

	<b>GIMNASIO SABIO CALDAS (IED)</b> <b>Nuestra escuela: una opción para la vida</b> <b>PLAN ESCOLAR NO PRESENCIAL</b>	Código	PENP – 01
		Versión	001
		Fecha	18/03/2020
		Proceso	Gestión Académica

<b>DOCENTES</b>	<b>Edu. Física:</b> Hugo Andrey Garzón, Nelson González, Mónica Agudelo	<b>GRADO</b>	Octavo
<b>ASIGNATURA</b>	Ed. física		
<b>Correo electrónico de contacto</b>	<b>EDU. FISICA:</b> correo: <a href="mailto:andrey.garzon@sabiocaldas.edu.co">andrey.garzon@sabiocaldas.edu.co</a> <a href="mailto:nelson.gonzalez@sabiocaldas.edu.co">nelson.gonzalez@sabiocaldas.edu.co</a> <a href="mailto:monica.agudelo@sabiocaldas.edu.co">monica.agudelo@sabiocaldas.edu.co</a>		
<b>Fecha de envío</b>	15 de marzo	<b>Fecha de entrega</b>	19 de marzo
<b>Tiempo de ejecución de la actividad</b>	2 horas		
<b>TEMA</b>	Actividad física enfocada en deportes de conjunto		
<b>Contextualización</b>			
<p>¿QUÉ ES TÉCNICA Y TÁCTICA?: La técnica y la táctica son aspectos fundamentales para tener en cuenta en cualquier deporte, ya que cuánto mejor sea el trabajo en dichos aspectos en mejores condiciones se competirá.</p> <p>Riera en 1995, define la técnica con tres frases claves: <i>"ejecución, interacción con la dimensión física del entorno y eficacia"</i>. En el trabajo de la técnica se trata de llevar a cabo un gesto de la forma más eficaz posible, teniendo en cuenta la relación del medio con el deportista. Asimismo, dicho autor describe la táctica mediante tres palabras definitorias, las cuales son: <i>"objetivo parcial, combate y oponente"</i>. El objeto del trabajo de la táctica es conseguir, en un momento determinado, tomar una decisión instantánea que lleve consigo la acción óptima para conseguir vencer al rival. Por lo que en el entrenamiento de la táctica es fundamental entrenar la improvisación. Un estudio demostró que las jugadoras con mayor experiencia tenían un mayor conocimiento procedimental y representación de problemas, por lo que, se podría argumentar que, a nivel táctico, cuánta mayor experiencia de juego mejor será el jugador, ya que estos captarán de forma más rápida el problema al que se tiene que enfrentar, y la acción que tiene que llevar a cabo.</p> <p>La técnica: Riera en 1995, clasifica este aspecto en función del número de jugadores y del objetivo que tengan. Con respecto al número de jugadores la clasificación es la que se presenta a continuación:  Técnica individual: son los gestos técnicos que realizan los jugadores de forma independiente.  Técnica colectiva: son las ejecuciones en las que intervienen dos o más jugadores, realizadas para la consecución de un fin común. Dentro de este, encontramos otra clasificación, la cual es en función del objetivo que se haya planteado:  De ataque: todas aquellas acciones destinadas al marcaje del punto en el campo contrario.  De defensa: todas aquellas acciones destinadas a evitar que el equipo contrario consiga meter punto en nuestro campo.</p>			
<b>Descripción de la actividad sugerida</b>			

- 1.Describe que es técnica y táctica en el deporte en conjunto.
- 2.Realiza calentamiento con balón.
- 3.Ejecutar ejercicios de control de balón de voleibol o bomba, teniendo presente la técnica.
4. Reto deportivo con balón, ejecutar golpe de antebrazo por tiempo "accesoria virtual".

#### **Webgrafía/material fotocopiado (Anexo)**

<https://www.efdeportes.com/efd183/la-tecnica-y-la-tactica-en-el-voleibol.htm>

#### **Criterios de Evaluación**

Reconoce los fundamentos técnicos deportivos como medio de mejora en sus capacidades físicas  
Ejecuta correctamente ejercicios físicos por medio de repeticiones, desarrollo de la actividad y enviar evidencias fotográficas.