



VOLEIBOL 1º E.S.O

1. HISTORIA

El voleibol fue creado en 1895 por William G. Morgan. Era entonces director de Educación Física en el YMCA de Holyoke y entrenador de atletismo, en el estado de Massachusetts.

Ideó un juego para que sus alumnos practicaran ejercicio físico en un espacio cerrado y reducido y que tuviera un carácter recreativo. En un primer momento utilizó la red de tenis elevándola hasta 1.98 m

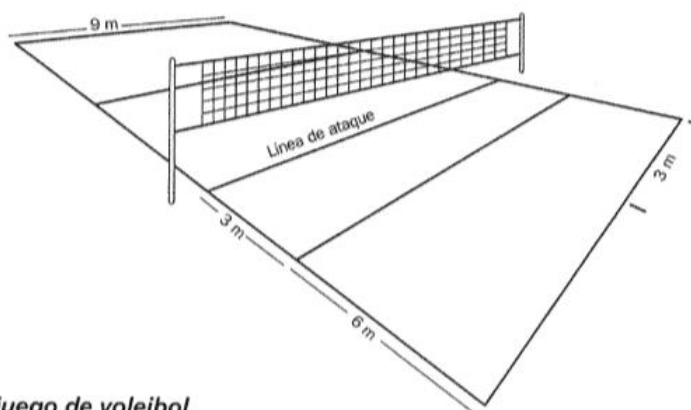
Inicialmente se jugaba con la cámara de un balón de baloncesto para posteriormente utilizar un balón fabricado expresamente para este juego.

Al principio se le llamó Mintonette convirtiéndose en verdadero deporte al unificarse las reglas en 1947. El primer campeonato del mundo se realizó en Praga en 1949.

2. REGLAMENTO

Área de juego

El área de juego incluye la cancha de juego y la zona libre. Ésta debe ser rectangular y simétrica. La cancha de juego es un rectángulo que mide 18x9 rodeada por una zona libre con un mínimo de 3m de ancho por cada lado. Las líneas tienen 5 cm de ancho. En cada campo existe una línea de ataque a tres metros de la línea central. Esta línea delimita las zonas de ataque y la de zagueros o defensa.



Terreno de juego de voleibol.

La red

La red tiene 1m de ancho y 9,50 de largo, hecha de malla negra a cuadros de 19 cm de lado. En la parte superior hay una banda horizontal de 5 cm de ancho, hecha de lona blanca.

La red se coloca verticalmente sobre la línea central y su borde superior se encuentra a 2,43 para hombres y 2,24 para mujeres en senior.

Los jugadores

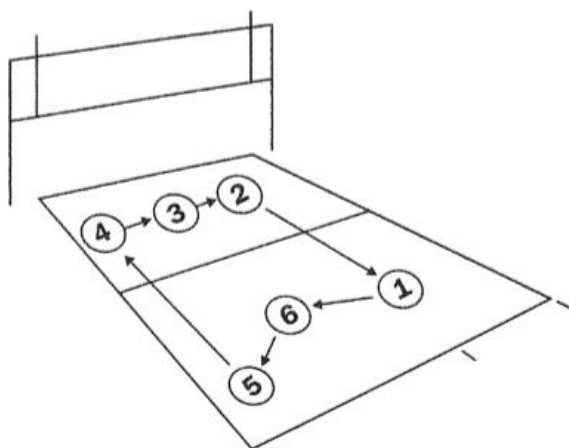
El equipo está formado por 12 jugadores de los cuales seis son los que juegan. En el momento de golpear el balón para realizar el saque, cada equipo debe estar colocado en su propio campo en el orden de rotación. Las posiciones de los jugadores se numeran como sigue:



VOLEIBOL 1º E.S.O

- Los tres jugadores colocados junto a la red son los delanteros y ocupan las posiciones 4 (delantero-izquierdo), 3 (delantero-centro) y 2 (delantero-derecho).
- Los otros tres jugadores son los zagueros y ocupan las posiciones 5 (zaguero-izquierdo), 6 (zaguero-centro) y 1 (zaguero-derecho)

El orden de rotación se determina por la formación inicial del equipo y se controla en el momento del saque las posiciones de los jugadores a lo largo del set. Cuando el equipo receptor gana el derecho al saque sus jugadores rotan una posición en el sentido de la agujas del reloj: el jugador en la posición 2 rota a la posición 1 para sacar, el jugador en la posición 1 rota a la posición 6, etc.



Rotación de jugadores de voleibol.

Con respecto a las sustituciones, se permite un máximo de seis por equipo por set y se puede sustituir a uno o más jugadores a la vez.

Anotaciones.

Un equipo anota un punto:

- Cuando el balón toca la cancha del equipo contrario.
- Cuando el equipo contrario comete una falta
- Cuando el equipo contrario recibe un castigo.
- Cuando el balón es enviado fuera de los límites del campo por equipo contrario.

Para ganar un set hay que anotar 25 puntos con una ventaja mínima de dos puntos.

Y para ganar el partido hay que conseguir tres sets. En caso de empate 2-2 el último set se juega a 15 puntos con una ventaja mínima de dos puntos.

Infracciones más importantes

Si un jugador golpea dos veces seguidas el balón se considerará falta. Solamente existe una circunstancia en la que puede golpear dos seguidas y es cuando se ha producido un bloqueo.

Cuando el balón descansa sobre las manos se considera balón retenido y será sancionado con punto para el otro equipo.

La red no se puede tocar. Tampoco se puede invadir el espacio del equipo contrario por encima de la red entorpeciendo una jugada.