

---

# Colegio “Los Rosales”

Urbanización “El Olivar”  
Avd. Ricardo Gross, 8, 29140, Málaga  
Tlf: 952435072 Email: colegio\_los\_rosales@hotmail.com

---

## INFORMACIÓN SOBRE LA ACTIVIDAD EXTRAESCOLAR

---

La extraescolar de voleibol está destinada a que nuestros alumnos y alumnas se acerquen al mundo del deporte practicando uno tan completo como este. Se trabajarán las diferentes disciplinas necesarias para la realización de la actividad, partiendo de lo más simple hasta llegar a lo más complejo, realizando sobretodo ejercicios específicos centrados en conseguir un objetivo concreto en cada sesión: saque, recibo, remate, defensa del campo, bloqueo y pase. Asimismo, cabe la posibilidad de realizar pequeños torneos a lo largo del curso para aumentar la motivación del alumnado. Con el fin de favorecer a la inclusión y a la relación entre sexos los grupos serán preferentemente mixtos.

Las clases de voleibol conseguirán desarrollar la rapidez además del control físico y mental de los jóvenes para resolver así jugadas en grupo y de forma inmediata.

### Objetivos

- Practicar los fundamentos técnico-tácticos del voleibol.
- Realizar con un mínimo de técnica: pase de dedos, de antebrazos, saque desde arriba y abajo, remates, bloqueos y técnicas defensivas.
- Mejorar la habilidad de golpear un balón con cierta precisión.
- Conocer el reglamento del voleibol, respetando las normas, al equipo rival y las decisiones del árbitro.
- Participar activamente en situaciones colectivas de juego, con independencia del nivel alcanzado.
- Asumir las responsabilidades dentro del equipo y cooperar con el mismo para la consecución de objetivos comunes.
- Mostrar comportamientos y actitudes positivas.
- Fomentar el trabajo en equipo.

### Horarios

Las clases se dividirán en dos grupos.

- **Lunes y miércoles:** para 1º y 2º de primaria (12:45 a 13:45), y secundaria (13:45 a 14:45).
- **Martes y jueves:** para 3º, 4º, 5º y 6º de primaria (12:45 a 13:45).

Para dicha actividad se han tenido en cuenta los días que tienen Educación Física. No obstante, si algún grupo no coincide con la ropa deportiva deberán hablar con el tutor o la tutora, quien autorizará a poder asistir al centro con el chandal escolar en lugar del uniforme. También podrán optar por traer una muda con la ropa deportiva para cambiarse antes de la extraescolar.

Los profesores responsables de la actividad serán la Srta. Raquel Iglesias y Alejandro López.