PLANEACIÓN DE ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN 2DO TRIMESTRE 1RA ETAPA

CICLO ESCOLAR 2025-2026

DOCENTE:	ASIGNATURA:	GRADO:	GRUPO(S):
BRENDA SEGOVIA	EDUCACIÓN FÍSICA	3	A, B, C, D E, F y G

Nombre del Alumno(a): _____
Grado y Grupo: _____ **Fecha:** _____

ACTIVIDAD DE RECUPERACIÓN: EDUCACIÓN FÍSICA

Tema: El Voleibol, la Interacción Motriz y el Juego Limpio.

Contenido: Interacción Motriz

PDA: Promueve relaciones asertivas con las demás personas en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, para fortalecer su autoestima y fomentar el juego limpio y la confrontación lúdica.

PARTE 1: LECTURA DE CONTEXTO

Instrucción: Lee detenidamente el siguiente texto sobre cómo y por qué se inventó el voleibol.

La Historia del Mintonette (Hoy Voleibol) En 1895, William G. Morgan, un director de Educación Física en la YMCA, notó un problema: el baloncesto era muy popular, pero requería mucho contacto físico, lo que causaba agresividad y exclusión para personas menos fuertes. Morgan decidió crear un juego nuevo llamado *Mintonette*. Su objetivo principal era crear una **confrontación lúdica** (competencia sana) donde no hubiera contacto físico directo entre los oponentes. Para lograrlo, colocó una red de tenis en el medio de la cancha.

Al estar separados por la red, la única forma de jugar era cooperando con los propios compañeros. Esto obligó a los jugadores a desarrollar una profunda **interacción motriz**: nadie podía jugar solo. Con el tiempo, se establecieron reglas como el máximo de tres toques, lo que hizo indispensable la **comunicación asertiva** (hablarse con respeto en la cancha) y fortaleció el **juego limpio**, pues la red evita las agresiones físicas.

PARTE 2: MAPA CONCEPTUAL

Instrucción: Al reverso de esta hoja (o en una hoja anexa), elabora un mapa conceptual basado en la lectura. Tu mapa debe incluir obligatoriamente los siguientes elementos:

- **Concepto Central:** Historia del Voleibol.
- **Datos Históricos:** Creador y año de invención.
- **El Problema y la Solución:** Qué se quería evitar y para qué sirve la red.
- **Valores Desarrollados:** Define brevemente cómo se ven en la cancha la *Interacción Motriz*, la *Comunicación Asertiva* y la *Confrontación Lúdica*.

PARTE 3: CUESTIONARIO TÉCNICO

Instrucción: Lee cuidadosamente cada pregunta sobre la cancha y los tipos de saque, y subraya la respuesta correcta.

1. ¿Cuáles son las medidas oficiales de una cancha de voleibol estándar?

2. La cancha está dividida a la mitad por la red. ¿A qué distancia de esta línea central se encuentra la "línea de ataque"?

3. ¿Cuál es la altura oficial de la red para competencias de la rama femenil (adultas)?

4. ¿Cuál es la altura oficial de la red para competencias de la rama varonil (adultos

5. ¿Desde qué área específica de la cancha debe un jugador realizar obligatoriamente cualquier tipo de saque?

6. ¿Cuál es el tipo de saque más básico, ideal para la iniciación deportiva, en el que el jugador golpea el balón desde la altura de la cintura hacia arriba?

7. ¿Cómo se llama el saque donde el jugador lanza el balón al aire y lo golpea por encima de la cabeza con la palma firme?

8. Este saque es muy utilizado a nivel competitivo porque el balón no gira sobre su propio eje, haciendo que su trayectoria en el aire sea impredecible. ¿De qué saque hablamos?

9. ¿Qué tipo de saque requiere mayor esfuerzo físico, ya que el jugador toma impulso, salta y golpea el balón en el aire con gran potencia?

10. En relación con el "juego limpio", ¿qué acción comete el jugador si al momento de golpear el balón en el saque pisa la línea de fondo de su propia cancha?

PARTE 4: REFLEXIÓN PERSONAL

Instrucción: Responde de forma honesta a las siguientes preguntas, escribiendo al menos 4 renglones en cada una.

A) Sabiendo que el voleibol se inventó para fomentar el compañerismo, ¿cómo puedes aplicar la comunicación asertiva cuando un compañero de tu equipo falla un pase o saca mal el balón, para no afectar su autoestima?

B) ¿De qué manera practicar el "juego limpio" y respetar a los oponentes te hace un mejor deportista y una mejor persona en tu vida diaria?