

DESPORTO ESCOLAR | SEMANA NACIONAL DE

FORMAÇÃO

VIANA DO CASTELO | 4/7 JULHO

3



<https://desportoescolar.dge.medu.pt>





Carlos Dias



Félix Romero



VOLEIBOL

O VOLEIBOL NO ÂMBITO DO DESPORTO ESCOLAR

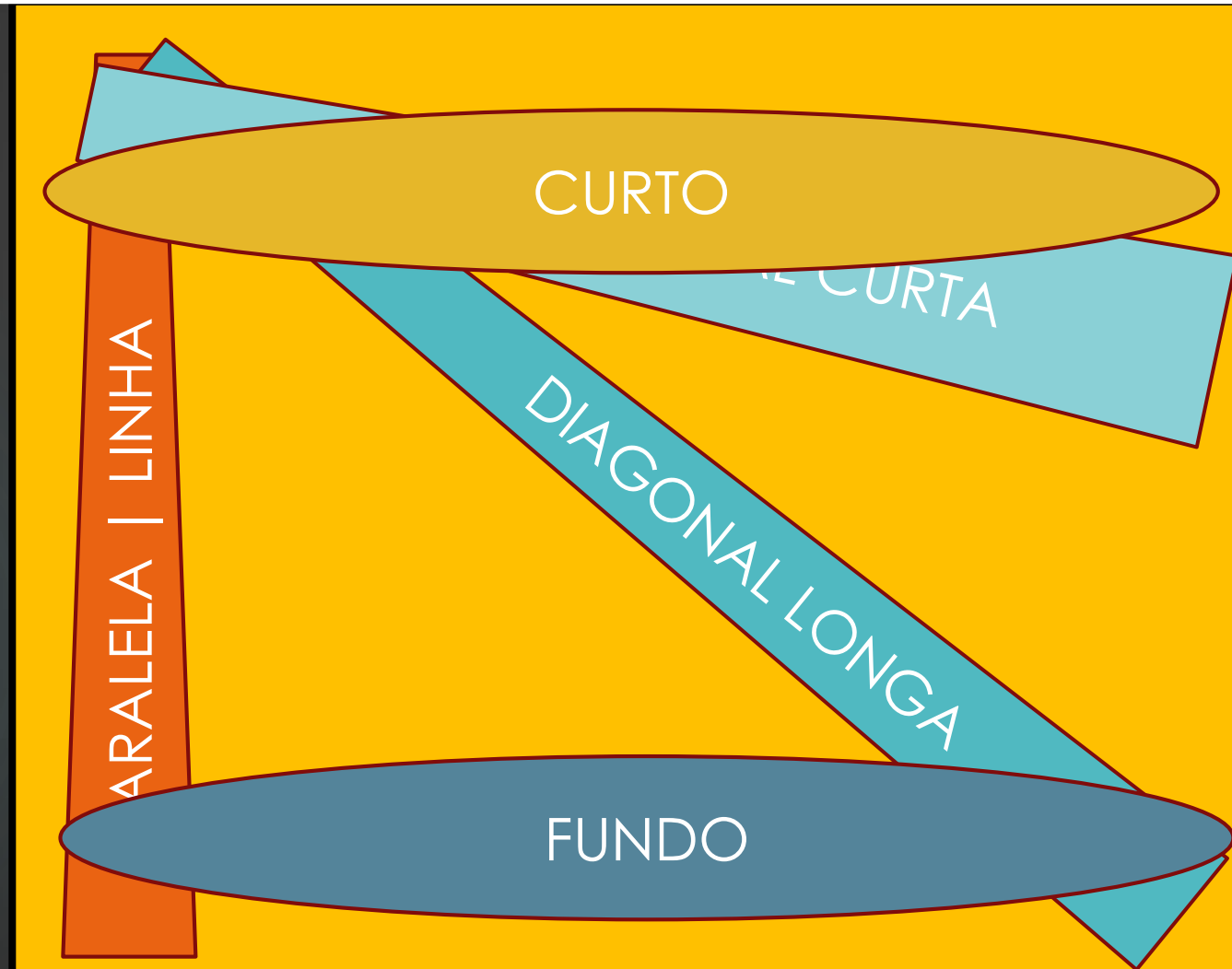
Ensinar a jogar - Jogos Reduzidos



FASES DO JOGO

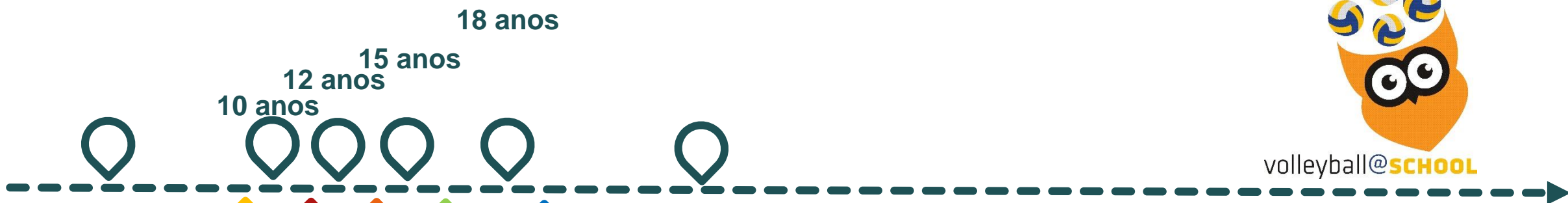


EIXOS DE FORÇA FUNDAMENTAIS



Fita do tempo – percurso escolar

“JOGAR DOS 6 AOS 66”



volleyball@SCHOOL

INFANTIS A

INFANTIS B

INICIADO

JUVENIL

2x2

3x3

4x4

4x4

6x6

6x6



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



A photograph of a volleyball court. In the foreground, a player in a white jersey with the number 13 is looking towards the net. In the background, another player is reaching up with his right hand to touch a yellow and blue volleyball. A large blue oval logo with a red and white stylized 'LE' and the text 'Desporto Escolar' is visible on the wall behind the court. The text '6 Etapas da preparação desportiva NO DESPORTO ESCOLAR' is overlaid in white on the image.

6 Etapas da preparação desportiva NO DESPORTO ESCOLAR



6 Etapas Preparação desportiva no Desporto Escolar

Etapa 1

- 1x1
- Eu e a bola

Etapa 2

- 2x2
- Iniciação ao jogo coletivo

Etapa 3

- 3x3
- Iniciação da organização coletiva complexa

Etapa 4

- 4x4
- Estrutura complexa de organização coletiva

Etapa 5

- 6x6
- Jogo Formal com estrutura organizativa simples

Etapa 6

- 6x6
- Jogo Formal com estrutura organizativa complexa

FUNDAMENTOS

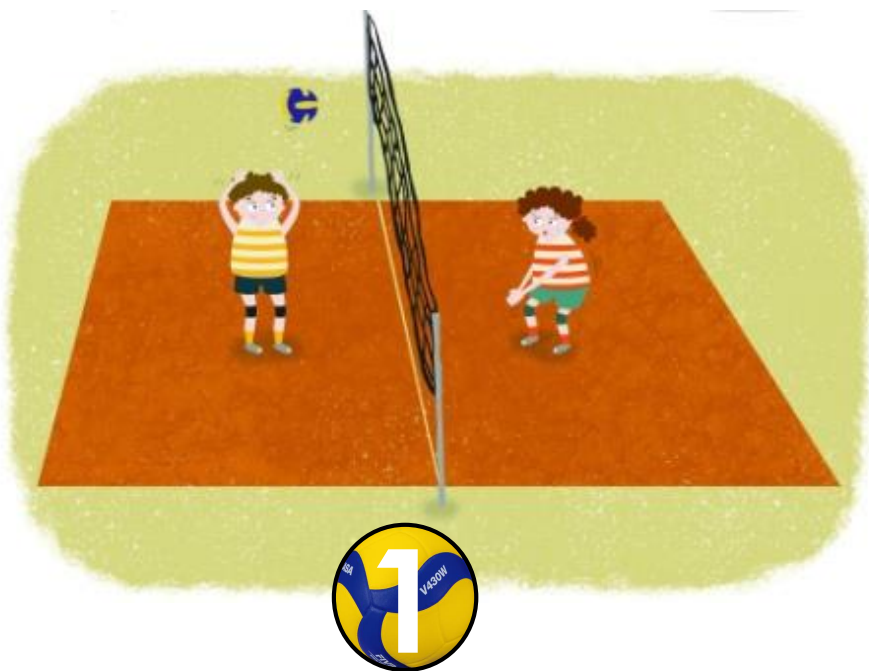
APRENDER A TREINAR

APRENDER A COMPETIR

FUNdamentos – APRENDER JOGANDO

Eu e a bola

1 x 1



- - **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

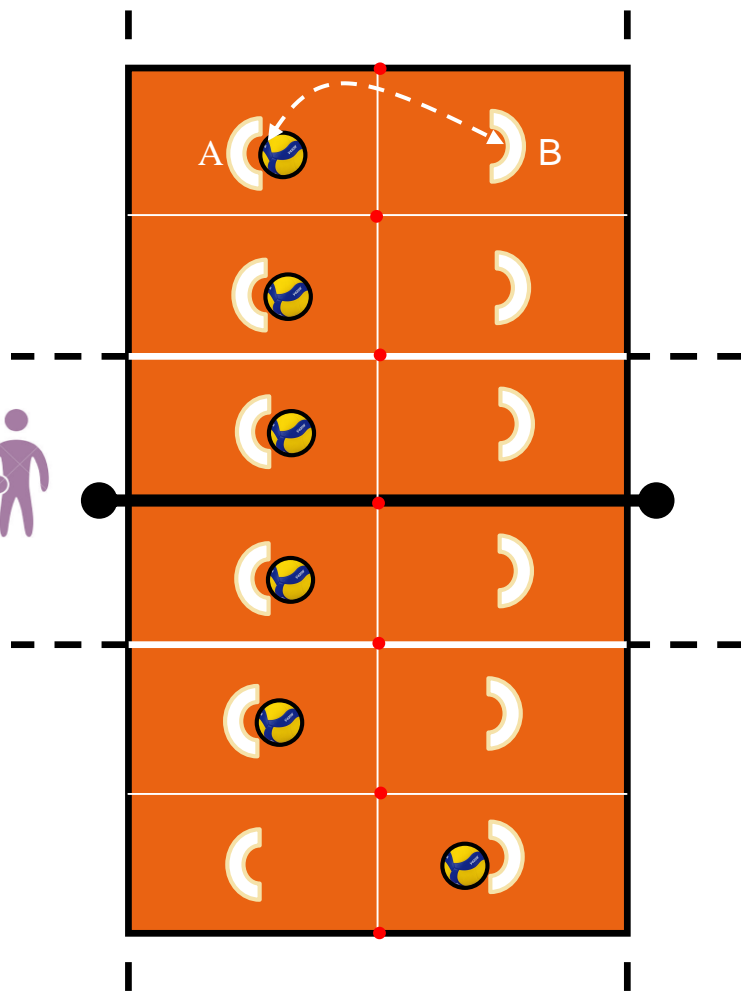
Bola no campo adversário, adota atitude de prontidão

Etapas da preparação desportiva (1x1)



Etapa 1 3º/4º anos (8 -10 anos)

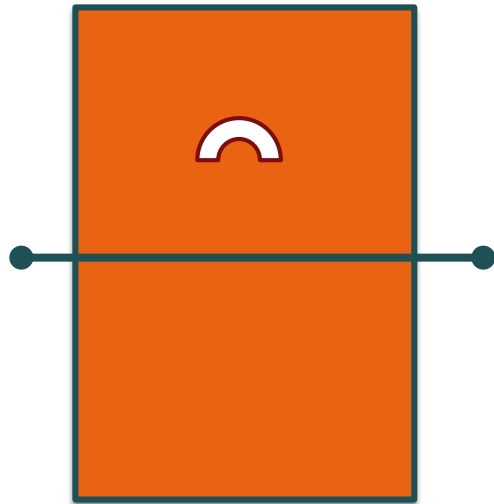
Adaptação do Regulamento	Objetivos Técnicos	Objetivos Táticos
<ul style="list-style-type: none">• Possibilitar o início do jogo em passe ou bola lançada• “MEDIDAS FACILITADORAS”• Bola ligeiramente mais leve• Redução do espaço de jogo (C - 8; L – 3)	<ul style="list-style-type: none">• Perícias e manipulações 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



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

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 (recedor/ “não recedor”).
- 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.



volleyball@SCHOOL

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

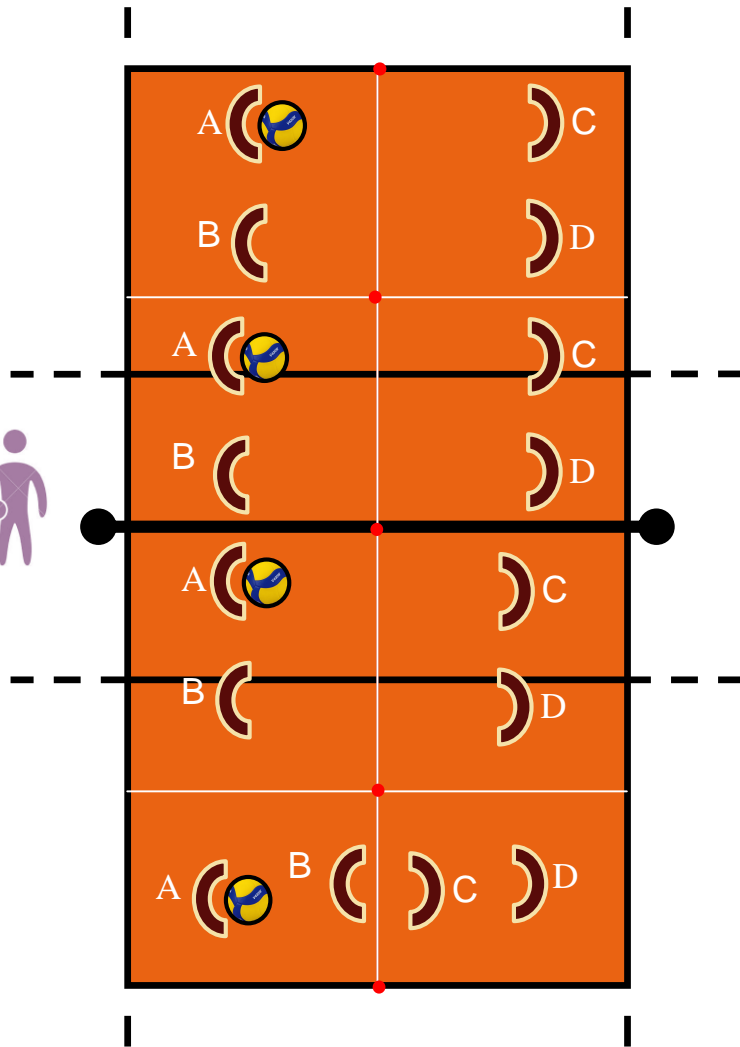
**Regra de ouro
JOGAR DE TRÁS PARA A FRENTE**

Etapas da preparação desportiva (2x2 - 3x3)



Etapa 2 5º/6º anos (11 -12 anos)

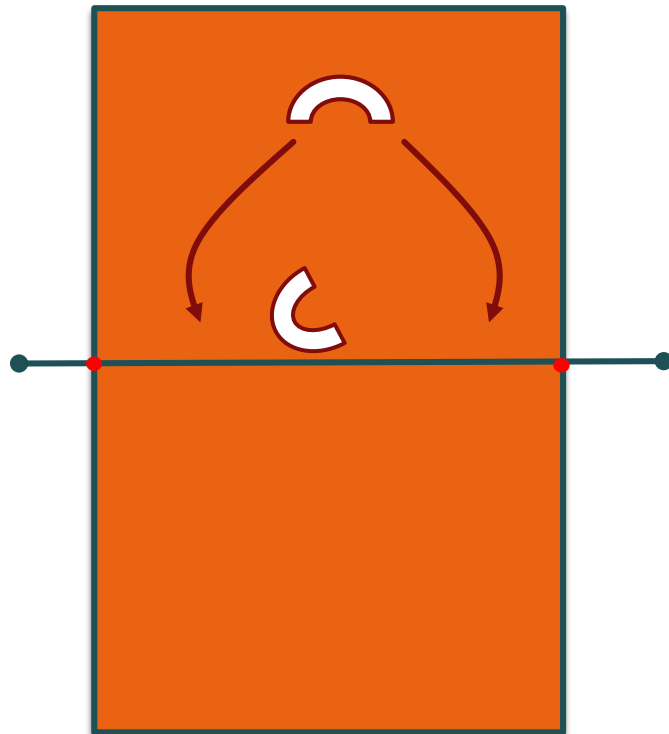
Adaptação do Regulamento	Objetivos Técnicos	Objetivos Táticos
<ul style="list-style-type: none">• Cada jogador realiza no máximo 2 serviços consecutivos. Rotação obrigatória após os dois serviços.• 1ª serviço obrigatório por baixo/passe• Redução do espaço de jogo (C – 8; L – 4 / 4,5)	<ul style="list-style-type: 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



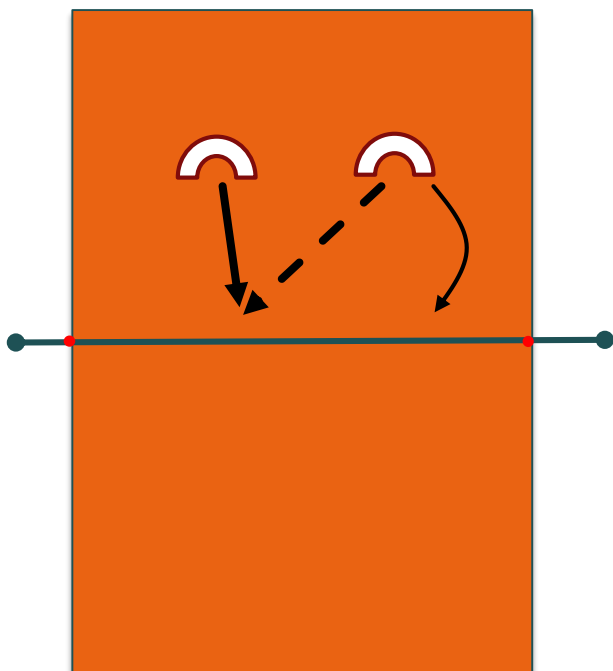
2X2 (SIDE-OUT) 1:1

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



volleyball@SCHOOL

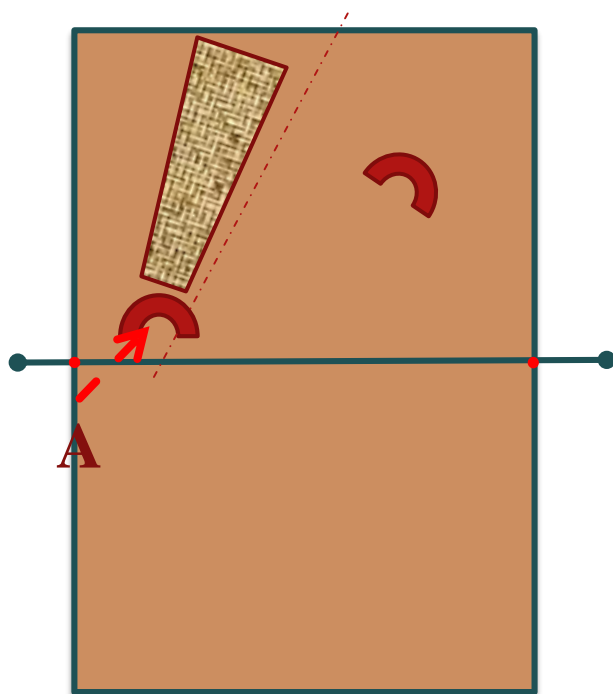
2X2 (SIDE-OUT)



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.

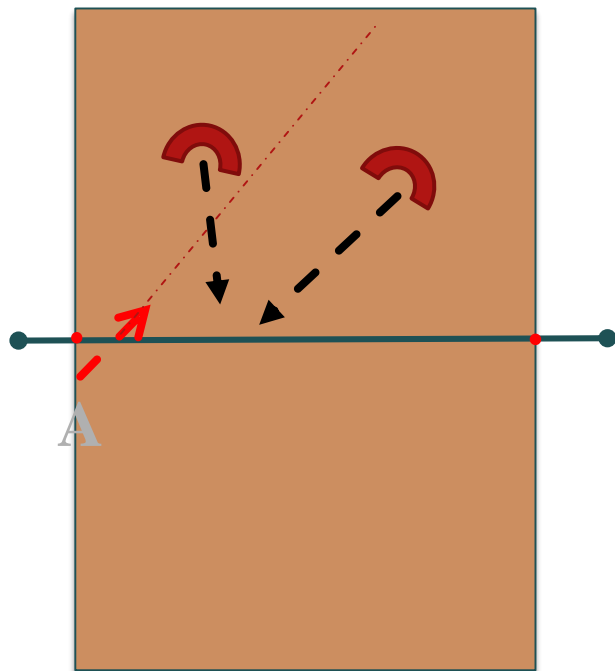
2X2 (TRANSIÇÃO)



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



volleyball@SCHOOL



- 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**

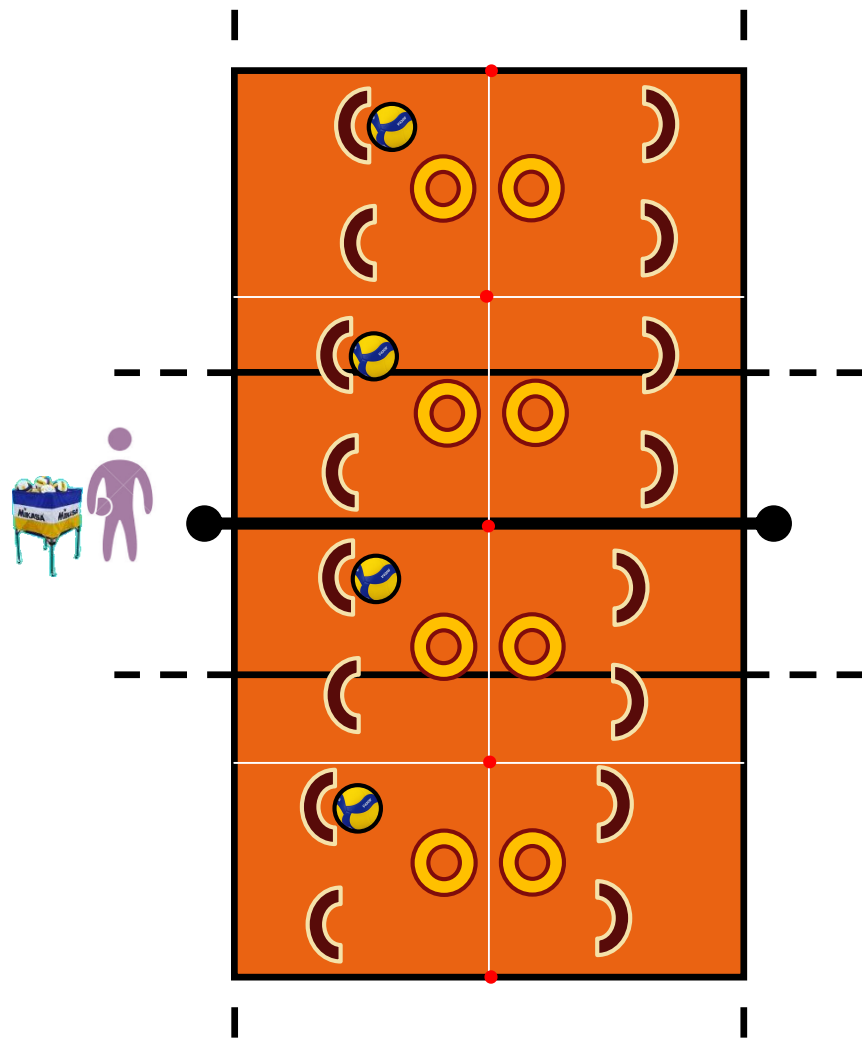
DIVERSÃO | ORGANIZAÇÃO | ÁREAS DE RESPONSABILIDADE

Regra de ouro

ÁREAS DE CONFLITO | ALARGAMENTO DAS OPÇÕES



volleyball@SCHOOL



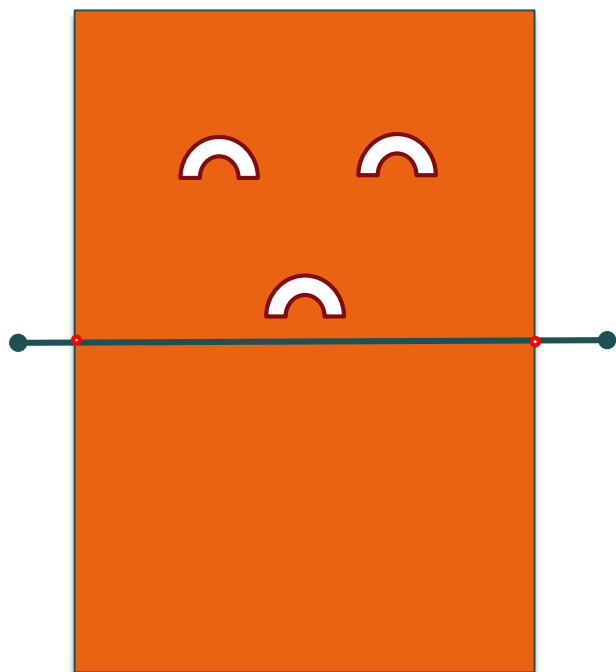
3 x 3



DESCRIÇÃO:

- Passe - 3 toques
- Manchete + Passe + Remate

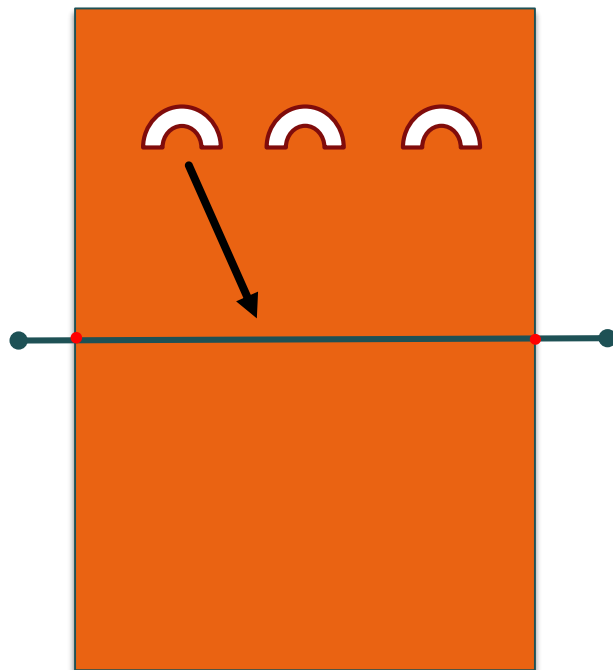
3X3 (SIDE-OUT)



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)



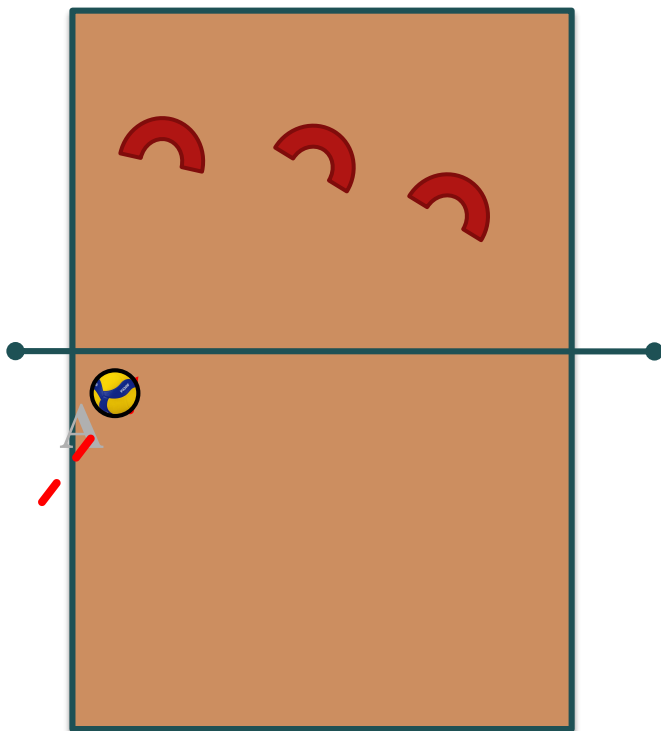
0:3

- 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.



volleyball@SCHOOL

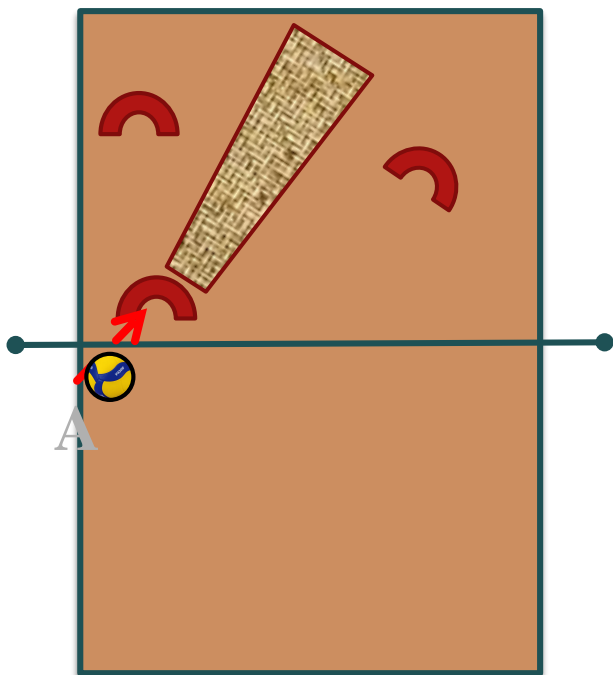
3X3 (TRANSIÇÃO)



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)



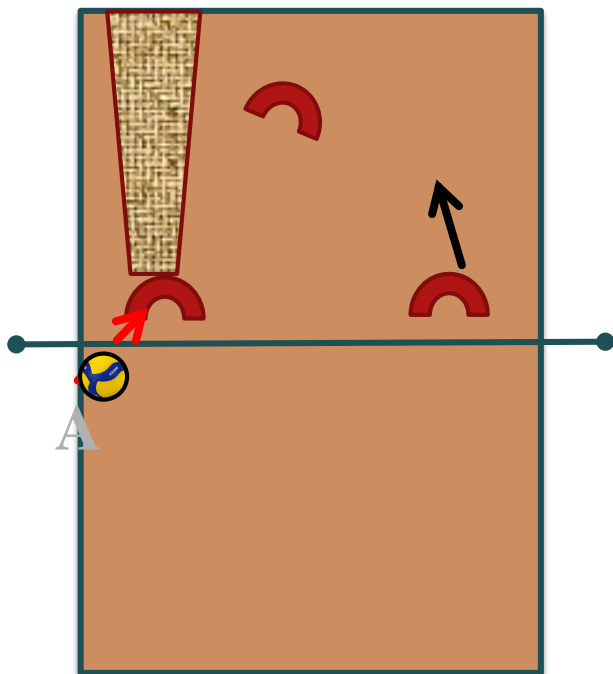
1:2

- 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.



volleyball@SCHOOL

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; interagida 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)

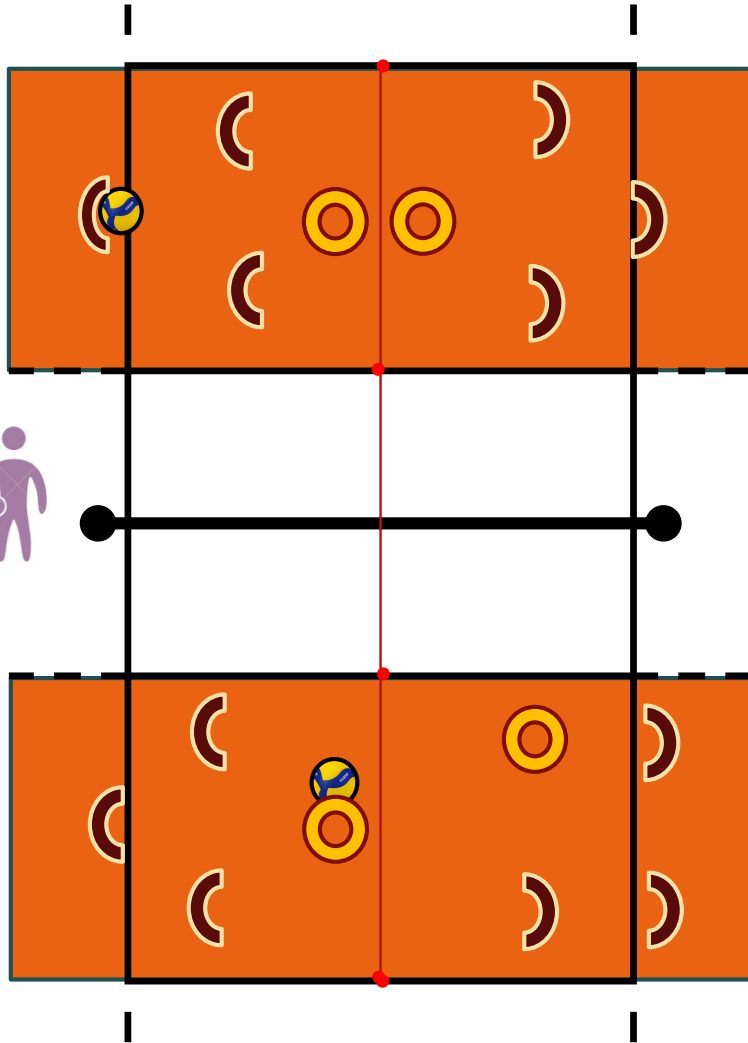
Adaptação do Regulamento	Objetivos Técnicos	Objetivos Táticos
<ul style="list-style-type: none">• Cada jogador realiza no máximo 2 serviços consecutivos• 1ª serviço obrigatório por baixo• Rotação obrigatória após os dois serviços• Não são permitidas trocas nem penetrações• Redução do espaço de jogo (C – 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.

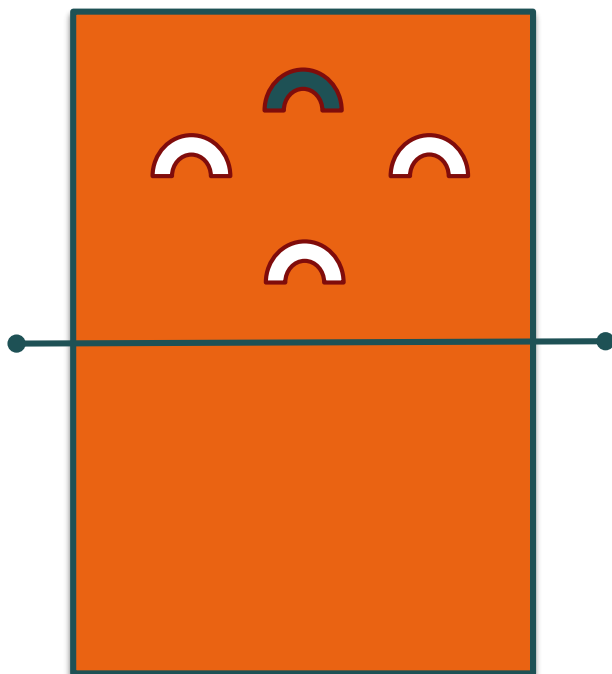


4 x 4



- 4x4
- Estrutura complexa dos jogos reduzidos

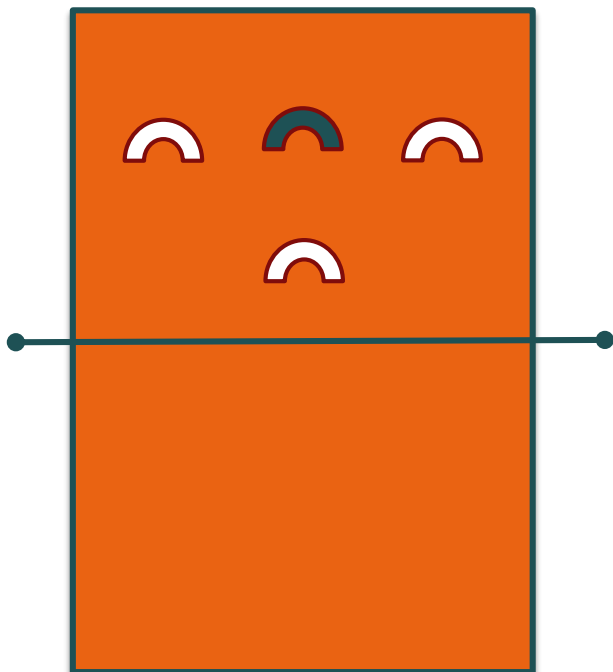
4X4 (SIDE-OUT)



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.

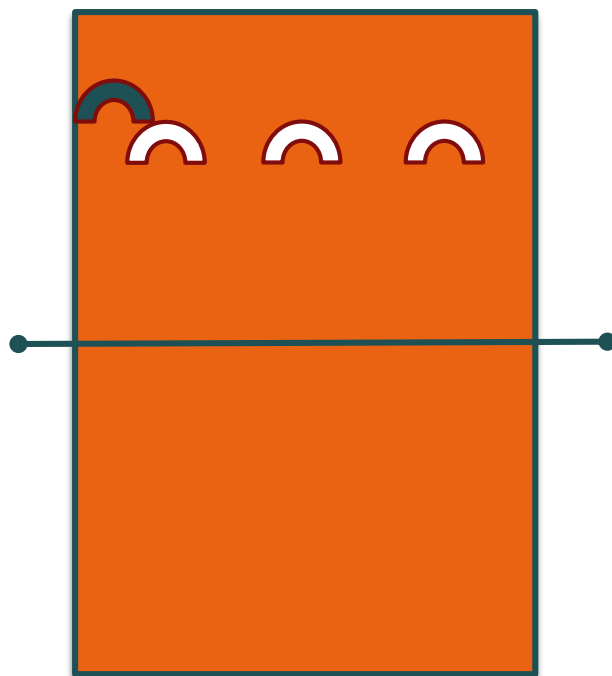
4X4 (SIDE-OUT)



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)

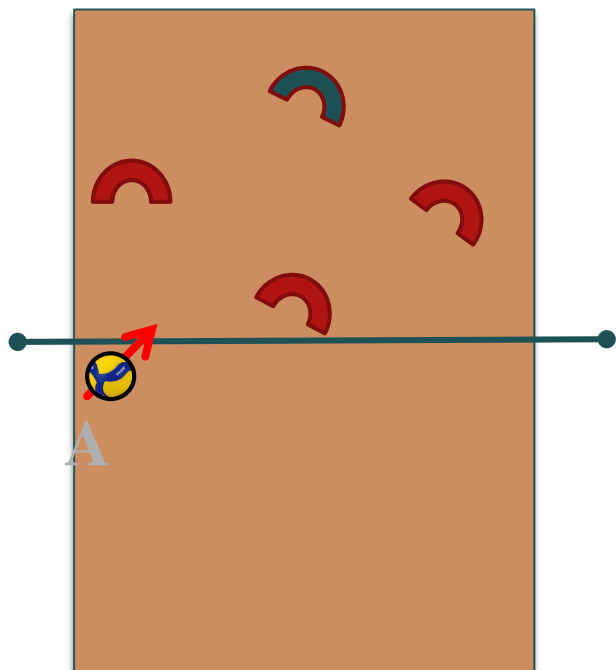


4:4

0:3 (com penetração - Treino)

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

4X4 (TRANSIÇÃO)

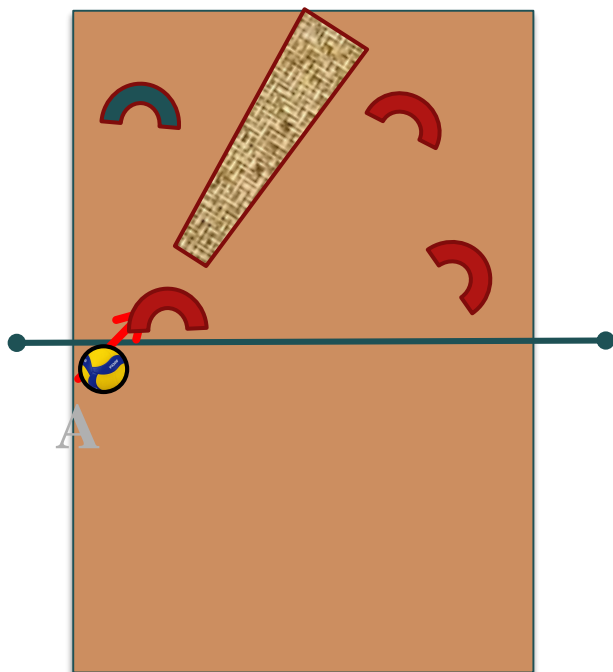


“Diamante” | Losango

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)

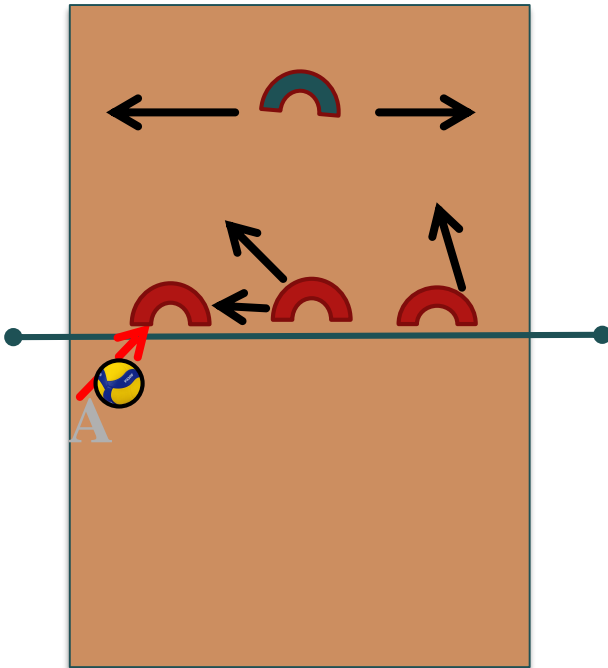


“Quadrado”

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 defensivosDefesa Baixa – enrolamentosBloco IndividualDeslocamentos 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 – 6:2Receção em “W” ; “U”Passador em Z3 – Z2Ataque em Z2 e Z4 de 2 e 3º tempo<u>Organização Defensiva</u>: bloco a 1; proteção pelo passador; Z6 avançadoProteção 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)



volleyball@SCHOOL

Adaptação do Regulamento	Objetivos Técnicos	Objetivos Táticos
<ul style="list-style-type: none">Regulamento sem adaptaçõesAproximação ao jogo formal. Aumentando a complexidade e rigor de aplicação das regras.	<p>1º Ano:</p> <ul style="list-style-type: none">Consolidação dos anterioresPasses em suspensãoIntrodução 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 luaCobertura: 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 bloqueador 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)

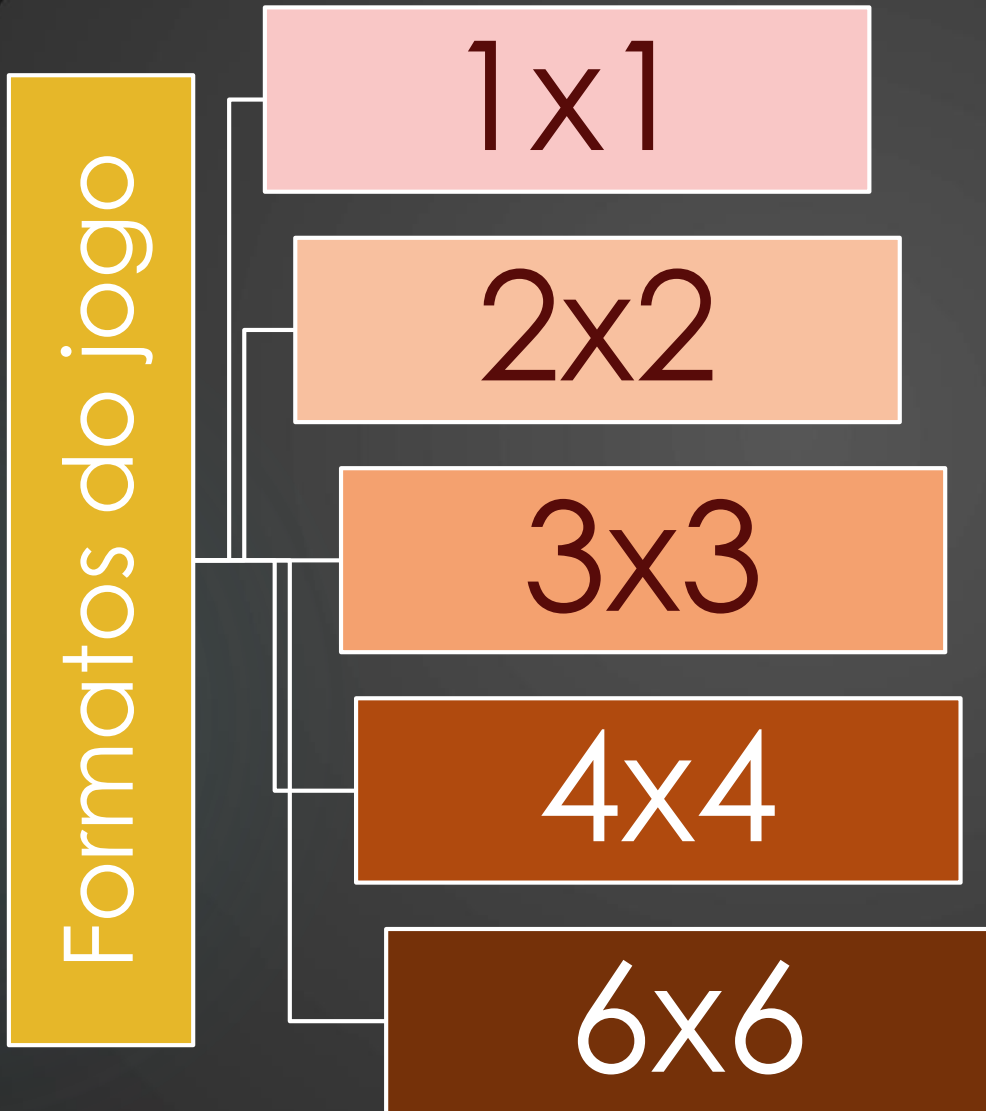
Adaptação do Regulamento	Objetivos Técnicos	Objetivos Táticos
<ul style="list-style-type: none">Regulamento sem adaptaçõesAproximação ao jogo formal. Aumentando a complexidade e rigor de aplicação das regras.	<p>2º Ano:</p> <ul style="list-style-type: none">Serviço em suspensãoAtaque de 1º tempo (em tempo e espaço)Ataque de 2ª linhaCombinações de ataqueConsolidação 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 bloqueador 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

Conceitos básicos

An aerial view of a volleyball match in progress. The court is orange with a teal border. The net is in the center. Players are visible on both sides of the net. The arena is filled with spectators. Text on the court includes 'Gerflor' and 'THE FINALS'. The stadium seating is blue.

FORMAÇÃO TÁTICA

Tática – Formatos do Jogo



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

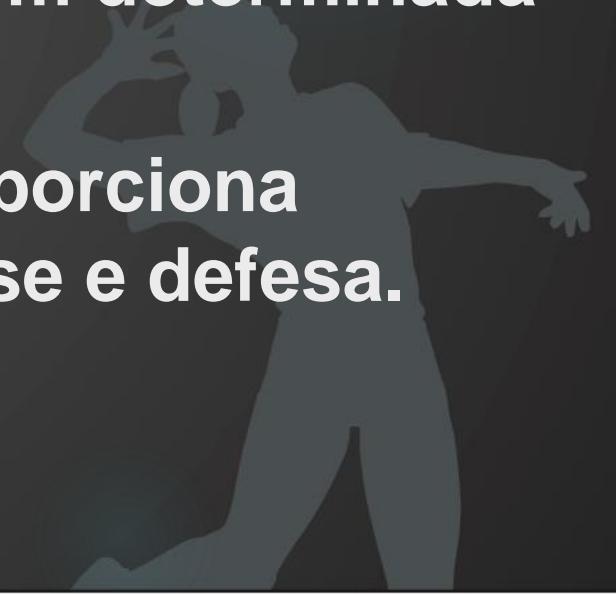
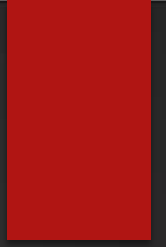
Permuta – Troca entre defesas e entre atacantes.

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

U – Universais | R – Rematadores | P - Passador

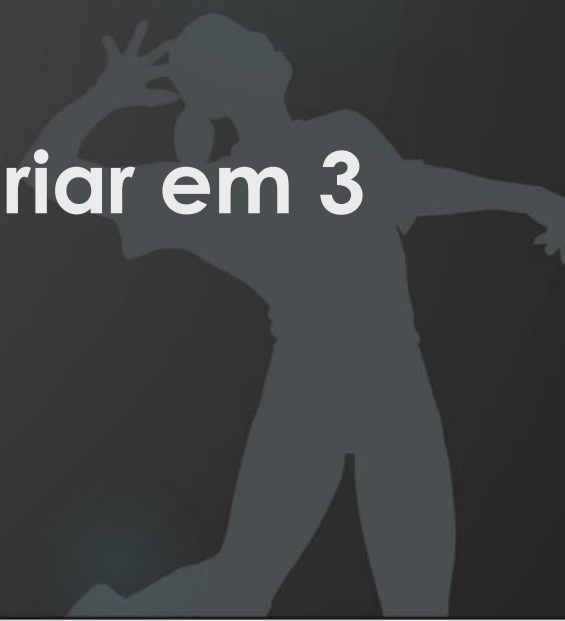
Sistema de jogo - 6:6

- ▶ 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 6:6.
- ▶ 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 receção

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 ?

Sistema de
Recepção em
"W" (5)

P



Sistema de
Recepção em
"1/2 lua" (4)

P



Sistema de
Recepção em
linha (3)

P



Sistema de
Recepção
"com 2"

P



Sistemas de recepção

Sistemas de recepção

5 (M ou W)

4 (OU |

3

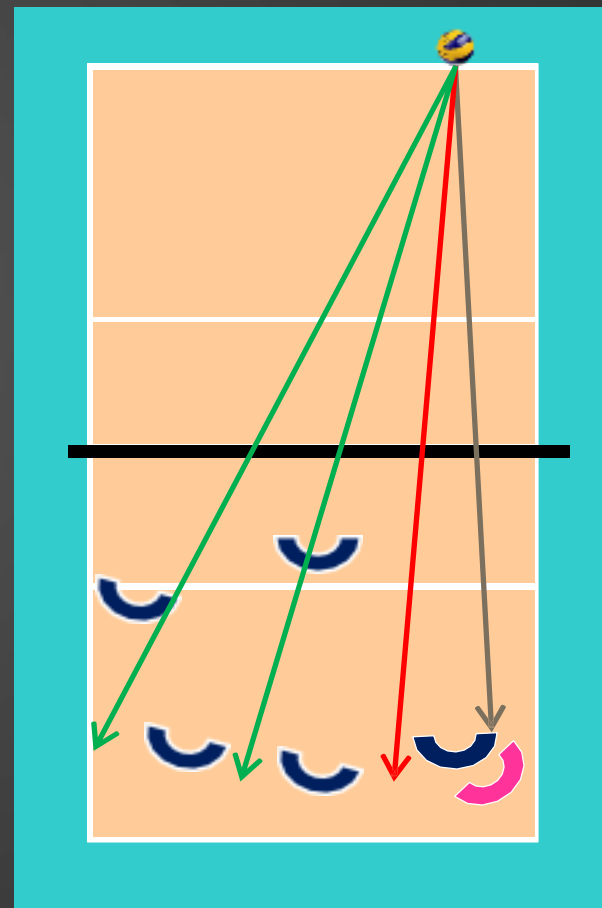
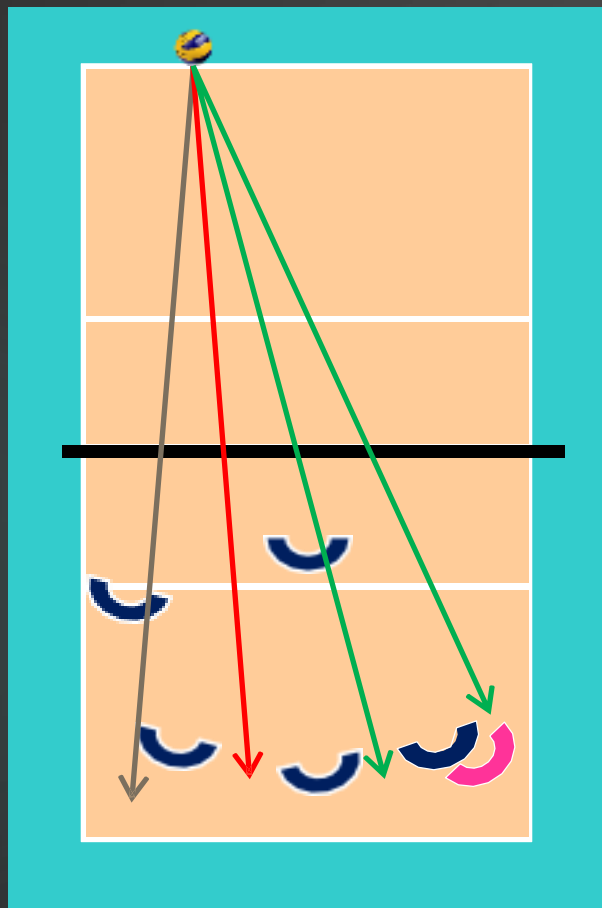
2 + 1/2

2

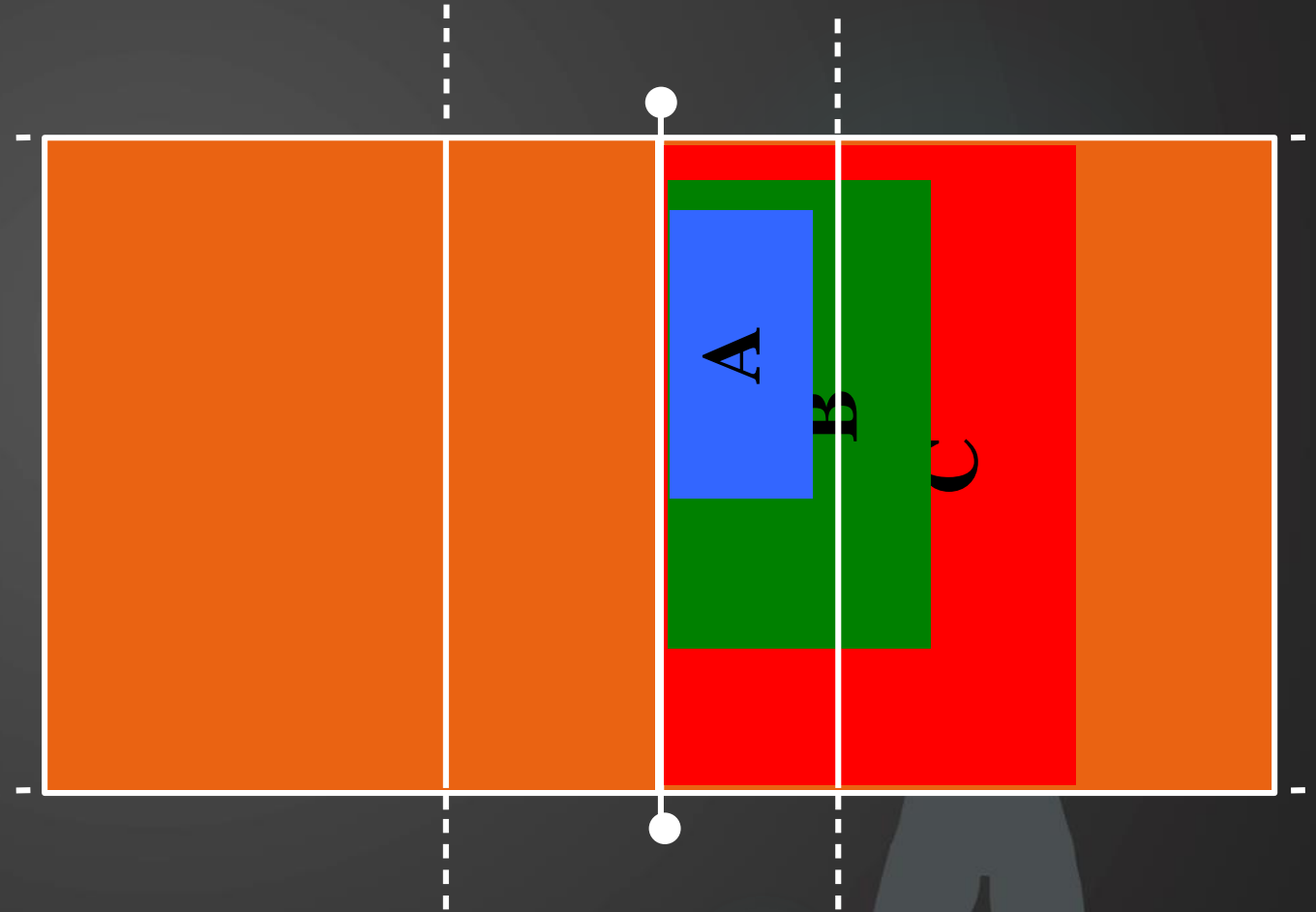
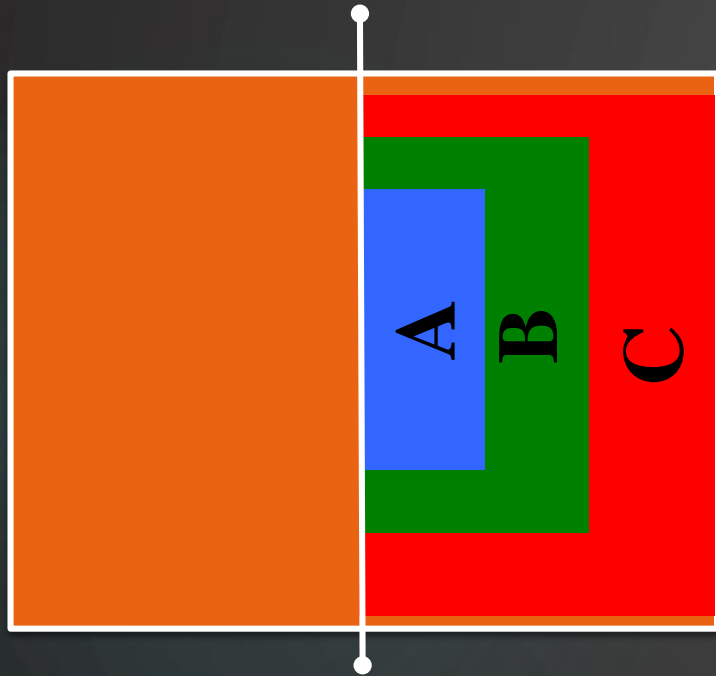


Zonas de responsabilidade

Proveniência do serviço



Definições da Zona alvo





volleyball@SCHOOL

TRANSIÇÃO



Princípios táticos elementares

Transição

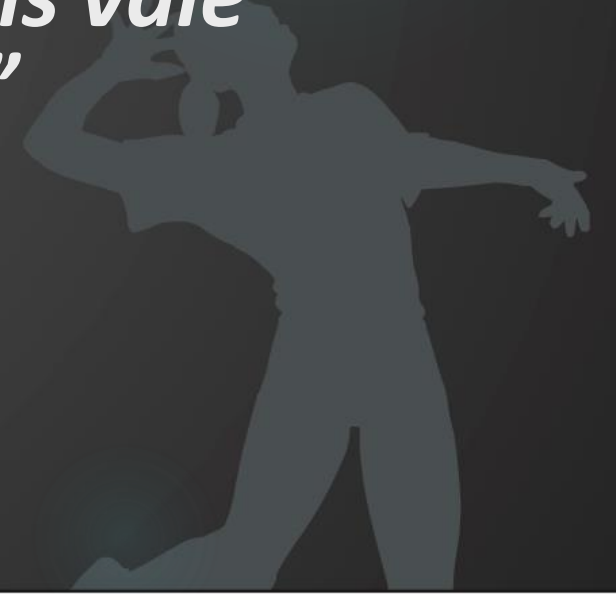
- ▶ O bloco organiza a defesa
- ▶ Respeito pelo sistema
- ▶ Zonas de responsabilidade individual - intervenção defensiva.
- ▶ Zonas de conflito – como resolver?
- ▶ Comunicação / leitura do bloco.
- ▶ Capacidade de leitura do adversário e da trajetórias da bola.
- ▶ Observação das tendências do ataque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



Princípios táticos elementares

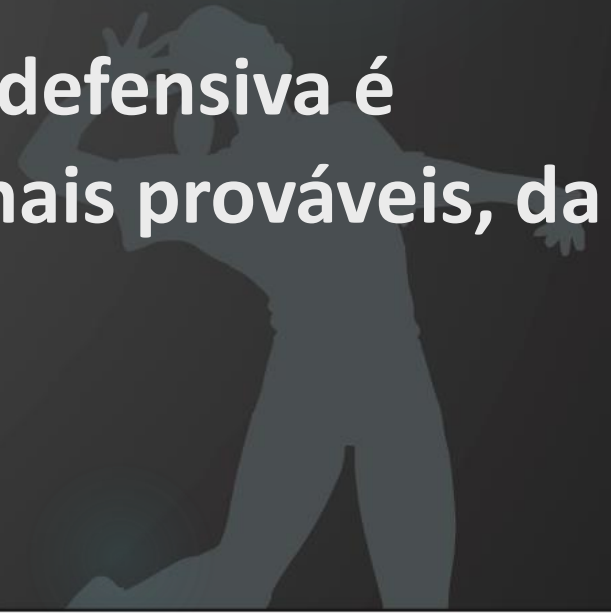
Transição

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



Princípios básicos

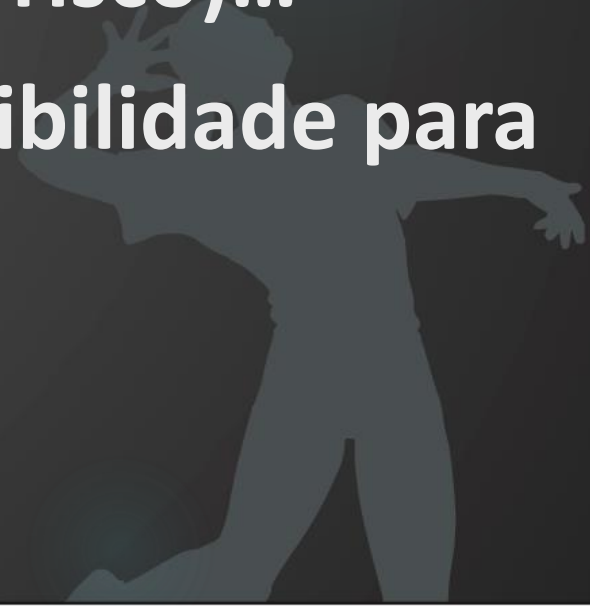
- ▶ **Exige comunicação** - Entre bloqueadores; bloqueadores e defensores; entre defensores...
- ▶ **Permutas**- A ideia base na organização defensiva é colocar os melhores defesas nos pontos, mais prováveis, da queda da bola...





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)

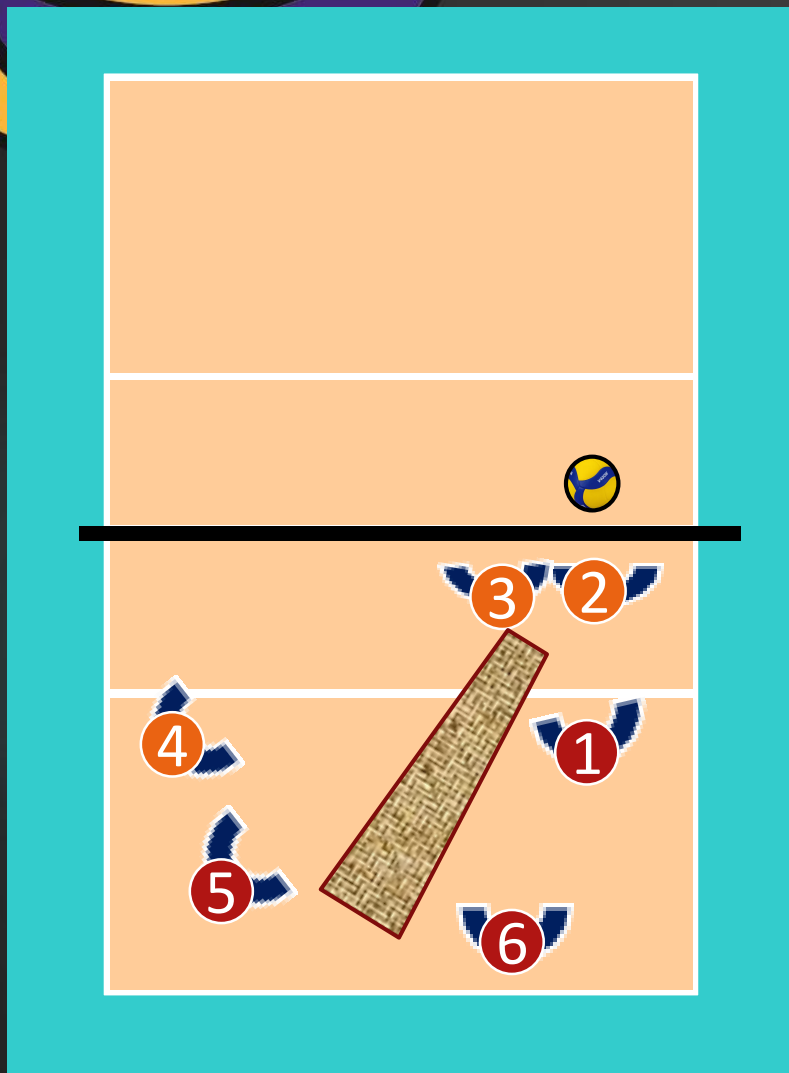


USA		0	6	
BRA		1	0	

Beijing 2008



tática coletiva – Transição

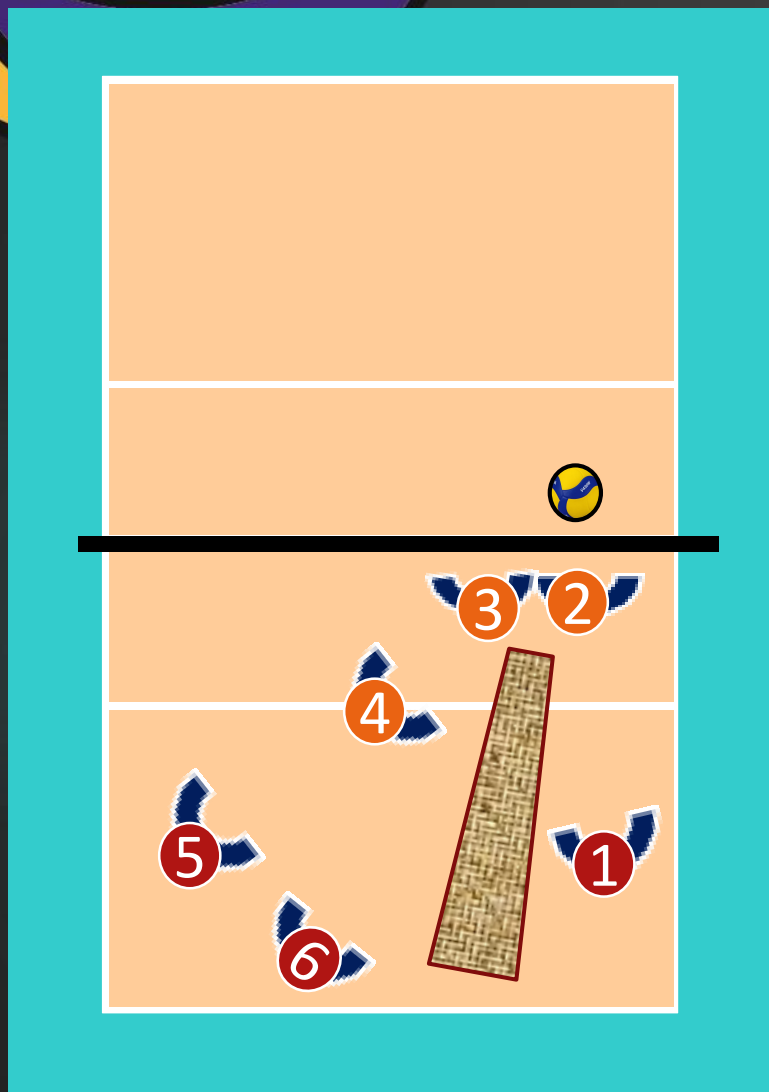


Sistema defensivo com 2 bloqueadores, com 6 recuado

“Rotacional”

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

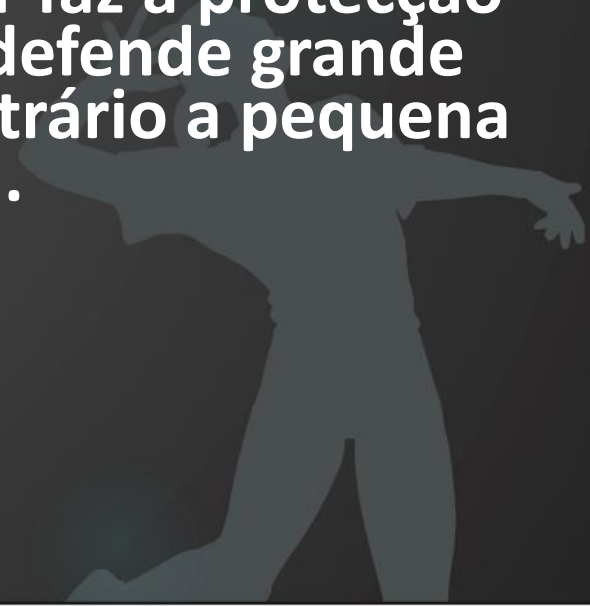
tática coletiva – Transição



Sistema defensivo com 2 bloqueadores, com 6 recuado

“Slide defense”

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

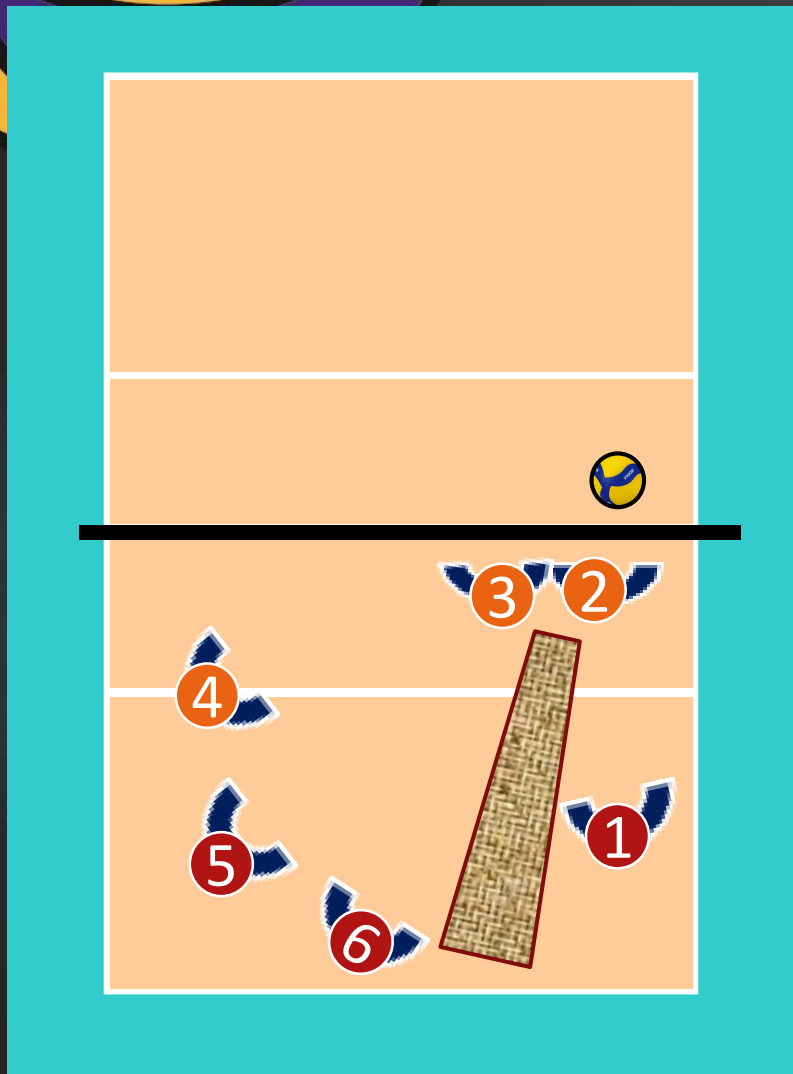


tática coletiva – Transição

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

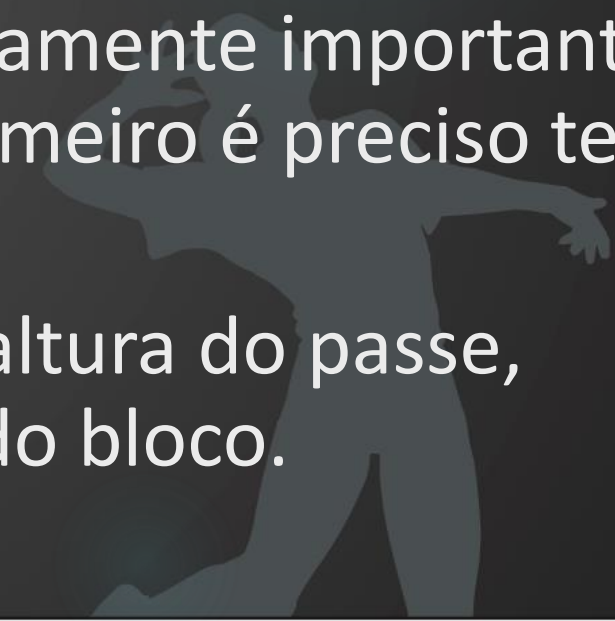
Cobertura

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 planejada.
- ▶ A sua importância cresce com a altura do passe, velocidade do ataque e eficácia do bloco.





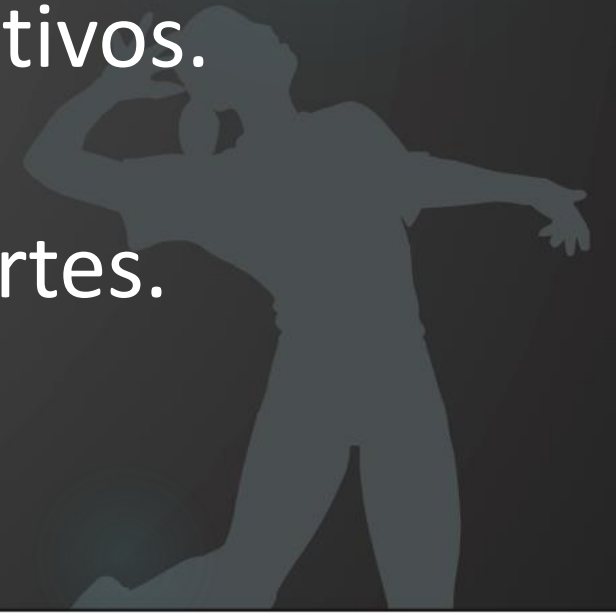
Esquemas de organização





▶ 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**
Viana do Castelo
4 a 7 de julho 2013

“O voleibol no âmbito do Desporto Escolar”

GRATOS PELA VOSSA ATENÇÃO!

**Carlos Dias
Félix Romero**