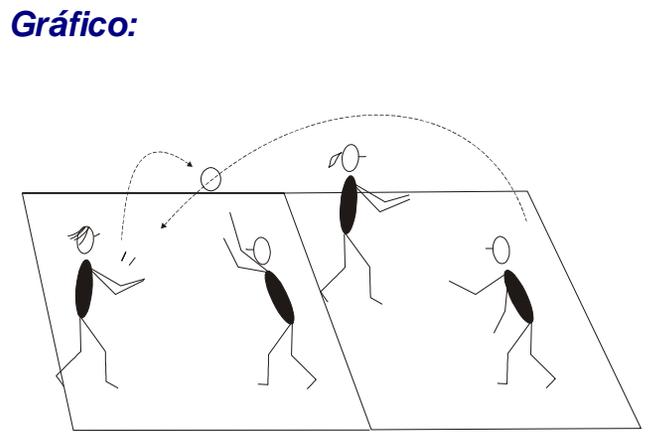
Se pinta en el suelo dos rectángulos de unos diez metros cuadrados, unidos por uno de los lados más grande, en cada uno de ellos se colocan dos niños, los cuales deben pasar la pelota con toques de dedos y antebrazos a sus dos compañeros situados frente a ellos.

**Reglas:**

Cada vez que la pelota caiga en un rectángulo pierde la pareja situada dentro de él. Si la pelota cae fuera, pierde la pareja que lo haya tocado por última vez. Gana la pareja que llegue a diez tantos.

**Variantes:**

Ampliar el terreno de juego y aumentar el número de jugadores.



**Etapa:**

E.S.O.

**Ciclo:**

1

**Lugar:**

Donde haya una pared.

**Material:**

Pelotas de voleibol y tizas.

**Bloque Específico:**

JUEGOS Y DEPORTES.

**Objetivo a desarrollar:**

Mejorar la técnica del saque en voleibol.

**Organización:**

Individual.

**Desarrollo:**

En la pared se pinta una rayuela. Los jugadores deben de lanzar con un saque bajo e ir dando a todos los números de forma ordenada.

**Reglas:**

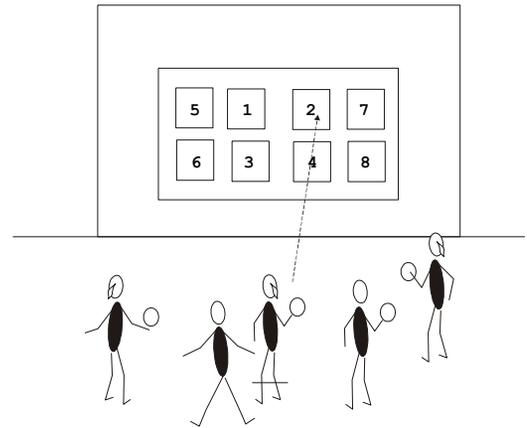
Si no da al número correspondiente pasa el turno, cuando le toque otra vez seguirá por el número en que se quedó.

Gana el niño que llegue antes al número diez.

**Variantes:**

Realizar el juego cambiando el saque: lateral, de tenis, de gancho, etc.

**Gráfico:**



**Etapa:**

E.S.O.

**Ciclo:**

1

**Lugar:**

Pista polideportiva.

**Material:**

Pelotas y red de voleibol.

**Bloque Específico:**

JUEGOS Y DEPORTES.

**Objetivo a desarrollar:**

Mejorar el dominio del saque de voleibol.

**Organización:**

Por parejas.

**Desarrollo:**

Se sitúan las parejas, uno a cada lado de la red, a un metro y medio. Uno saca hacia el otro lado, cada vez que lo consiga da un paso atrás.

**Reglas:**

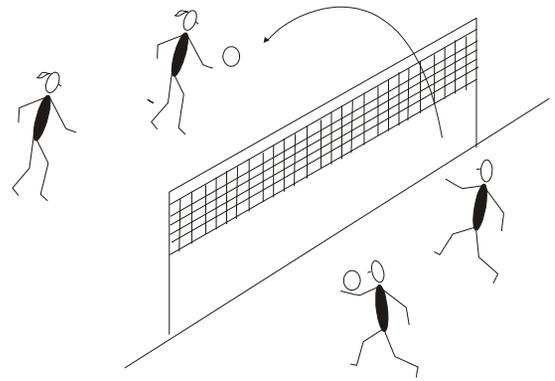
Al dar el paso atrás, lanzará el balón el otro compañero.

Ganará el niño que llegue antes al final de la pista.

**Variantes:**

Uno saca y el otro recepciona y pasa con toques de dedos o de antebrazos.

**Gráfico:**



**Etapa:**

E.S.O.

**Ciclo:**

1

**Lugar:**

Pista polideportiva.

**Material:**

Balones y red de voleibol.

**Bloque Específico:**

JUEGOS Y DEPORTES.

**Objetivo a desarrollar:**

Mejorar la precisión del saque de voleibol.

**Organización:**

Gran grupo.

**Desarrollo:**

Se divide la clase en dos grandes grupos, cada niño con un balón. A la señal dada por el profesor irán sacando hacia el campo contrario, pasando la red, recogiendo balones del suelo y volviendo a sacar.

A la señal dada, parará el juego, contabilizándose los balones que hay en cada campo.

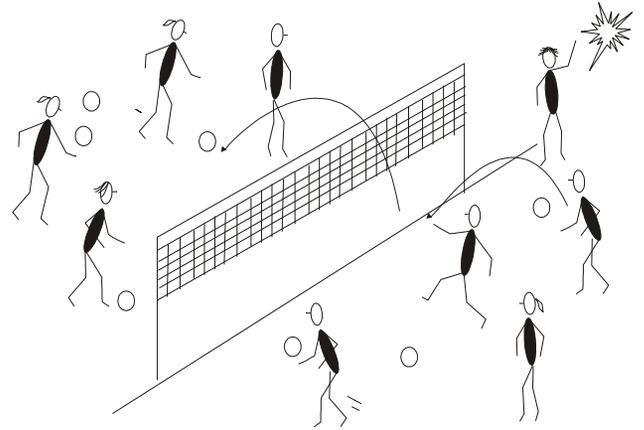
**Reglas:**

El equipo que menos balones tenga en su campo ganará.

**Variantes:**

Sin variantes.

**Gráfico:**



**Etapa:**

E.S.O.

**Ciclo:**

1

**Lugar:**

Pista polideportiva.

**Material:**

Balones de voleibol y cajones de plinto.

**Bloque Específico:**

JUEGOS Y DEPORTES.

**Objetivo a desarrollar:**

Practicar la técnica del saque de voleibol.

**Organización:**

Pequeño grupo.

**Desarrollo:**

Cada grupo se sitúa a unos quince metros de cinco cajones de plinto, sin la parte acolchada. Con saques deben introducir los balones dentro, si cae fuera lo recogerá y lanzará otra vez.

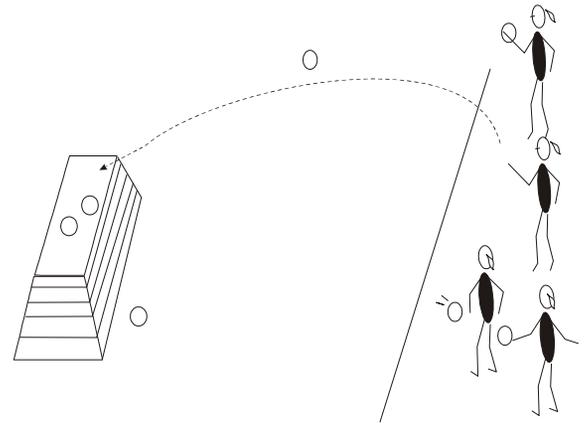
**Reglas:**

Ganará el equipo que introduzca antes los balones.

**Variantes:**

Cambiar la distancia y la forma de los saques.

**Gráfico:**



**Etapa:**

E.S.O.

**Ciclo:**

1

**Lugar:**

Pista polideportiva.

**Material:**

Balones de voleibol y medicinales.

**Bloque Específico:**

JUEGOS Y DEPORTES.

**Objetivo a desarrollar:**

Mejorar la ejecución del remate en voleibol.

**Organización:**

Pequeño grupo.

**Desarrollo:**

En una línea de salida se encuentran los equipos con un balón medicinal y dos de voleibol. A la voz de "ya", los jugadores deberán ir dando golpes con remates al balón medicinal para que éste avance y llegue a una línea de meta fijada.

**Reglas:**

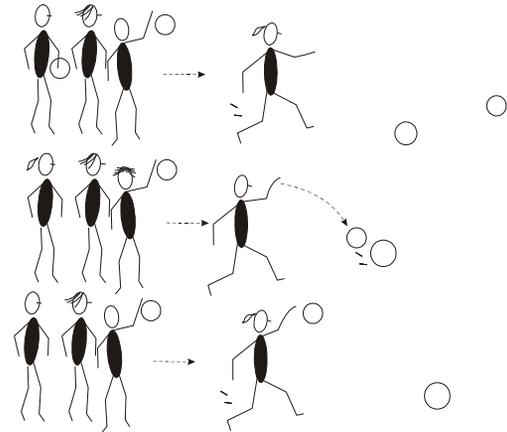
Todos los jugadores de cada equipo irán rotando para hacer los remates, éstos se harán a unos dos metros del balón medicinal.

Gana el equipo que consiga hacer llegar el balón medicinal antes a la meta.

**Variantes:**

Sin variantes.

**Gráfico:**



**Etapa:**

E.S.O.

**Ciclo:**

1

**Lugar:**

Pista polideportiva.

**Material:**

Balones de voleibol y un balón medicinal.

**Bloque Específico:**

JUEGOS Y DEPORTES.

**Objetivo a desarrollar:**

Practicar la ejecución del remate en voleibol.

**Organización:**

Gran grupo.

**Desarrollo:**

Se divide en dos grupos la clase y se sitúan uno a cada lado de la pista. En medio se coloca un balón medicinal.

Irán lanzando ordenadamente con remates, alternándose los equipos, intentando "dar al blanco" (el balón medicinal) para desplazarlo al campo contrario.

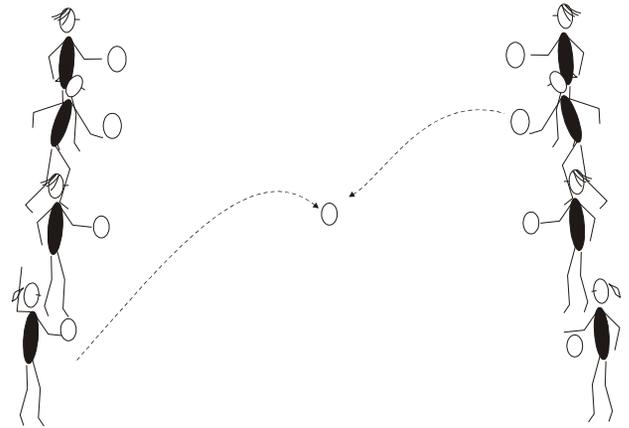
**Reglas:**

Cuando terminen todos de hacer los remates, ganará el equipo en el que no esté el balón medicinal en su campo.

**Variantes:**

Introducir más balones medicinales.

**Gráfico:**



**Etapa:**

E.S.O.

**Ciclo:**

1

**Lugar:**

Pista polideportiva.

**Material:**

Balones, red de voleibol y sillas.

**Bloque Específico:**

JUEGOS Y DEPORTES.

**Objetivo a desarrollar:**

Perfeccionar la técnica del bloqueo en voleibol.

**Organización:**

Por parejas.

**Desarrollo:**

Se coloca la mitad de la clase a un lado de la red, subidos a una silla con el balón y la otra al otro lado.

Al oír la voz del profesor los niños que están subidos a la silla acercarán la pelota a la vez que sus compañeros saltarán para bloquear la pelota.

**Reglas:**

El saltador debe tocar la pelota en cada intento.

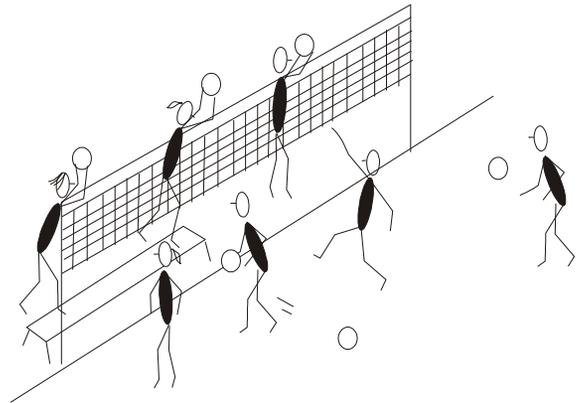
A los cinco intentos se cambiarán los roles.

**Variantes:**

Realizar el juego de tal forma que los saltadores se desplacen lateralmente.

Retirar la sillas y saltar con el balón.

**Gráfico:**



**Etapa:**

E.S.O.

**Ciclo:**

1

**Lugar:**

Pista polideportiva.

**Material:**

Balones y red de voleibol.

**Bloque Específico:**

JUEGOS Y DEPORTES.

**Objetivo a desarrollar:**

Perfeccionar los diferentes elementos técnicos de voleibol.

**Organización:**

Pequeños grupos.

**Desarrollo:**

En la zona de saque se coloca un niño que sacará. En el campo contrario, otro ha de recepcionar con toques de antebrazos y pasarlo al compañero que con toques de dedos colocará el balón para que el cuarto lo lance.

**Reglas:**

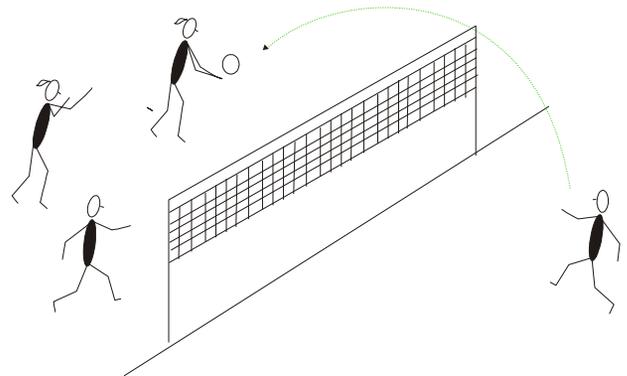
Cada equipo tiene cinco intentos.

Ganará el equipo que consiga hacerlo cinco veces o aquel que consiga completar los cuatro pasos correctamente el mayor número de veces.

**Variantes:**

Colocar otro equipo enfrente para jugar contra ellos.

**Gráfico:**



**Etapa:**

E.S.O.

**Ciclo:**

1

**Lugar:**

Pista polideportiva.

**Material:**

Balones y red de voleibol.

**Bloque Específico:**

JUEGOS Y DEPORTES.

**Objetivo a desarrollar:**

Practicar el voleibol adaptando el número de jugadores.

**Organización:**

Pequeños grupos.

**Desarrollo:**

Jugarán cuatro contra cuatro, utilizando los elementos técnicos del saque, toques de dedos, de antebrazos, bloqueo y remate, coordinados con las posiciones fundamentales y los desplazamientos.

**Reglas:**

Si el balón cae al suelo, pierde el equipo situado en ese campo.

Si el balón cae fuera de un campo pierde el equipo que lo haya lanzado.

Se realizará una rotación en sentido de las agujas del reloj el equipo que recupera el saque, al perder el equipo contrario.

El minipartido se ganará con diez puntos.

**Variantes:**

Aumentar el número de jugadores.

**Gráfico:**