



## Pauta Trabajo N°2

<b>CURSO:</b> 8vo básico	<b>FECHA:</b> 27- 03 – 2019
<b>UNIDAD:</b> 1°	<b>CONTENIDO:</b> Deportes Grupales (voleibol)

### Trabajo.

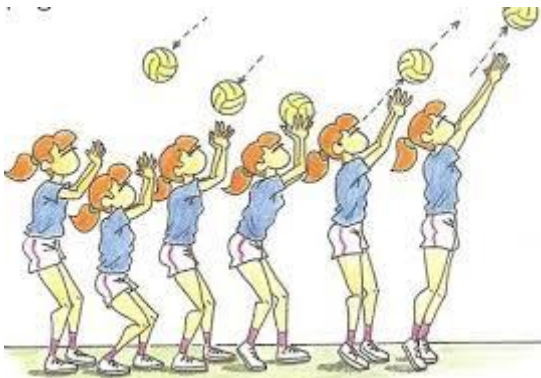
- Se trabajará el golpe de dedos y de antebrazos. Si Ud. No posee un balón que pueda utilizar, se le recomienda reemplazarlo con un rollo de papel higiénico (Confort). Deberá practicar el golpe de dedos y de ante brazos realizando una secuencia. Para el golpe de dedos debe realizarlo de pie, sentado y acostado, esta secuencia se debe realizar de manera continua mientras mantiene el balón/rollo de papel higiénico en el aire. Para el golpe de antebrazos, deberá lanzar el balón/rollo de papel higiénico al aire y volver a golpearlo con el golpe de antebrazo.
- La correcta postura para el golpe de dedos es la siguiente:
  - El toque de balón se realiza cerca y por encima de la frente, con las **manos** abiertas en forma de copa, ofreciendo al balón una superficie cóncava en la que los **dedos** índices y pulgares forman un rombo o un triángulo, manteniendo el contacto visual con el balón.
- La correcta postura para el golpe de antebrazos es la siguiente:
  - Consiste en entrar en contacto con el balón con ambos **antebrazos**, uniendo las manos y estirándolos al máximo. Se utiliza para recibir el **saque**, un remate o para hacer un **pase** al compañero. Su técnica es fundamental para un correcto desempeño en el juego.

### Rubrica para evaluación.

- Hacer un video donde se muestre el golpe de dedos y su secuencia completa (De pie, sentado, acostado, sentado, de pie.)
- El video debe poseer una presentación (Saludo, fecha, nombre y curso)
- Debe tener una duración mínima de un minuto
- Se debe realizar con el uniforme escolar (Mínimo polera para Ed. física)

### Ejemplos.

#### Explicación golpe de dedos:



#### Explicación golpe antebrazos:

