



SEMANA NACIONAL DE
FORMAÇÃO
SETUBAL
11/15 junho 2022

“O voleibol no âmbito do Desporto Escolar”

Ação de formação – formação contínua

3

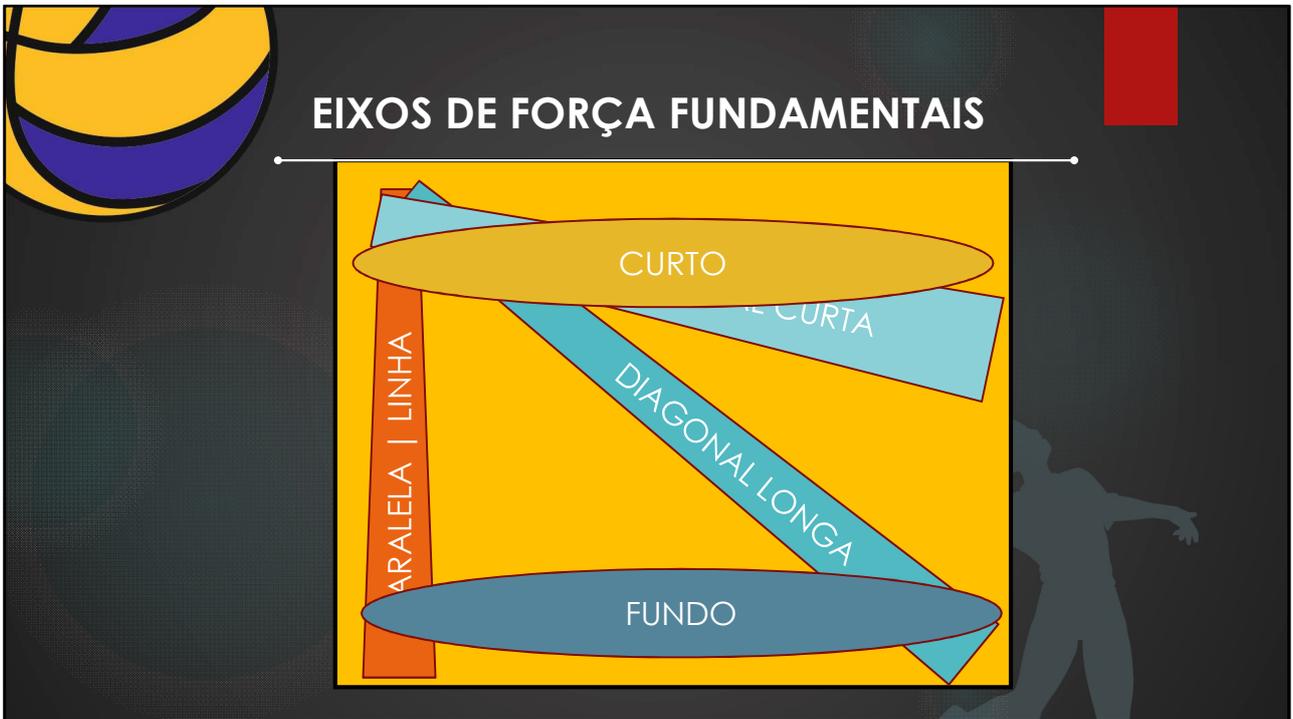


Carlos Dias
Félix Romero



Ensinar a jogar - Jogos Reduzidos





Fita do tempo – percurso escolar “JOGAR DOS 6 AOS 66”



Ciclo básico de introdução dos jogos reduzidos em treino

1x1

2x2 – frente / trás

3x3 – S/ especialização

2x2 – Lado a lado

4x4 – S/ especialização



(FUN)

VARIÁVEIS PARA O PROCESSO EDUCATIVO NO ENSINO PROGRESSIVO DO JOGO



volleyball@SCHOOL

Jogo Reduzido

Dimensões do Campo

(-) área por jogador

Nº reduzido de jogadores

Material ajustado

Jogo Condicionado
(Reduzido | Formal)

Altura da rede

Imposições ou permissões

Regras

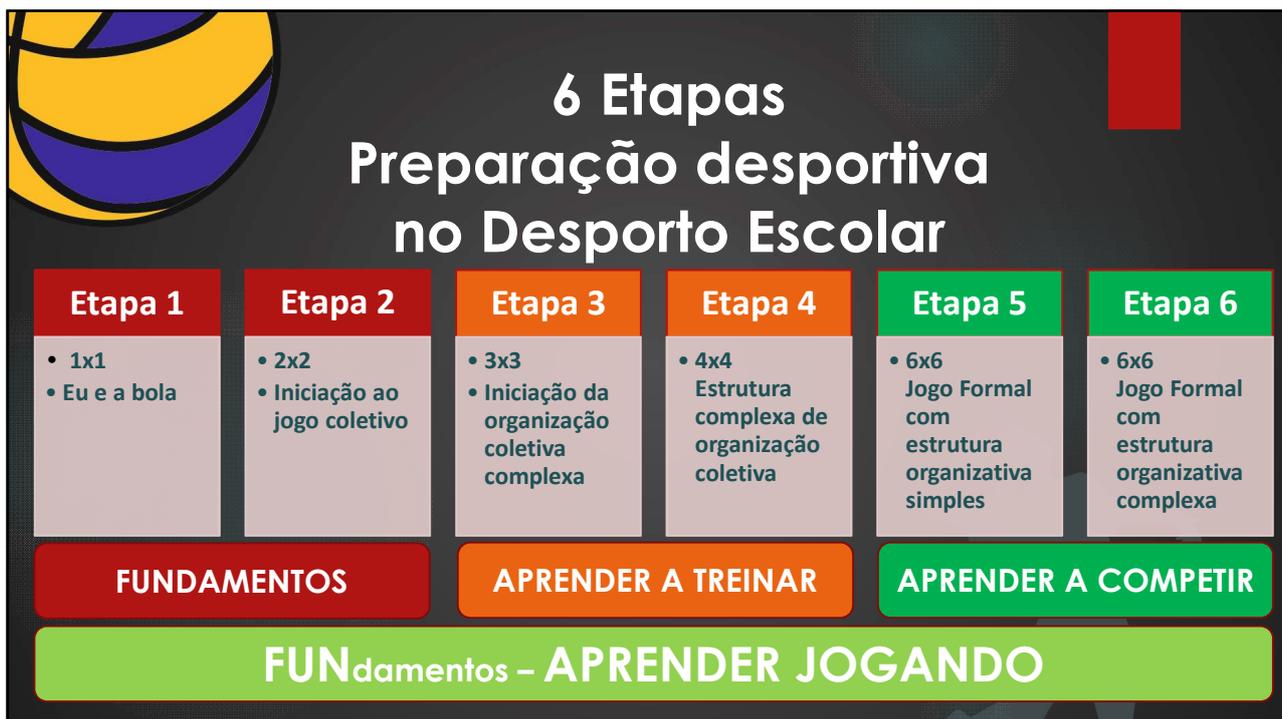
Fluxo do jogo

Comportamentos

Estratégias

Tarefas





Eu e a bola 1 x 1

volleyball@school

- - Sustentação de bola – intervenção constante.
- Estruturação da noção de espaço de responsabilidade / “espaço-tempo” com diversidade de trajetórias de bola.
- Reenvio de bola por cima da rede.
- - Oposição ou cooperação.
- Aprendizagem de regras simples:
 - Noção simples do serviço (princípio: colocar a bola em jogo).
 - Proibição de tocar na rede e ultrapassar a linha central.
- Favorece os deslocamentos curtos;
- Favorece travagens e mudanças rápidas de direção;
- Aprender a dosear o jogo com risco e o jogo em segurança;
- Desenvolvimento técnico

Em oposição;

- Exige tomadas de decisão rápida;
- Exige uma constante procura de soluções táticas individuais;
- Exige uma ocupação equilibrada do espaço de jogo.



volleyball@SCHOOL

DIVERSÃO | MANIPULAÇÃO DE BOLA | ATITUDE | TÉCNICA

Regra de ouro

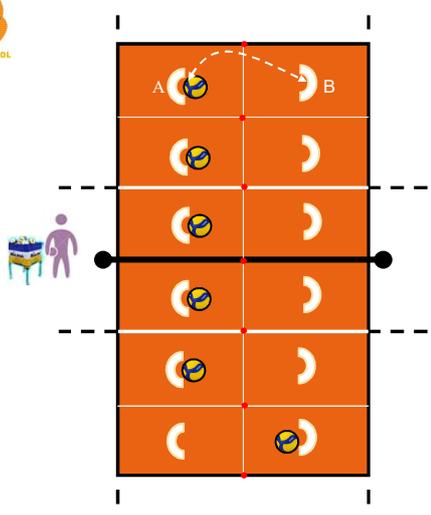
Bola no campo adversário, adota atitude de prontidão

Etapas da preparação desportiva (1x1)



Etapa 1 3º/4º anos (8 -10 anos)

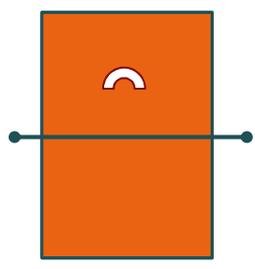
Adaptação do Regulamento	Objetivos Técnicos	Objetivos Táticos
<ul style="list-style-type: none">• Possibilitar o início do jogo em passe ou bola lançada• “MEDIDAS FACILITADORAS”• Bola ligeiramente mais leve• Redução do espaço de jogo (C - 8; L – 3)	<ul style="list-style-type: none">• Perícias e manipulações com bola• Lançamentos• Deslocamentos• Passe de frente em apoio• Dosear a energia a aplicar à bola.	<ul style="list-style-type: none">• Enviar a bola por cima da rede• Leitura da trajetória de bola• Enquadramento com bola e alvo• Noções elementares de oposição• Observação do adversário• Aprendizagem das regras elementares• Noção elementar de cooperação



The diagram shows a volleyball court with a net in the center. A player is positioned on the left side of the court. A ball is shown in the air above the net. A dashed arrow labeled 'A' points from the ball to a player on the left side of the net, and another dashed arrow labeled 'B' points from the ball to a player on the right side of the net. The court is divided into two halves by the net, and each half is further divided into three sections by dashed lines. A volleyball is shown in the top right corner of the slide.

1 x 1

- Passe - 3 toques
- Passe – Utilizar os toques de controlo (limite 2) e o último toque para (re)envio da bola
- Manchete + Passe
- Manchete + Passe + Remate



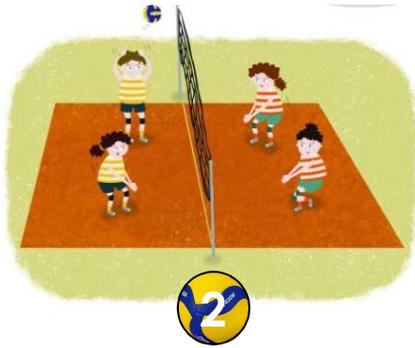
The diagram shows a volleyball court with a net in the center. A player is positioned on the left side of the court. A ball is shown in the air above the net. A dashed arrow labeled 'A' points from the ball to a player on the left side of the net, and another dashed arrow labeled 'B' points from the ball to a player on the right side of the net. The court is divided into two halves by the net, and each half is further divided into three sections by dashed lines. A volleyball is shown in the top right corner of the slide.

1X1

- 2 | 3 Toques – Progressão para a rede
- Utilização sequencial de gestos técnico/táticos
- Controlo da energia da bola
- Relação linear



2x2 Iniciação ao jogo coletivo



- Cooperação/comunicação com companheiro.
 - Definição de tarefas (receptor/ "não receptor").
 - Obrigatoriedade de 2 toques, no mínimo, tentar cumprir os três toques de equipa.
 - O jogador que não recebe adianta-se para passar (**JOGAR DE TRÁS PARA A FRENTE**).
 - Orientação corporal para o alvo.
 - Noção de diferenciação da fase de defesa e de ataque.
 - Obrigar à aplicação dos princípios de execução dos elementos técnicos.
 - Receber/defender e esperar o passe para progredir para atacar.
- Início do jogo coletivo;
 - Ajuda a delimitar as zonas de intervenção de cada jogador;
 - Desenvolve a comunicação;
 - Possibilidade de jogar com 3 toques obrigatórios;
 - Facilita a passagem de um papel dentro da equipa para o outro durante o decorrer do próprio jogo.



DIVERSÃO | TÁTICA SIMPLES | COMUNICAÇÃO | EU E O MEU COLEGA

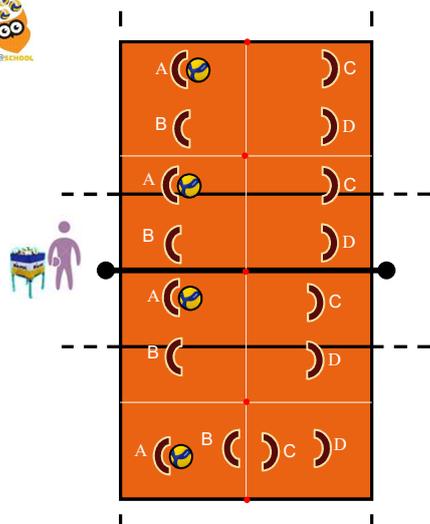
**Regra de ouro
JOGAR DE TRÁS PARA A FRENTE**

Etapas da preparação desportiva (2x2 - 3x3)



Etapa 2 5º/6º anos (11 -12 anos)

Adaptação do Regulamento	Objetivos Técnicos	Objetivos Táticos
<ul style="list-style-type: none"> Cada jogador realiza no máximo 2 serviços consecutivos. Rotação obrigatória após os dois serviços. 1ª serviço obrigatório por baixo/passe Redução do espaço de jogo (C – 8; L – 4 / 4,5) 	<ul style="list-style-type: none"> Perícias e manipulações com bola Passe de frente em apoio Deslocamentos defensivos Iniciação à manchete Serviço por baixo/passe 	<ul style="list-style-type: none"> Realizar os 3 toques Ocupação racional do espaço Diferenciação de responsabilidades (recebedor / não recebedor) Noções elementares de cooperação Noções de oposição – leitura do espaço adversário Adequar a ação com a trajetória da bola Desenvolver a comunicação verbal Evolução na aprendizagem das regras Introduzir a “progressão no terreno” T > F



2 x 2



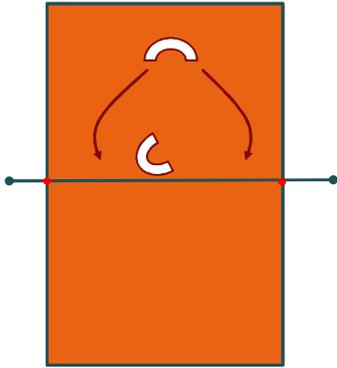
- Passe - 3 toques
- Passe – Utilizar os toques de controlo (limite 2) e o último toque para (re)envio da bola
- Manchete + Passe
- Manchete + Passe + Remate



2X2 (SIDE-OUT)

1:1

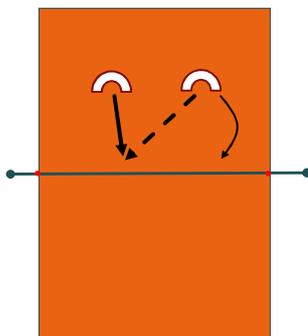
- Aumenta e divide as zonas de responsabilidade (frente/trás)
- > deslocamentos



2X2 (SIDE-OUT)

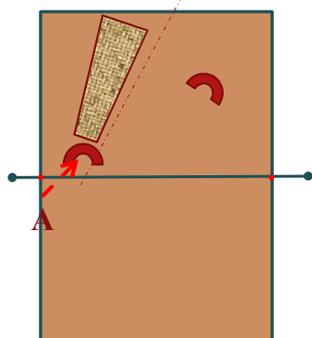
0:2

- Diferenciação de funções, de acordo com o ponto de queda da bola e o 1º toque de equipa.
- Variação do ponto de ataque
- **IMPORTANTE** – A bola deve ser jogada para a frente não para o lado e a progressão para o ataque ser atempada com o passe.





2X2 (TRANSIÇÃO)

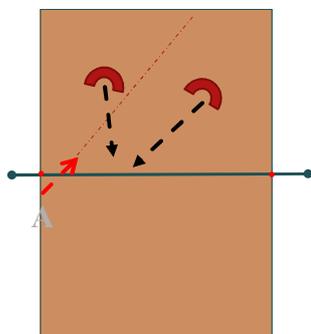


1:1

- Com / sem bloco
- Organização simples do bloco (linha ou diagonal)
- Estrutura simples de organização da transição (bloco | defesa)



2X2 (TRANSIÇÃO)



0:2

- Diferenciação de funções
- Variação do ponto de ataque
- Divisão das zonas de responsabilidade e zona de conflito.



3x3

Iniciação da organização coletiva complexa



- Alargamento do espaço de jogo – melhor ligação entre jogadores.
- Definição de um ponto de passe.
- Ocupação de um espaço de jogo (zona de responsabilidade perto ou afastado da rede).
- Maior mobilidade e diversidade de situações.
- Noção mais vincada de defesa e ataque.
- Diferenciação de zonas de ataque.
- Ajustamentos e orientação corporal.
- Distribuidor como organizador do sistema ofensivo;
- O bloco individual como o organizador do sistema defensivo;
- Ajuda a definir melhor as funções e as técnicas a utilizar ;
- Cada jogador é responsável por uma “linha” defensiva;
- Pelo menos 2 possibilidades de passe – Passe de costas;
- Desenvolvimento da capacidade de escolha e de “contra-informação”;
- Ataque ou finta com oposição (bloco);
- Deslocamento defensivo do não bloqueador.
- Mais rico nas ações de oposição do bloco e de relação bloco/defesa.

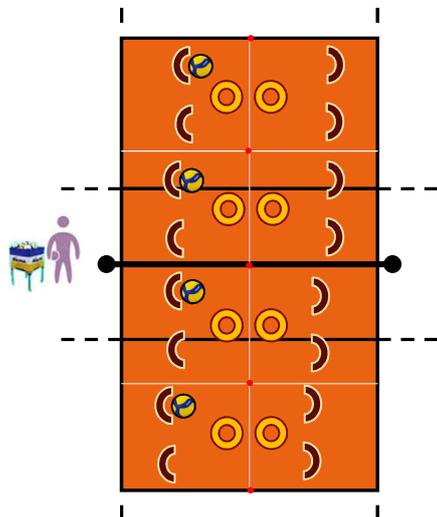


volleyball@SCHOOL

DIVERSÃO | ORGANIZAÇÃO | ÁREAS DE RESPONSABILIDADE

Regra de ouro

ÁREAS DE CONFLITO | ALARGAMENTO DAS OPÇÕES



3 x 3

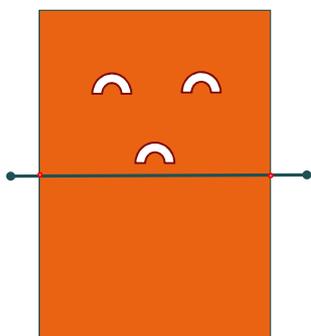


DESCRIÇÃO:

- Passe - 3 toques
- Manchete + Passe + Remate



3X3 (SIDE-OUT)

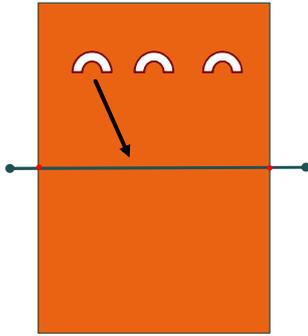


1:2

- Qual a zona "A" da recepção (no meio ou mais na ponta
- Introduzir o ataque ao 2º toque
- Introduzir passe de costas
- Noção de extensão de rede



3X3 (SIDE-OUT)

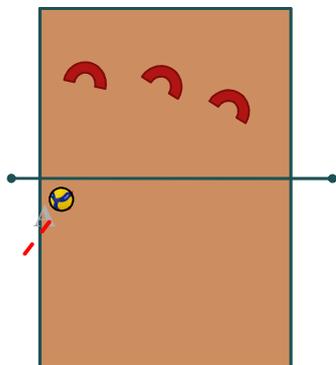


0:3

- Variação do ponto de passe de acordo com o ponto de queda do 1º toque de equipa – Plano de ação.
- Pré-definição do passador, em função do recebedor.
- Exige uma forte comunicação.



3X3 (TRANSIÇÃO)

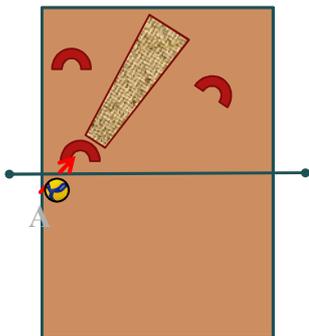


0:3

- Sem bloco
- Diferenciação de funções
- Exigem uma comunicação forte
- Valoriza a defesa.
- Divisão das zonas de responsabilidade e pré-definição do passador e das zonas do ataque.



3X3 (TRANSIÇÃO)

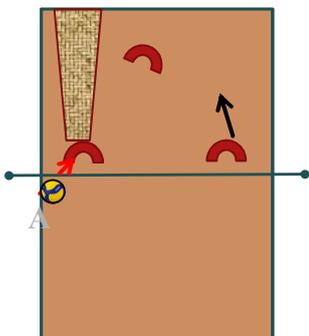


1:2

- Com / Sem bloco
- Organização simples do bloco (linha ou diagonal)
- Estrutura de organização da transição (bloco | defesa)
- É preciso definir a estrutura do contra-ataque.



3X3 (TRANSIÇÃO)



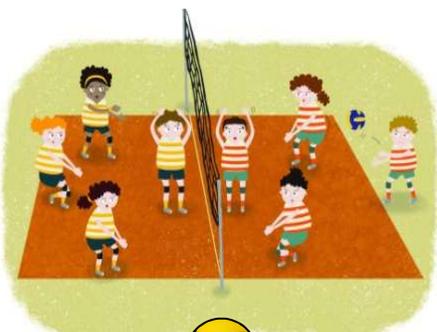
2:1

- Com bloco individual.
- Organização simples do bloco (linha ou diagonal)
- Estrutura de organização da transição (bloco | defesa)
- É preciso definir a estrutura do contra-ataque – quem passa e os atacantes.



4x4

Estrutura complexa de organização coletiva



- Aumento do espaço ofensivo do jogo, com a possibilidade de atacar no mínimo com dois jogadores – ação de jogo mais elaborada.
- Possibilidade de aparecimento do bloco (individual e coletivo) – como oposição ao ataque.
- Defesa coletiva mais evoluída (bloco; zonas de responsabilidade; interajuda e proteções)
 - Obriga a maior domínio gestual.
 - Permite mais amplitude dos gestos.
- Especialização e treino das estruturas do jogo;
- Reflete o jogo formal no plano das estruturas ofensivas e defensivas;
- Encandeamentos mais exigentes (rápidas) das ações de jogo;
- Menor número de contactos com a bola por jogador.



DIVERSÃO | TÁTICA ELABORADA

Regra de ouro
APRENDER A ATACAR O ADVERSÁRIO | AÇÃO COLETIVA (3 toques)

Etapas da preparação desportiva (4x4)



Etapa 3 6º/7º anos (12 -13 anos)

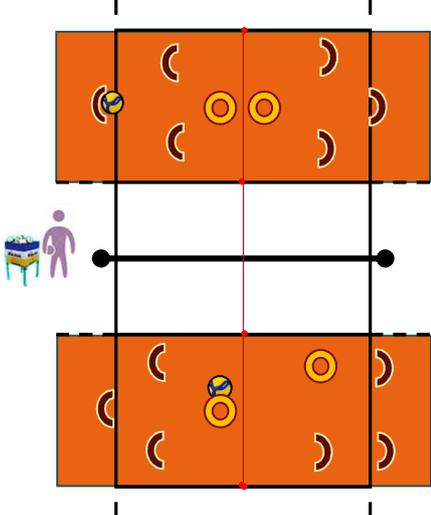
Adaptação do Regulamento	Objetivos Técnicos	Objetivos Táticos
<ul style="list-style-type: none"> • Cada jogador realiza no máximo 2 serviços consecutivos • 1ª serviço obrigatório por baixo • Rotação obrigatória após os dois serviços • Não são permitidas trocas nem penetrações • Redução do espaço de jogo (C – 13; L – 6.5) 	<ul style="list-style-type: none"> • Serviço por baixo • Passe de frente em apoio • Passe de costas em apoio - introdução • Manchete • Deslocamentos • Corrida de aproximação (ataque com passe em suspensão) 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolver a comunicação verbal e motora • Construir o jogo de trás para a frente. • Ocupação racional do espaço de jogo • Organizar coletivamente o ataque e a defesa • Leitura do espaço adversário • Recepção a três • Defesa rotacional (1:2:1) • Utilizar o espaço da rede em toda a sua extensão.

Etapas da preparação desportiva (4x4)



Etapa 4 8º/9º anos (13 -14 anos)

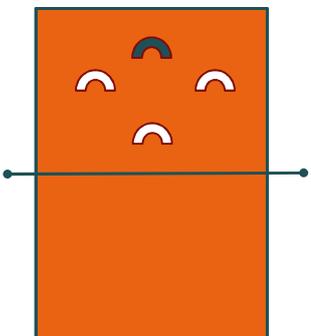
Adaptação do Regulamento	Objetivos Técnicos	Objetivos Táticos
<ul style="list-style-type: none"> • O jogador do serviço não pode atacar • Redução das dimensões do campo (C – 13; L – 6.5) 	<ul style="list-style-type: none"> • Serviço por baixo (consolidação) • Serviço por cima • Manchete • Passe de costas (consolidação) • Ataque em apoio • Ataque de 3º tempo em suspensão – introdução. • Bloco Individual (iniciação) • Deslocamentos simples de bloco – passo caçado (iniciação) 	<ul style="list-style-type: none"> • Idem etapa anterior. • Acelerar a energia a transmitir à bola. • Ligação / coordenação básica do bloco individual com defesa. • Atacar com precisão para perto/afastado da rede.



The diagram shows a volleyball court layout for a 4x4 format. It features two orange rectangular playing areas, one above and one below a central net. Each area is divided into four columns by three vertical lines. The top area contains several yellow and blue circles representing players and a ball. The bottom area also contains yellow and blue circles. A net is shown in the center, with a purple figure of a player on the left side. A red vertical line runs down the center of the court, and a black horizontal line represents the net. The background is a red banner with yellow, green, and blue circles, and a red and white striped pattern on the right side.

4 x 4

- 4x4
- Estrutura complexa dos jogos reduzidos



The diagram shows a volleyball court layout for a 4x4 (SIDE-OUT) format. It features a single orange rectangular playing area. The area is divided into three columns by two vertical lines. The top section of the area contains three white semi-circles representing players. A net is shown in the center, with a purple figure of a player on the left side. A red vertical line runs down the center of the court, and a black horizontal line represents the net. The background is a red banner with yellow, green, and blue circles, and a red and white striped pattern on the right side.

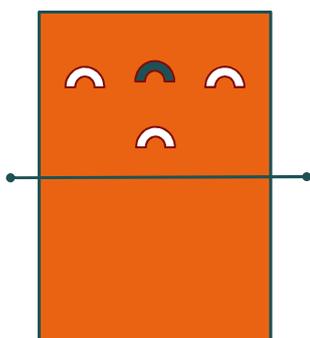
**4X4
(SIDE-OUT)**

1:2:1 (#Losango)

- Duas linhas na recepção
- Mais zonas de conflito
- Extensão de rede
- Ponto de passe (bola "A") no meio ou na ponta.



4X4 (SIDE-OUT)

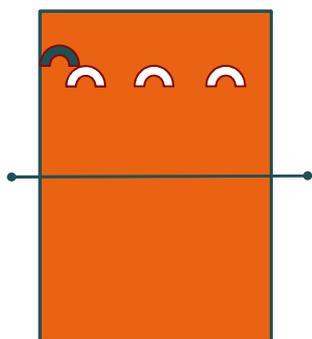


1:3 (#triângulo)

- 1 Linha de recepção
- Recepção por corredores
- Extensão de rede
- Ponto de passe (bola "A") no meio ou na ponta.



4X4 (SIDE-OUT)



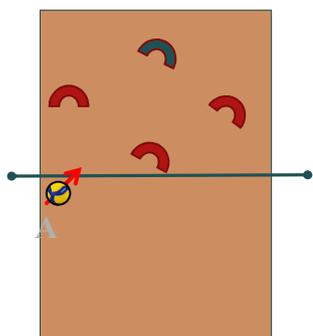
4:4

0:3 (com penetração - Treino)

- Extensão de rede
- Possibilidade de 3 pontos de ataque – nas extremidades e no meio.



4X4 (TRANSIÇÃO)



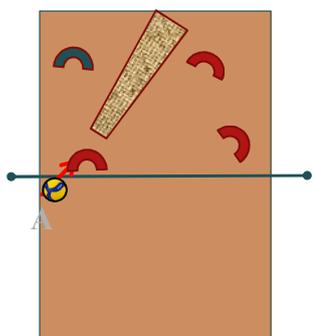
“Diamante” | Losango

1:2:1

- Bloco individual com deslocamento.
- Introdução de funções específicas.
- Defender a “enfrentar” de frente para o atacante.
- Definir as zonas de responsabilidade e as zonas de conflito.
- Mais usado se o ataque não é muito forte.



4X4 (TRANSIÇÃO)



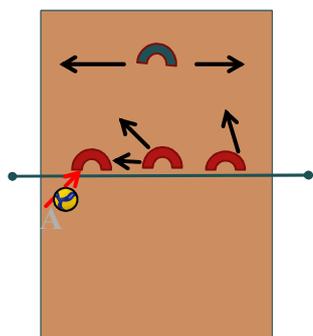
“Quadrado”

2:2

- Introdução do bloco individual, por zona. Exige pouco deslocamento ao bloqueador.
- Não bloqueador entra no sistema defensivo.
- Possibilidade de introdução de funções específicas.
- Mais usado para contrariar as equipas com atacantes mais fortes.



4X4 (TRANSIÇÃO)



3:1

- Possibilidade de introdução do bloco duplo.
- Contrariar ataque no meio
- Introdução de funções específicas.
- Mais usado para equipas com atacantes muito fortes e em toda a extensão da rede.

Etapas da preparação desportiva (6x6)



Etapa 5 9º/10º anos (14 -15 anos)

Adaptação do Regulamento	Objetivos Técnicos	Objetivos Táticos
<ul style="list-style-type: none">• 10 elementos têm que jogar um set, sem serem substituídos	<ul style="list-style-type: none">• Deslocamentos defensivos• Defesa Baixa – enrolamentos• Bloco Individual• Deslocamentos de bloco – passo caçado e passo cruzado.• Serviço por cima (em apoio)	<ul style="list-style-type: none">• Sistema 6:6 (sem especialização) – 4:2 – 6:2• Receção em “W” ; “U”• Passador em Z3 – Z2• Ataque em Z2 e Z4 de 2 e 3º tempo• <u>Organização Defensiva</u>: bloco a 1; proteção pelo passador; Z6 avançado• Proteção ao ataque: 1ª linha: Passador + Z6; 2ª linha: atacante livre + Z5 + Z1

Etapas da preparação desportiva (6x6)



Etapa 6 11º/12º anos (16 -17 anos)

Adaptação do Regulamento	Objetivos Técnicos	Objetivos Táticos
<ul style="list-style-type: none"> Regulamento sem adaptações Aproximação ao jogo formal. Aumentando a complexidade e rigor de aplicação das regras. 	<p>1º Ano:</p> <ul style="list-style-type: none"> Consolidação dos anteriores Passe em suspensão Introdução do ataque de 1º tempo (com ½ bola ao meio) 	<p>1º ano:</p> <ul style="list-style-type: none"> Consolidação dos anteriores. Sistema 6:2 5:1 - sem especialização no ataque (evoluindo para a especialização); Com penetração; passador na Zona 2/3 <u>Organização Ofensiva</u>: receção com 4 recebedores em linha e em meia lua Cobertura: ataque Z4 – 1ª linha – Z2 + Z3 + Z5; 2ª linha – Z6 + Z1; Ataque Z3 – 1ª linha – Z5 + Z4 + Z2 + Z1; 2ª linha – Z6; Ataque Z2 – 1ª linha - P + Z3 +Z4 ; 2ª linha – Z5 + Z6 <u>Organização Defensiva</u>: Bloco a 2 – marcação diagonal; cobertura pelo blocador livre; Z6 recuado; defesa roda para o lado contrário do ataque; introdução dos defesas alas avançados; sistema defensivo 2:1:3 defensivo 2:0:4

Etapas da preparação desportiva (continuação)



Etapa 6 11º/12º anos (16 -17 anos)



Adaptação do Regulamento	Objetivos Técnicos	Objetivos Táticos
<ul style="list-style-type: none"> Regulamento sem adaptações Aproximação ao jogo formal. Aumentando a complexidade e rigor de aplicação das regras. 	<p>2º Ano:</p> <ul style="list-style-type: none"> Serviço em suspensão Ataque de 1º tempo (em tempo e espaço) Ataque de 2ª linha Combinações de ataque Consolidação dos deslocamentos específicos de bloco 	<p>2º ano:</p> <ul style="list-style-type: none"> Sistema 5:1 (com penetração); especialização no ataque e defesa com permutas; ataque de 2ª linha; jogo combinado na receção ao serviço e na bola morta. Receção com 3 recebedores (em linha). <u>Sistema Ofensivo</u>: ataque de + rápido em Z3; ataque de 2º tempo em Z2; proteção ao ataque <u>Sistema Defensivo</u>: Bloco duplo; cobertura pelo blocador livre; Z6 recuado; defesa Z6 roda para o lado contrário do ataque; defesas alas avançados; sistema defensivo 2:1:3; introdução ao sistema defensivo 2:0:4



SEMANA NACIONAL DE
FORMAÇÃO
SETUBAL
11/16 junho 2022

“O voleibol no âmbito do Desporto Escolar”

Ação de formação – formação contínua

4

6x6



Carlos Dias
Félix Romero



Conceitos básicos

FORMAÇÃO TÁTICA

Tática – Formatos do Jogo

Formatos do jogo

- 1x1
- 2x2
- 3x3
- 4x4
- 6x6

QUESTÕES

- ▶ Questões que se levantam na opção por algum sistema:
 - ▶ Em que **fase da formação** é que estamos? O que é mais relevante e prioritário?
 - ▶ Que tipo de **praticantes/alunos**?
 - ▶ Quantas **aulas/treinos (tempo)** temos para sistematizar o que se pretende ensinar?
 - ▶ O que é mais **divertido, eficaz**, permite a consistência e o desenvolvimento do **pensamento tático**?



Tática – Sistemas de Jogo



- ▶ **SISTEMA DE JOGO** – (ATACANTES:DISTRIBUIDORES)
 - ▶ **SERVIÇO** – TIPO DE SERVIÇO
 - ▶ **SIDE OUT** – LINHAS DE RECEÇÃO
 - ▶ **TRANSIÇÃO** - SISTEMA DEFENSIVO – BLOCO + DEFESA
 - ▶ **COBERTURA** – RECICLAGEM DO ATAQUE
 - ▶ **SISTEMA OFENSIVO** – DISTRIBUIÇÃO + ATAQUE (SO | TRA)
- 



SISTEMAS BÁSICOS DE JOGO



SISTEMA DE JOGO

“Representa a **forma geral de organização**, a **estrutura das ações** dos jogadores, estabelecendo missões precisas, princípios de circulação e de colaboração no seio de um dispositivo previamente estabelecido.”

(Teodorescu, 1984)



Tática – Sistemas de Jogo

Sistemas de jogo

4:4

3:1

Sistemas de jogo

6:6

3:3

4:2

6:2

5:1

(ATACANTES) : (DISTRIBUIDORES)



volleyball@SCHOOL

SISTEMAS DE JOGO

6x6

6:6	3:3	4:2	6:2	5:1
6U	3R 3 P U	4R 2P	4R 2U	5R 1P
2 pts ataque	Permutas 2 pts ataque	Permutas 2 pts ataque	Penetração Permutas 3 pts ataque	Penetração Permutas 2 ou 3 pts ataque na rede 4/5 pts ataque

CONCEITOS

Permuta – Troca entre defesas e entre atacantes.

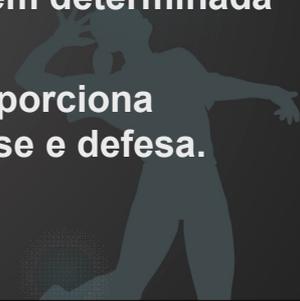
Penetração – Entrada do Distribuidor da zona de defesa para realizar o 2º toque de equipa.

U – Universais | R – Rematadores | P - Passador



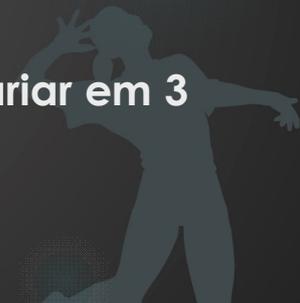
Sistema de jogo - 6:6

- ▶ Todos os praticantes passam, em determinada posição (3 ou 2).
- ▶ Não há funções específicas.
- ▶ Todos os jogadores atacam, exceto quem assume a função de passador, em determinada posição.
- ▶ Ideal para escalões iniciais. Proporciona vivências gerais no ataque, passe e defesa.



Sistema de jogo – 4:2

- ▶ 4 atacantes e 2 passadores.
- ▶ Especialização da função a 2 dist.
- ▶ Habitualmente sucede ao 6x6.
- ▶ Permite ensinar as permutas (podendo ser introduzidas gradualmente)
- ▶ A zona de distribuição pode variar em 3 ou 2.





volleyball@SCHOOL

SIDE OUT



Princípios táticos elementares SIDE OUT

► Objetivo:

Receber a bola, vinda do serviço, de uma forma facilitadora para possibilitar uma boa construção ofensiva em toda a extensão de rede e todas as opções;



PRINCÍPIOS DA ORGANIZAÇÃO

Serviço

Zona e tipo do serviço

Orientação dos apoios

Zona alvo

Linha de recepção

Zona alvo (#A)

Ataque

Diferenciar defesas dos atacantes

Comunicação da ação

Princípios táticos elementares SIDE OUT

▶ PRINCÍPIOS PARA A RECEÇÃO:

- Observar o servidor (tipo de serviço e zona de serviço);
- Os alunos devem de estar orientados em função da Zona em que o serviço é efetuado;
- Os alunos devem estar preparados para receber quer em manchete, mas eventualmente em passe (toque de dedos)





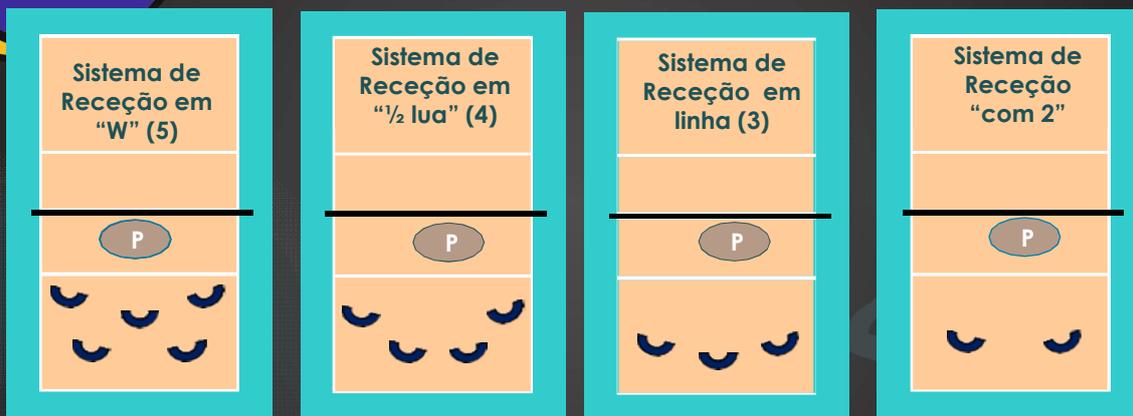
Princípios táticos elementares SIDE OUT

▶ PRINCÍPIOS PARA A RECEÇÃO:

- Os jogadores não devem estar colocados uns à frente dos outros – corredores de ação;
- A colocação dos recebedores deve favorecer a organização ofensiva;
- Trajetória da bola (antecipar e ajustar ao local de queda da bola);
- O passador deve evitar receber e estar o mais rápido possível na zona de passe (Bola #A)



Melhor sistema de recepção ?



Sistemas de recepção

Sistemas de recepção

5 (M ou W)

4 (ou |

3

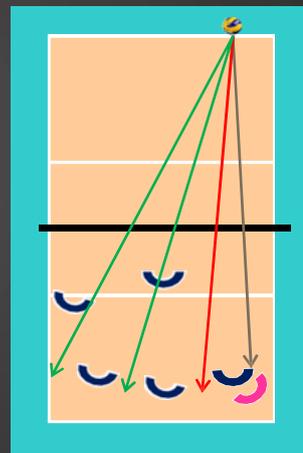
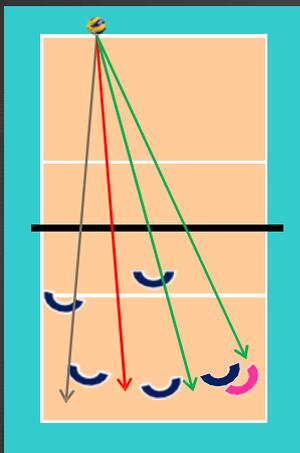
2 + 1/2

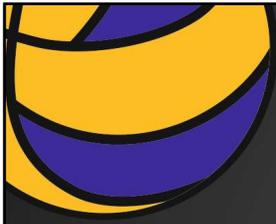
2



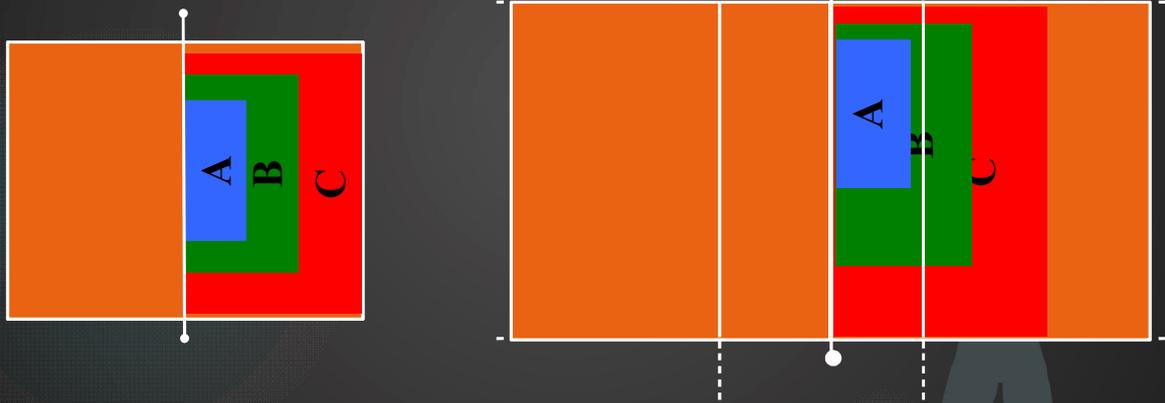
Zonas de responsabilidade

Proveniência do serviço





Definições da Zona alvo



volleyball@SCHOOL

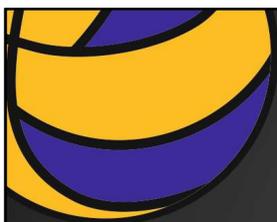
TRANSIÇÃO





Princípios táticos elementares Transição

- ▶ O bloco organiza a defesa
- ▶ Respeito pelo sistema
- ▶ Zonas de responsabilidade individual - intervenção defensiva.
- ▶ Zonas de conflito – como resolver?
- ▶ Comunicação / leitura do bloco.
- ▶ Capacidade de leitura do adversário e da trajetórias da bola.
- ▶ Observação das tendências do ataque adversário - padrão.



Princípios táticos elementares Transição

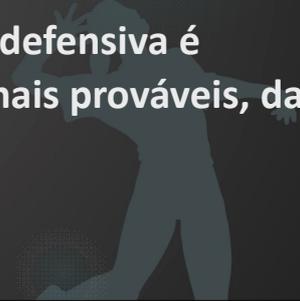
- ▶ Ocupação racional.
- ▶ Capacidade de deslocamento e análise da trajetória.
- ▶ Áreas de responsabilidade: *“mais vale definir mal, do que não definir...”*

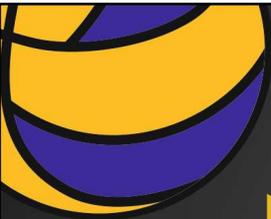




Princípios básicos



- ▶ **Exige comunicação** - Entre bloqueadores; bloqueadores e defensores; entre defensores...
 - ▶ **Permutas**- A ideia base na organização defensiva é colocar os melhores defesas nos pontos, mais prováveis, da queda da bola...
- 



Construção de ataque KII (Transição)



- ▶ **“BOLA MORTA”**... maior possibilidade de organizar os movimentos ofensivos...
 - ▶ **Aproveitar as oportunidades**
 - ▶ **Construção de ataque (gerir o risco)**...
 - ▶ **Após defesa criar total disponibilidade para atacar**...
- 



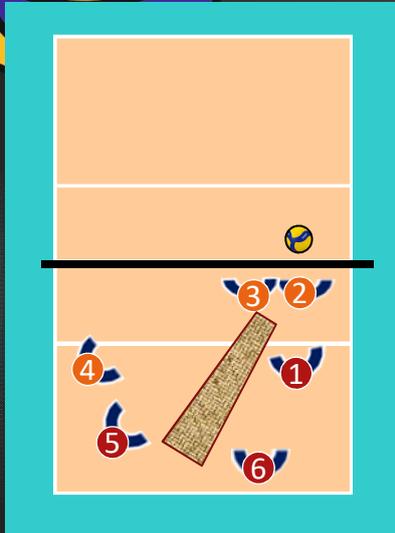
Fases da construção do Sistema Defensivo

Pontos Partida (bloco | defesa)

Pontos Defesa (bloco | defesa)



tática coletiva – Transição

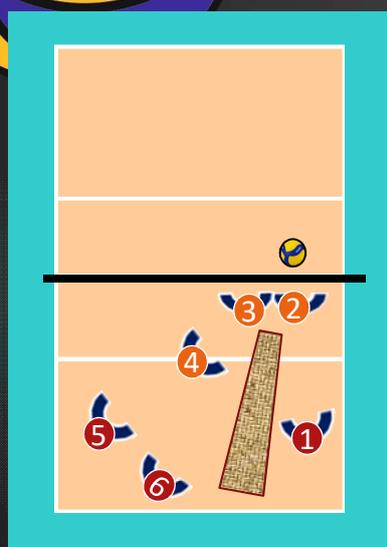


Sistema defensivo com 2 bloqueadores, com 6 recuado

“Rotacional”

O atacante não bloqueador defende a pequena diagonal, e o defensor do lado da bola, sobe para proteção imediata ao bloco. Z6 defende paralela, e o defensor contrário a diagonal

tática coletiva – Transição

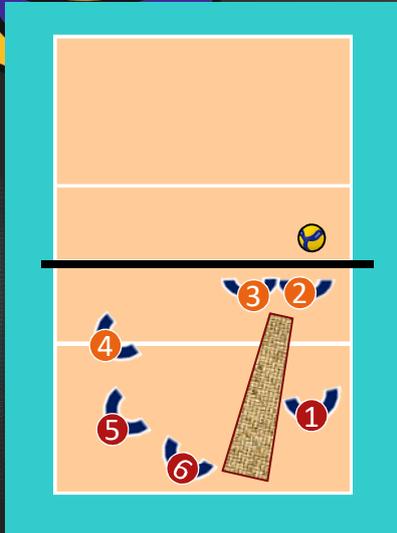


Sistema defensivo com 2 bloqueadores, com 6 recuado

“Slide defense”

O atacante não bloqueador faz a proteção imediata ao bloco. Z6 defende grande diagonal, e o defensor contrário a pequena diagonal.

tática coletiva – Transição



Sistema defensivo com 2 bloqueadores,
com 6 recuado

“Perímetro”

É na atualidade o sistema mais utilizado. Não há (por proximidade um elemento a proteger o bloco), existe um claro reforço da diagonal. Muito utilizado em equipas com blocos muito eficazes e defesas com facilidade de deslocamento.



volleyball@SCHOOL

Cobertura

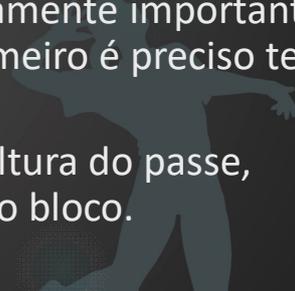
Proteção ao ataque

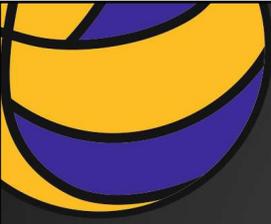




Princípios da cobertura

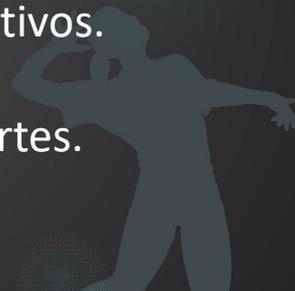


- ▶ O que propõe:
 - ▶ “Estar preparado para recuperar a bola!”
 - ▶ “Esperar sempre que aconteça!”
 - ▶ O “focus” da atenção deve incidir nas mãos dos bloqueadores.
 - ▶ A velocidade de reação é extremamente importante para o sucesso da ação – mas primeiro é preciso ter uma ação planeada.
 - ▶ A sua importância cresce com a altura do passe, velocidade do ataque e eficácia do bloco.
- 



Esquemas de organização



- ▶ Organiza-se em 2 linhas
 - ▶ 2:3 - blocos menos efetivos.
 - ▶ 3:2 - blocos altos e fortes.
- 



“Como em todas as coisas na vida, o sucesso depende da preparação prévia”

Confúcio



**SEMANA NACIONAL DE
FORMAÇÃO**

SETUBAL
11/15 julho 2022

“O voleibol no âmbito do Desporto Escolar”

GRATOS PELA VOSSA ATENÇÃO!

**Carlos Dias
Félix Romero**

