

5. "Reunir la família". **Escriu** les paraules següents on els correspongui. Entre parèntesi indiquem el nombre de paraules que hi ha d'haver a cada "família".

Central – desmarcatge – passos – llançament de falta – des de l'espatlla – 3 segons – exclusió – en recolzament – desqualificació – dobles – porter – amonestació – en suspensió – pivot – expulsió – extrems – rectificat – penal – falta – passivitat – blocatge – ajuda – laterals.

- Un equip (5)
- Atac (2)
- Faltes antiesportives (4)
- Defensa (1)
- Passada (1)
- No puc fer... (4)
- Faltes antireglamentàries (3)
- Llançament (3)

6. Comprova els teus coneixements

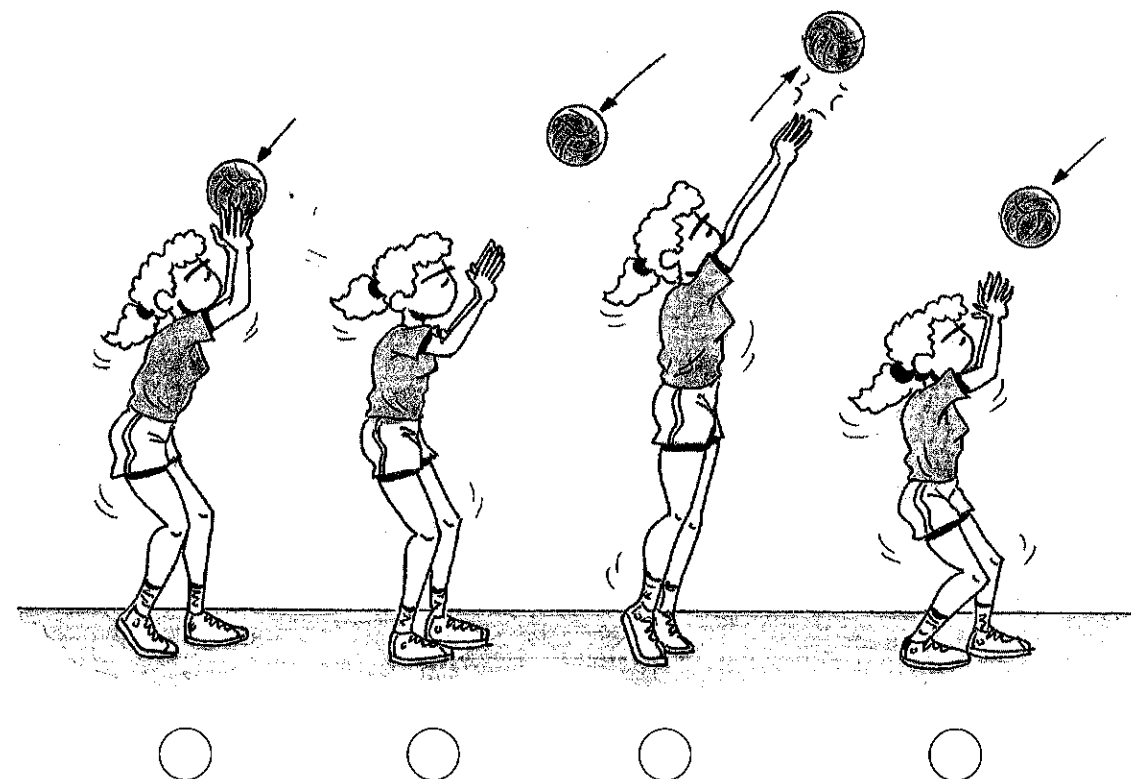
De les tres respostes a cada pregunta, només una és correcta. **Encercla-la.**

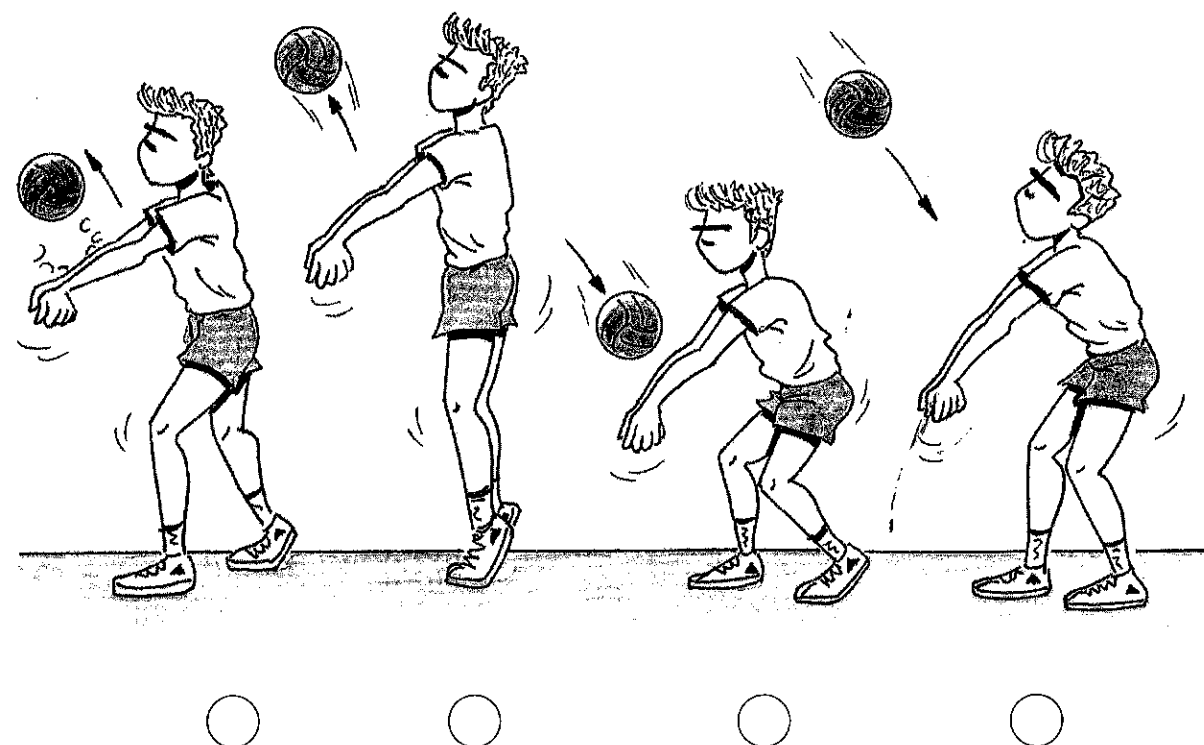
- 1 Quina d'aquestes accions *no pots fer* quan jugues a handbol?
 - a. Trepitjar la línia de 6 metres o entrar a l'àrea de porteria (excepte el porter).
 - b. Llançar a porteria des de la línia de 9 metres.
 - c. Bloquejar la pilota amb les mans quan un atacant llança a porteria.
- 2 Què és un llançament franc?
 - a. És una falta que se sanciona amb un penal.
 - b. És una falta que, si te lloc entre les línies de 6 i 9 m, se saca des de la línia de 9 m.
 - c. És qualsevol falta comesa dins l'àrea de porteria.
- 3 Quan defensem un atacant que té la pilota a les mans...
 - a. Hem de situar-nos al seu costat.
 - b. Hem de situar-nos entre ell i la porteria.
 - c. Hem de deixar-li lliure el pas per no cometre una falta greu.

12 EL VOLEIBOL.....

1. **Dibuixa** una pista de voleibol. **Assenyala-hi** les mides i les línies.

2. **Ordena**, posant un número en cada cercle, les seqüències següents de la passada d'avantbraços i de dits.

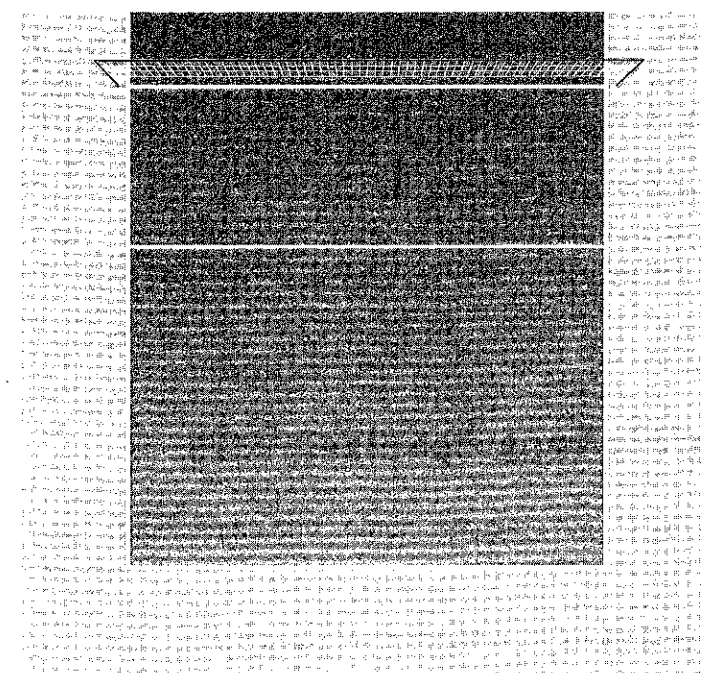




3. Digues si és veritat o mentida.

- | | | |
|--|---|---|
| ▶ Un equip pot efectuar fins a tres tocs en una mateixa jugada, sense comptar el bloqueig. | V | M |
| ▶ La passada d'avantbraços és el primer toc que fa un equip quan rep el servei. | V | M |
| ▶ La passada de dits serveix per rematar. | V | M |
| ▶ El col·locador posa la pilota en situació adient perquè el rematador finalitzi l'atac. | V | M |
| ▶ En el voleibol es pot jugar la pilota amb les cames. | V | M |
| ▶ Si en un set s'arriba a un empat a 24 punts, el primer que arriba a 26 punts guanya. | V | M |
| ▶ Un cinquè i definitiu set es juga a 25 punts. | V | M |
| ▶ En la passada d'avantbraços cal impulsar la pilota amb els canells. | V | M |
| ▶ Recepció, col·locació i rematada és l'ordre lògic d'una jugada. | V | M |

4. Dibuixa en aquest mig camp de voleibol les 6 zones en què es divideix. Indica en quina s'han de situar el col·locador i els dos rematadors.



5. Completa cada frase amb la paraula que hi falta i després cerca-les en la sopa de lletres.

- ▶ El primer servei que s'aprèn és el servei
- ▶ La passada de també s'anomena toc de col·locació.
- ▶ En una jugada, la és el tercer i darrer cop.
- ▶ En la rematada, la fase d' és la que consisteix a posar la mà darrere el cap.
- ▶ Quan un equip aconsegueix un punt i torna a recuperar el servei, efectua una
- ▶ El és el jugador que passa la pilota en bones condicions al rematador.
- ▶ La és el primer toc que es realitza en una jugada i sol efectuar-se amb una passada



6. Respon les preguntes següents:

- Explica quan un equip ha de realitzar una rotació.

.....

- En quin sentit es realitza la rotació?

.....

7. Comprova els teus coneixements

De les tres respostes a cada pregunta, només una és correcta.
Encercla-la.

- 1 Quina d'aquestes accions no pots fer en el voleibol?
 - a. Tocar la pilota amb els peus.
 - b. Tocar la pilota dues vegades seguides, exceptuant el bloqueig.
 - c. Realitzar el servei 3 metres més enrere de la línia de fons.
- 2 La passada de dits també s'anomena...
 - a. Toc defensiu.
 - b. Toc inicial.
 - b. Toc de col·locació.
- 3 L'ordre correcte i lògic d'una jugada en el voleibol és...
 - a. Recepció, col·locació i rematada.
 - b. Defensa, recepció, col·locació i rematada.
 - c. Servei, defensa, passada i atac.