

HISTORIA DEL VOLEIBOL Y DEL VOLEY-PLAYA

William G. Morgan inventó el voleibol en el año 1895 en EE.UU .
Morgan utilizó una pista de tenis donde subió la red hasta 1,98 metros y utilizó una cámara de aire de una pelota de baloncesto para jugar .
Así se inventó el voleibol .
Se extendió rápidamente por EE.UU , Canadá y Japón

LOS GESTOS TÉCNICOS (golpes).

Golpe de antebrazos.

Para hacerlo bien hay que....	- Juntar las manos y que los brazos estén al parejo. - Antebrazos bien pegados y brazos extendidos. -Golpear con el tercio más alejado del brazo -Juntar las manos y que los brazos estén al parejo. -Flexionar las rodillas cuando vayas a golpear el balón.
Los defectos que debemos evitar son...	No flexionar las rodillas antes de sacar Es tocar con los dedos el toque de antebrazos.
El golpe de antebrazos se suele usar...	- cuando la pelota viene baja y tenemos que subirla para que nuestro compañero pueda tocarla de dedos o rematar.

El toque de dedos.

Para hacerlo bien hay que....	-Flexionar las rodillas. -Darle con los dedos índice, corazón y anular.
Los defectos que debemos evitar son...	-No flexionar las rodillas -Evitar darle con los puños o muñecas. -No poner los brazos juntos.
El toque de dedos se suele usar...	-Cuando la pelota viene alta. -Para colocarla a un compañero.

LA TÁCTICA (La forma de jugar en equipo)

Se saca la pelota una persona le da un toque de antebrazo otro un toque de dedos y se remata. Dicha combinación, es la jugada básica e ideal que hemos empleado durante el juego.

Normalmente, cuando se saca se coloca un jugador delante y otro atrás.
Cuando recibimos el saque del rival nos colocamos los 2 atrás.

LAS REGLAS DURANTE EL PARTIDO.

No coger el balón con las manos .
No puede botar en tu campo.
Los jugadores de un mismo equipo no pueden dar más de tres pases.
No puede tocar la pelota un mismo jugador dos veces seguidas.
No se puede tocar la pelota ni invadir la pista contraria.

¿CÓMO SE LLEVA LA PUNTUACIÓN? Puntos, Sets y partidos.

¿Cuándo se gana un punto?

Cuando el balón bota en la pista tuya o en la contraria.
Cuando el balón toca el suelo del campo contrario.
Cuando el balón lo tiras a fuera.
Cuando un equipo toca el balón más de 3 veces antes de que pase el balón de la red.

¿Cuándo se gana un set?

Los sets serán a 25 puntos.
Ganará el set aquel equipo que consiga antes 25 puntos (menos el 5º set). Si hay empate (por ejemplo 24-24) el juego continúa hasta que haya una diferencia de 2 tantos.

¿Cuándo se gana un partido?

Cuando ganas dos sets.