



INSTITUCION EDUCATIVA YERMO Y PARRES

GRADO QUINTO

TERCER PERIODO



TEMAS

LA SALUD Y LA NUTRICION
EL VOLEIBOL
PASES, RECEPCIONES Y LANZAMIENTOS





PROFESOR	FERNEY VALENCIA	FECHA
NOMBRE		GRUPO



NUESTRA ALIMENTACION

Una **alimentación** saludable consiste en ingerir una variedad de alimentos que te brinden los nutrientes que necesitas para mantenerte sano, y con energía.

1. DIBUJAR Y DIVIDIR LOS ALIMENTOS EN PROTEINAS, CARBOHIDRATOS, GRASAS, VITAMINAS Y MINERALES



2. REALIZAR UNA LISTA POR DIA DE LA SEMANA CON UN MENU DIVERSO Y RICO PARA DESAYUNO, ALMUERZO, CENA

LUNES	MARTES	MIERCOLES
JUEVES	VIERNES	SABADO



EL VOLEIBOL

3. LEER EL TEXTO Y RESPONDER LAS PREGUNTAS

HISTORIA

En el 1895 William Morgan, profesor de educación física en los estados unidos se encontró con un problema, debía proporcionar el ejercicio sin que fuera demasiado agresivo o intenso. El baloncesto, a pesar de ser muy popular, resultaba demasiado agotador.

Quería una alternativa en la que no fuese necesario dar tantos golpes o sacudidas, de modo que se adaptara a un público más amplio. Morgan tomó ideas de diversos deportes, como la pelota del baloncesto, la red del tenis, el uso de las manos del balonmano. Así, creó una disciplina que denominó “*mintonette*”.

Un año después, el juego mintonette resultó muy popular.

El Dr. Alfred Halstead, profesor del Springfield College, observó que lo más destacado del juego era el voleo del balón sobre la red. Por eso, sugirió rebautizarlo “volley ball”.

En los orígenes, el “mintonette” resultaba bastante diferente al desempeño del voleibol que se conoce en la actualidad. Se jugaba en una cancha más pequeña, con un balón muy pesado, una red más baja y demasiados jugadores que golpeaba el balón una cantidad ilimitada de veces.

Aunque Morgan probablemente no lo imaginó en aquel momento, décadas más tarde el voleibol se convirtió en la segunda disciplina de equipo más popular del mundo, después del fútbol.

Fuente: <https://concepto.de/historia-del-voleibol/#ixzz6lOzqjszU>

¿Cómo nació este deporte?

--

--

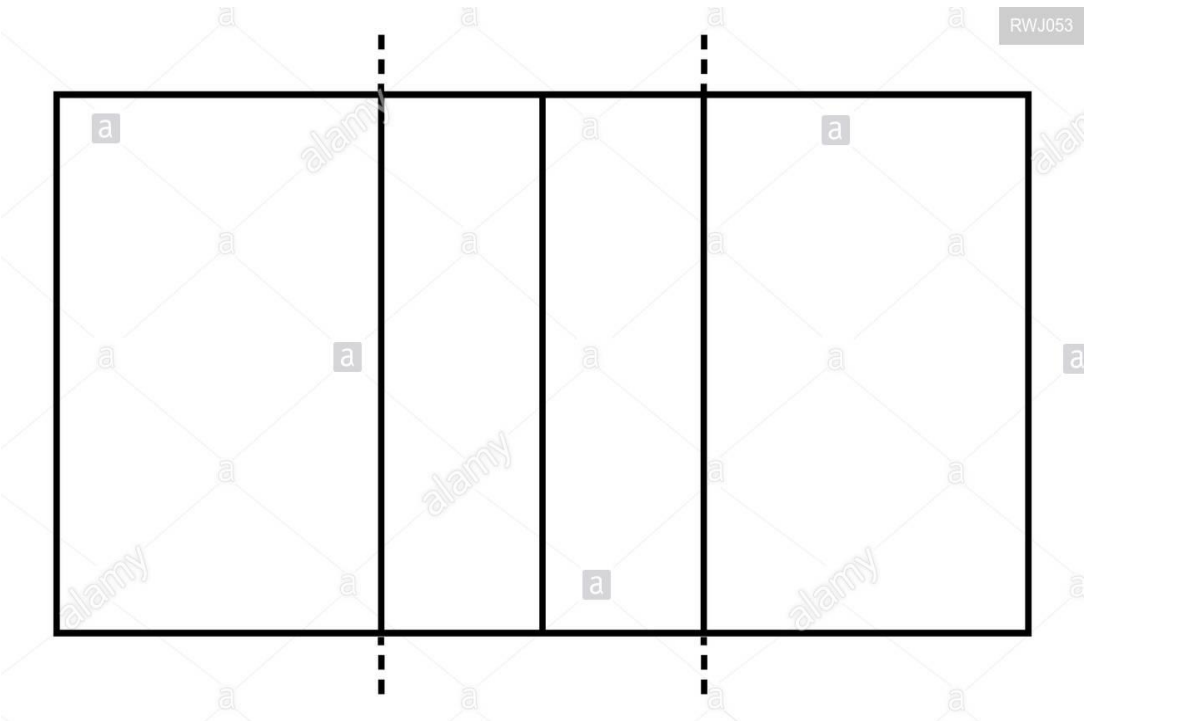
¿Quién fue el creador del voleibol y donde lo creo?

--



¿Cómo se llamaba antes el voleibol y quien le cambio el no,bre ?
¿Cuáles fueron los deportes en que se basaron para crear el voleibol?

4. UBICAR EN LA CANCHA LAS POSICIONES DE LOS JUGADORES, Y EXPLICAR LAS FUNCIONES DE CADA UNO DE ELLOS



ATACANTE



DEFENSIVA O ZAGUEROS

5. LEER EL TEXTO Y EXPLICAR LOS PASES DE BALON

OBJETIVOS Y CARACTERISTICAS GENERALES

El **voleibol** es un **juego** de pista entre dos equipos de seis jugadores por lado que se juega golpeando una pelota al lado contrario por encima de una red.

Cuando la pelota toca el piso o se sale de una de las dos partes de la cancha es un punto o una oportunidad para sacar para el otro equipo.

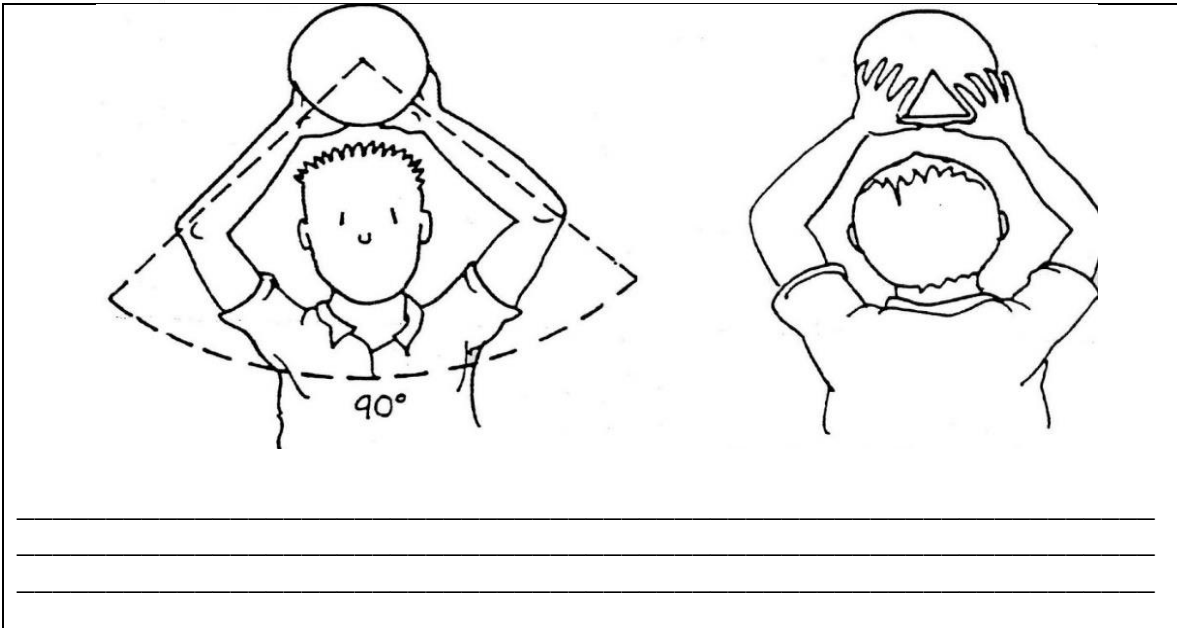
Los juegos se realizan en 5 tiempos y el primero en lograr 3 es el ganador.

El equipo puede golpear hasta 3 veces el balón antes de pasarlo al campo contrario y ningún jugador puede golpear 2 veces seguidas el balón.

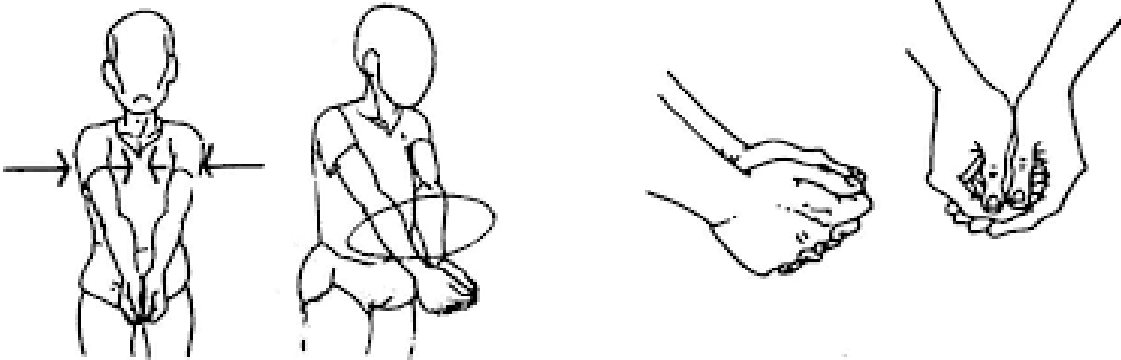
<https://conceptodefinicion.de/voleibol/>

Los pases de balón son los siguientes:

toque de dedos



Toque o saque de seguridad ANTEBRAZOS

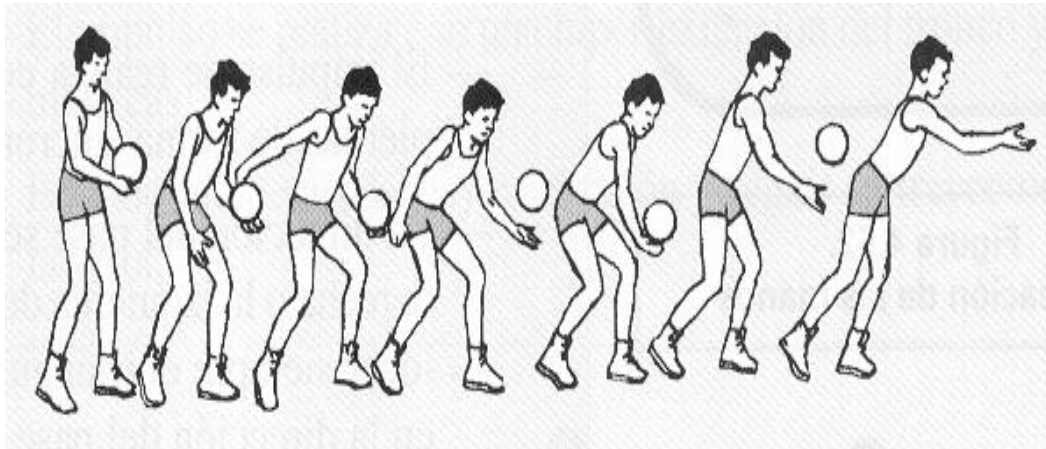




Saque de arriba SERVICIO

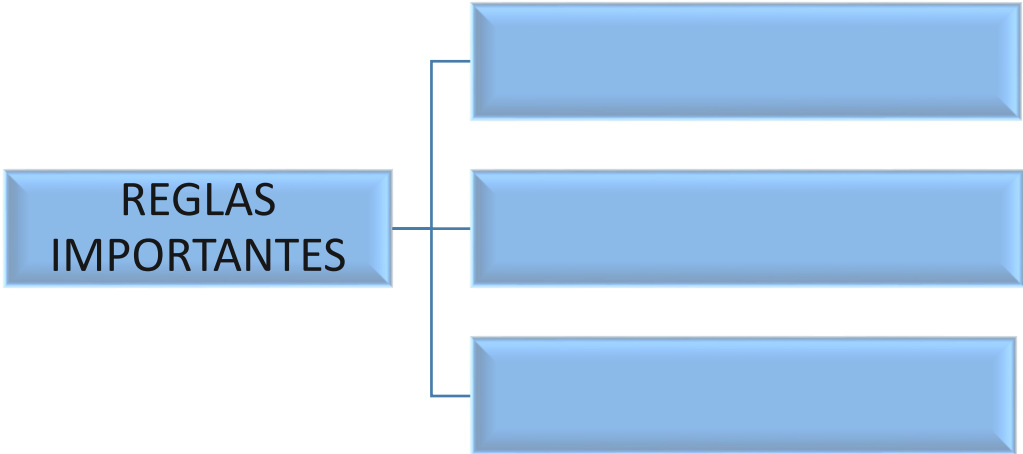
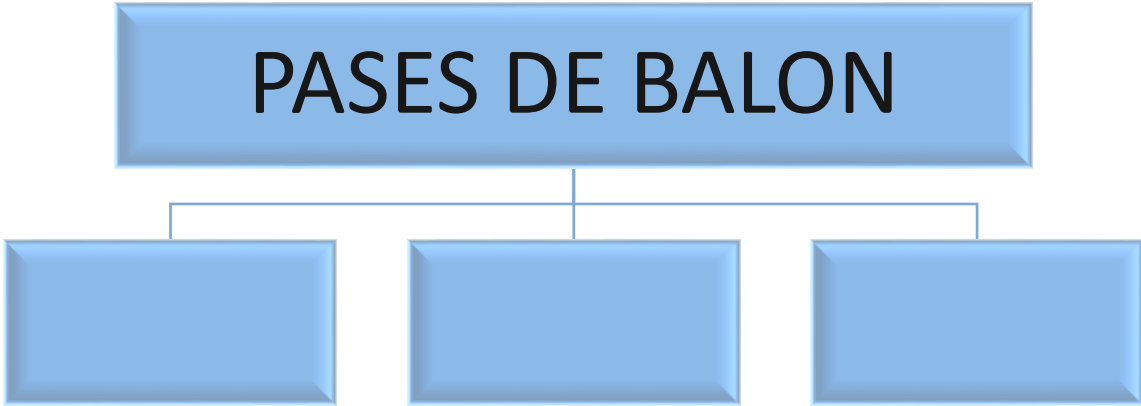


Saque desde abajo SERVICIO





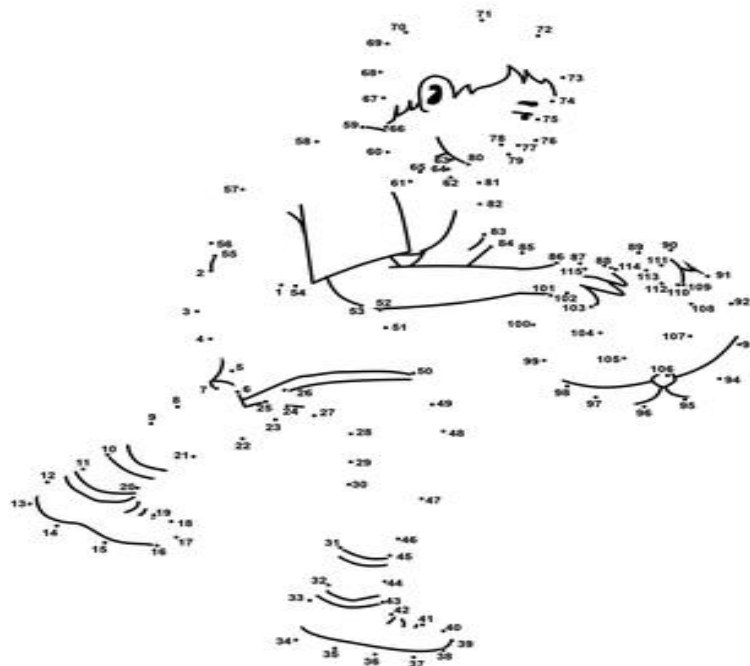
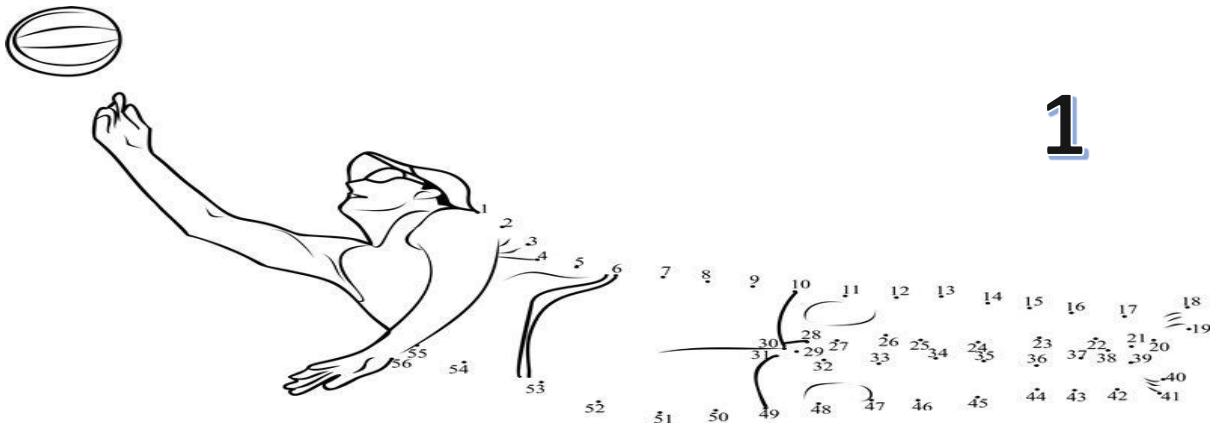
6. DE LA INFORMACION VISTA EN LA GUIA, COMPLETAR LOS MAPAS CONCEPTUALES





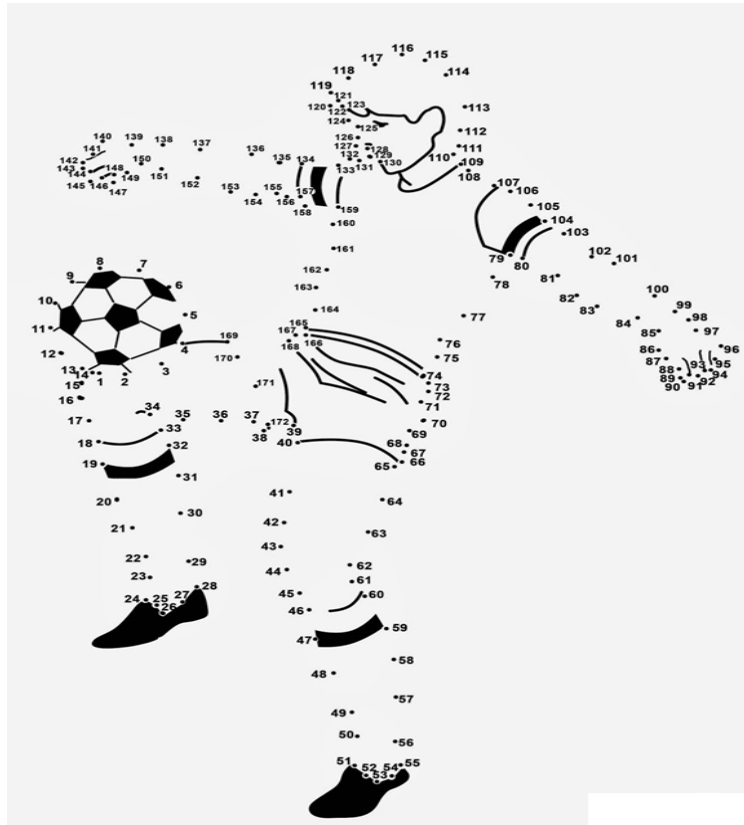
A DIVERTIRNOS

UNIR LOS PUNTOS Y ENCONTRAR LOS DEPORTES, COLOREAR Y EXPLICAR CADA UNO: EN QUE CONSISTE, COMO SE JUEGA , SUS REGLAS, JUGADORES





3



4

