

DESPORTO ESCOLAR | SEMANA NACIONAL DE

FORMAÇÃO

5

VIANA DO CASTELO | 4/7 JULHO



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





Carlos Dias



Félix Romero



VOLEIBOL

O VOLEIBOL NO ÂMBITO DO DESPORTO ESCOLAR

Processo educativo | comunicação



Pilares do modelo de ensino do jogo



volleyball@SCHOOL

MODELO DE ENSINO - COMUNICAÇÃO

F

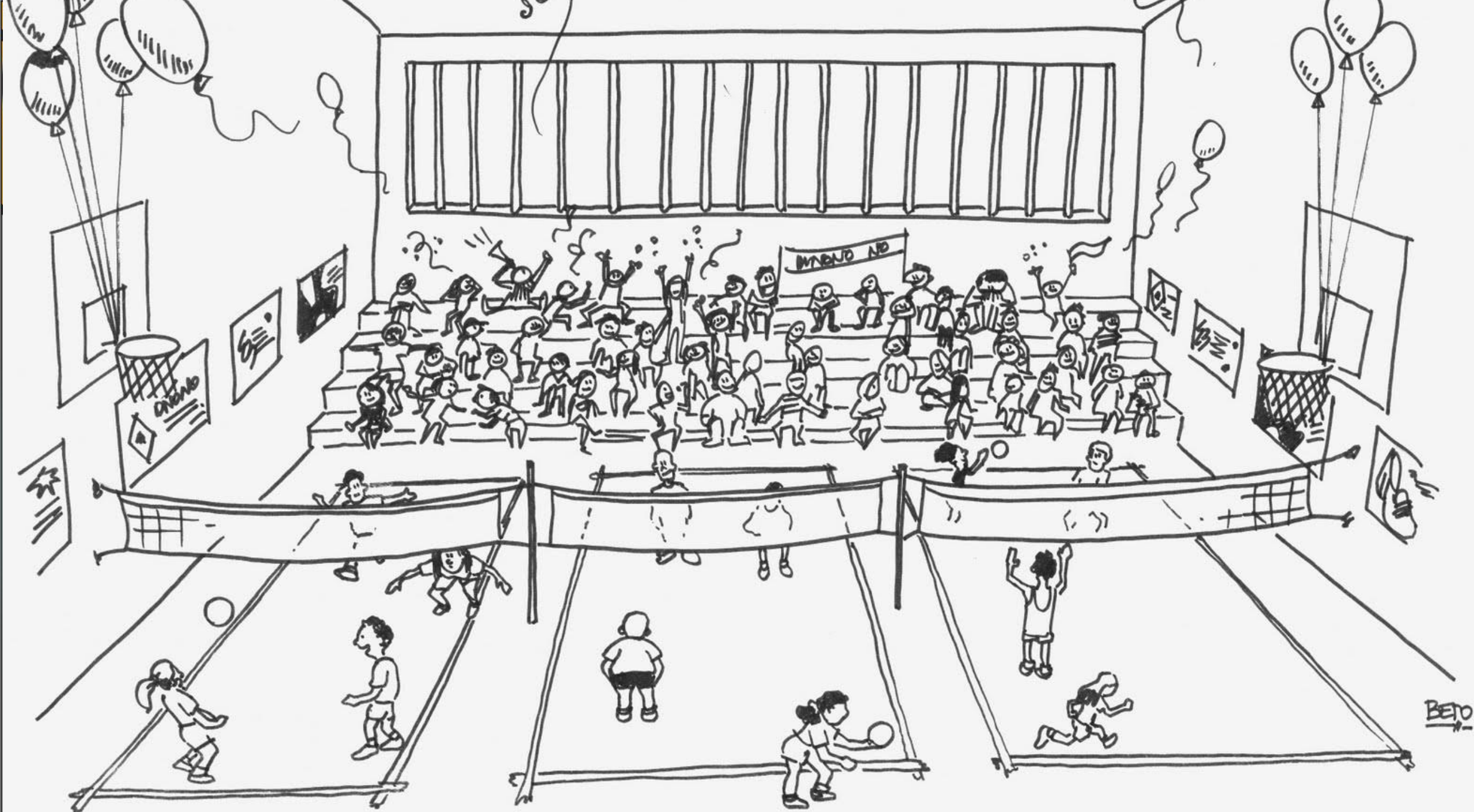
A

S

T

Adaptado de
Peixe, R. (2018)





MUNDO NO

BELO



ISF
Associação Nacional - ISF Portugal 2020
19 de Setembro - 20 de Setembro de 2020
Nome: _____
Data: _____
Local: _____

ISF
Associação Nacional - ISF Portugal 2020
19 de Setembro - 20 de Setembro de 2020
Nome: _____
Data: _____
Local: _____

ISF
Associação Nacional - ISF Portugal 2020
19 de Setembro - 20 de Setembro de 2020
Nome: _____
Data: _____
Local: _____

DDC
Associação
Esportiva





Estrutura dos Exercícios

- 1) 1 aluno com 1 bola (individual)
- 2) Pares com 1 bola
- 3) Pares com 2 bolas
- 4) Trios com 2 bolas
- 5) Grupos de 4 com 1/2 bolas
- 6) Em pequenos grupos

- (cooperação/oposição/competitivos)

- Em qualquer situação de treino, ter sempre atenção em promover estruturar em que a relação com a rede é igual ao que acontece no jogo.

Intervenção Pedagógica

- 1) Definir regras simples e exigir o seu cumprimento
 - Regras de apresentação em aula (adereços, penteado, equipamento, telemóvel desligado)
- 2) Escolher previamente os grupos funcionais, de acordo com os níveis de desempenho (introdutório, elementar e avançado).
- 3) Privilegiar os exercícios de oposição.
- 4) Evitar as competições sujeitas a eliminação.
- 5) Valorizar os pormenores - perseguir consistentemente os objetivos definidos.
- 6) Aprender a ser resiliente e tentar atingir o objetivo definido.
- 7) PAPEL PEDAGÓGICO DO ERRO

“Uma falha nem sempre é um erro. O maior erro é parar de tentar.”



volleyball@SCHOOL

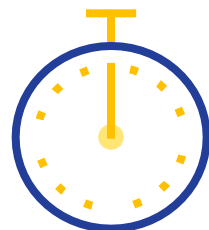


- B. F. SKINNER
Psicólogo

VALOR DO ERRO



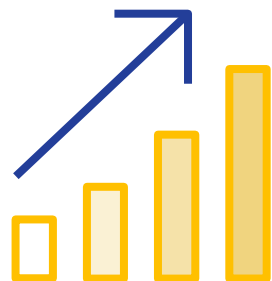
IDENTIFICAR



**DEDICAR-LHE
TEMPO**



PRIORIZAR



VALORIZAR

- *Trata-se de uma excelente oportunidade que não devemos desperdiçar.*
- *Ensinar a controlar o controlável*
- *O erro carece de tensão positiva, atenção e coerência.*
- *O erro também precisa de informação cuidada e conhecimento.*

PROCESSO DE ENSINO

7 PASSOS DA REABILITAÇÃO



- 1- ISOLAR E CORRIGIR.
- 2- DAR-LHE ATENÇÃO.
- 3- DIRIGIR O FOCO.
- 4- VALORIZAR O PROGRESSO.
- 5- CORRIGIR POSITIVAMENTE.
- 6- CONSOLIDAR: FAZER O “MESMO” DE FORMA DIFERENTE.
- 7- CONTEXTUALIZAR: SITUAÇÃO DE JOGO



“O erro é uma etapa do sucesso.”

Jorge Sequeira

Psicólogo



volleyball@SCHOOL

Tomada de decisão simples



volleyball@SCHOOL

| Fase do jogo | Tomada de Decisão Execução |
|---|--|
| KII - TRANSIÇÃO Serviço (colocação de bola em jogo) | <ul style="list-style-type: none">- Colocar a bola no espaço/jogador vulnerável.- Colocar entre os elementos recebedores – ataque nas “costuras de recepção” - (Zonas de conflito). |
| KII - TRANSIÇÃO Defesa | <ul style="list-style-type: none">- Preencher as zonas de força do atacante- Colocar a bola no espaço para continuidade de ação (espaço para 2º toque). |
| KI Recepção | <ul style="list-style-type: none">- Distinguir funções de Recebedor/ Atacante ou Não Recebedor/ Passador (2x2).- Coloca a bola no espaço para continuidade de ação (espaço para 2º toque – “bola A”). |
| KI / KII Passe | <ul style="list-style-type: none">- Colocar a bola na zona para continuidade de ação (definição do corredor para a ação do 3º toque). |
| KI / KII Ataque | <ul style="list-style-type: none">- Colocar a bola intencionalmente no espaço vulnerável. |



FORMATOS COMPETITIVOS

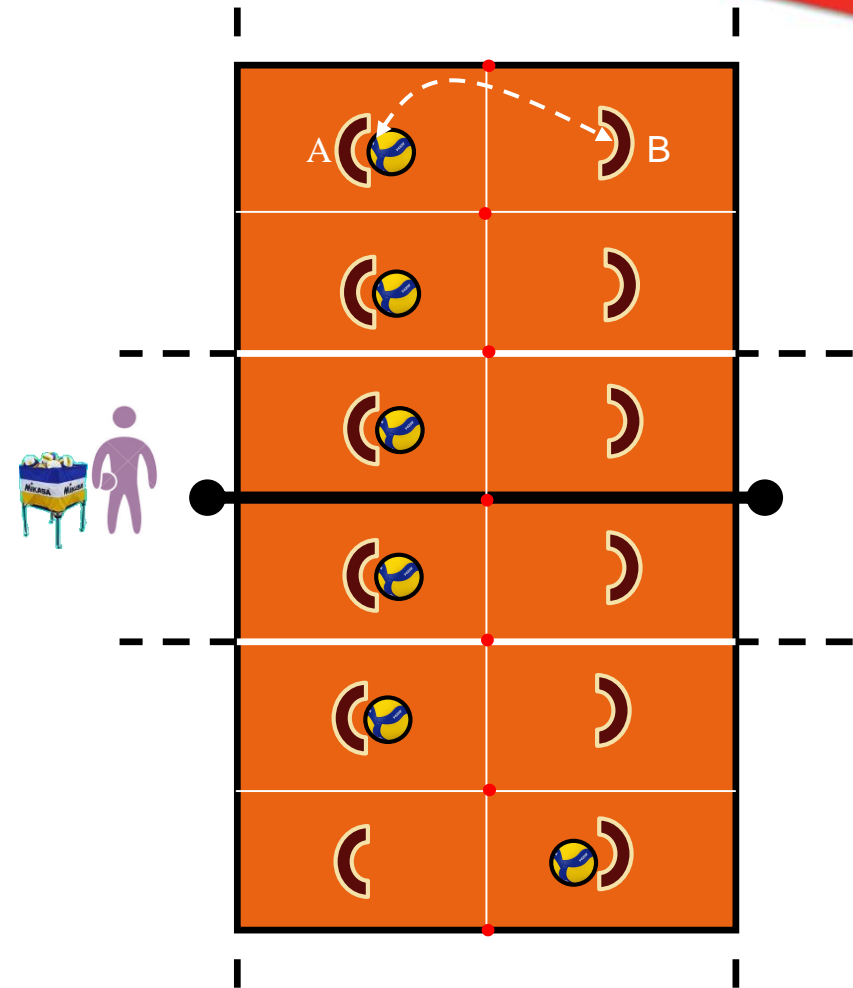
FORMATOS COMPETITIVOS

1. "SOBE E DESCE"
2. "LIGA DOS CAMPEÕES"
3. "RAÍNHAS"
4. "TEIA"
5. "TEIA TEAM 3x3"
6. "CASOTA"
7. "PEPPER"
8. "COMPETIÇÃO MISTA"
9. "SCRAMBLE"
10. "CHALLENGE"

FORMATOS COMPETITIVOS

1. "SOBE E DESCE"

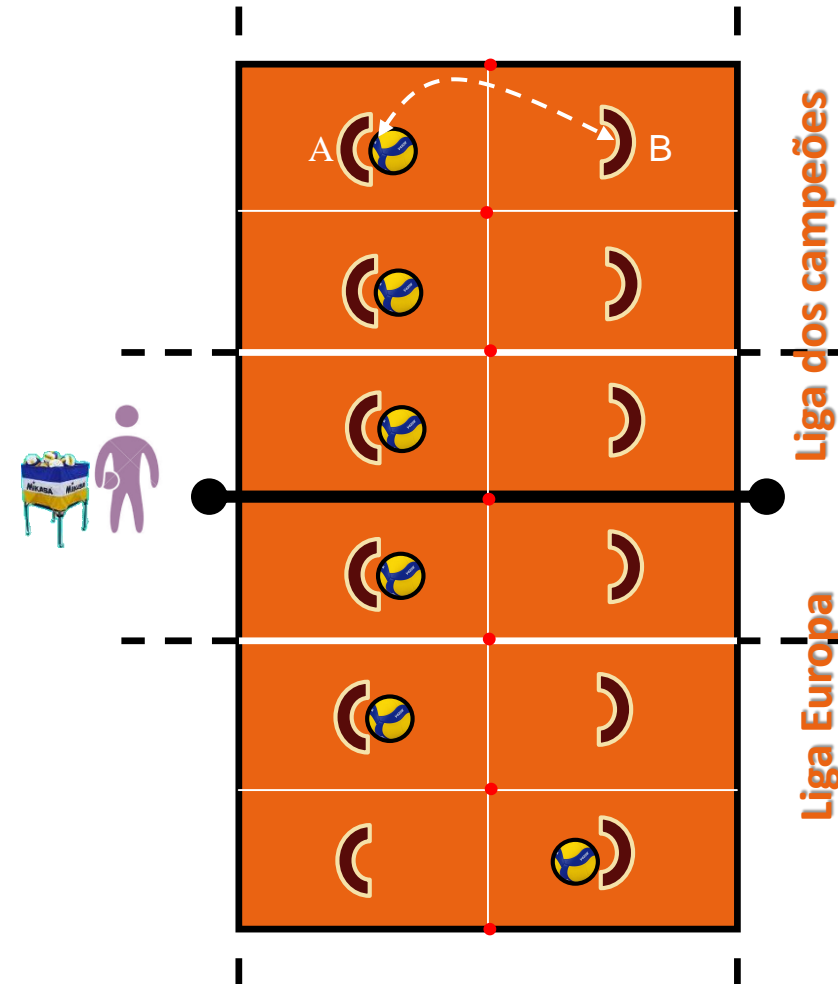
- Campos reduzidos 1x1; 2x2 ou 3x3
- Jogo por tempo: quem vence o jogo sobe um campo, quem perde desce um campo;
- Sempre que vence ou perde tem que anotar num quadro de resultados.



FORMATOS COMPETITIVOS

2. “LIGA DOS CAMPEÕES”

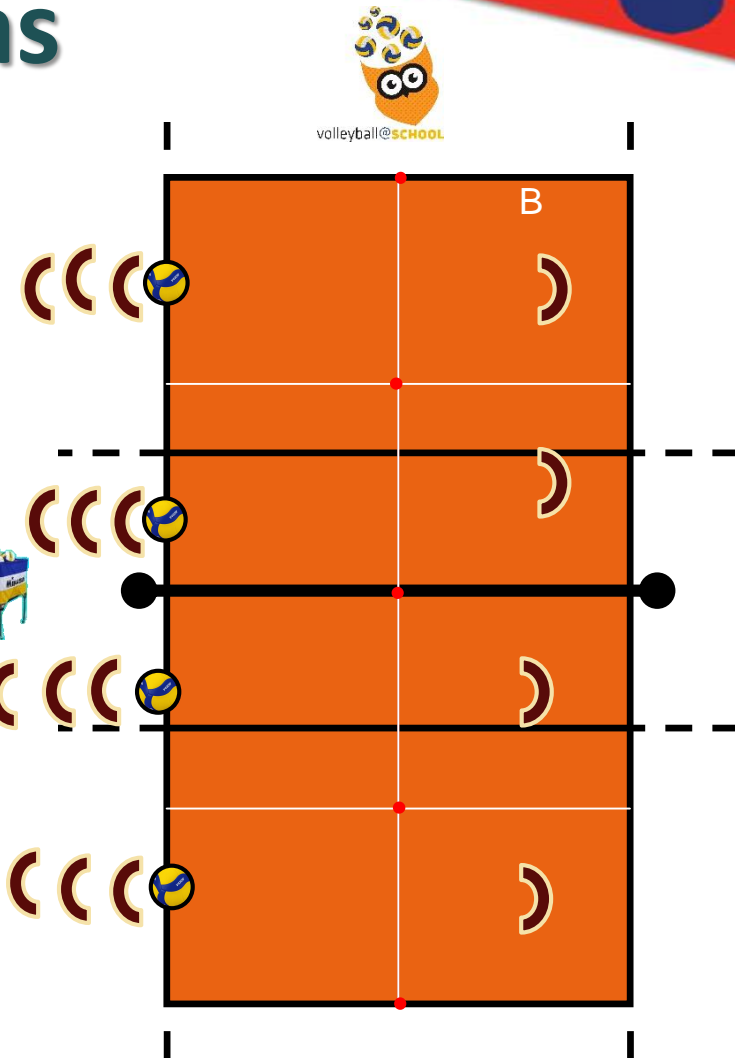
- Campos reduzidos 1x1; 2x2 ou 3x3
- Jogo por tempo: quem vence o jogo sobe um campo, quem perde desce um campo;
- Sempre que vence ou perde tem que anotar num quadro de resultados.
- Dividem-se os campos em duas Zonas _ “Liga dos campeões” e “Liga Europa”
- Organização por níveis



FORMATOS COMPETITIVOS

3. “RAÍNHAS” – individual ou equipas

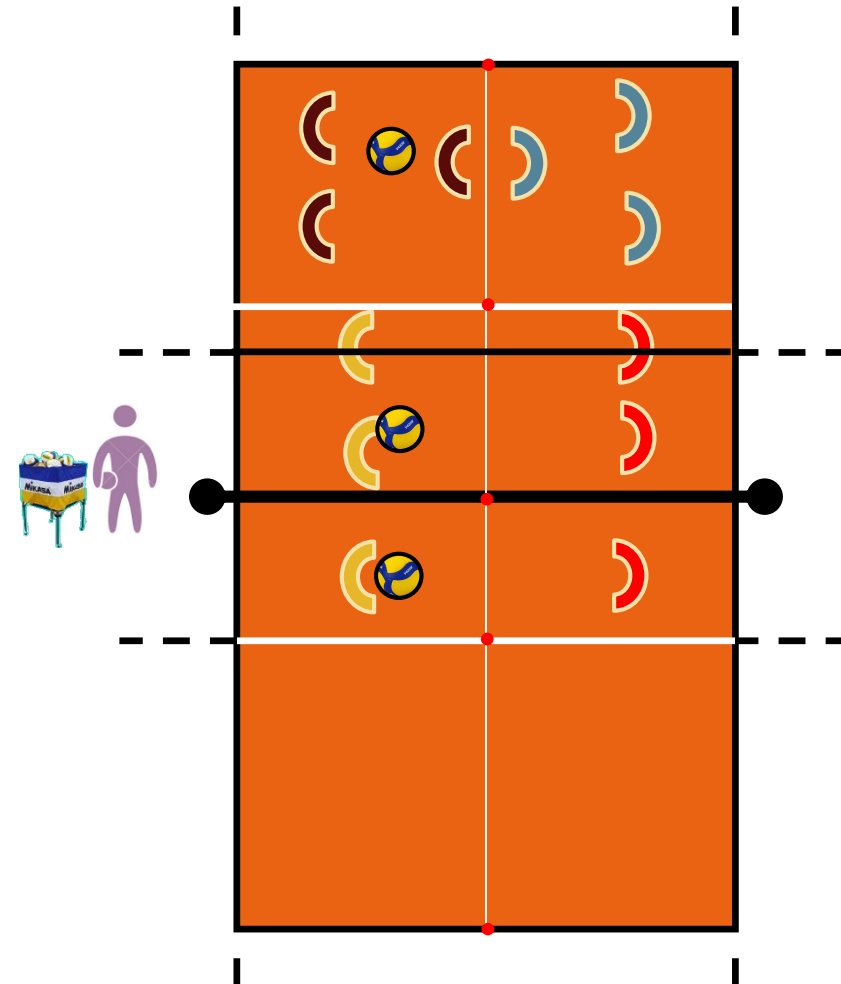
- Grupos de 4 – possibilidade de criar divisões (níveis);
- No campo B, está a “Raíinha”; Quem vencer a jogada vai para o lado da “Raíinha”, destrona a que lá está.
- Quem perde vai para a coluna "de espera";
- Faz ponto sempre que ganha a jogada.
- No fim do tempo, as jogadoras colocam-se na coluna pela ordem da pontuação obtida e anota-se o número de pontos obtidos em cada jogo, no Quadro de Resultados; Anota quem ganha.
- As 2 primeiras sobem de divisão (a 1ª vai para o lado b e a 2ª é a 1ª a começar) e as 2 últimas descem;



FORMATOS COMPETITIVOS

4. "TEIA"

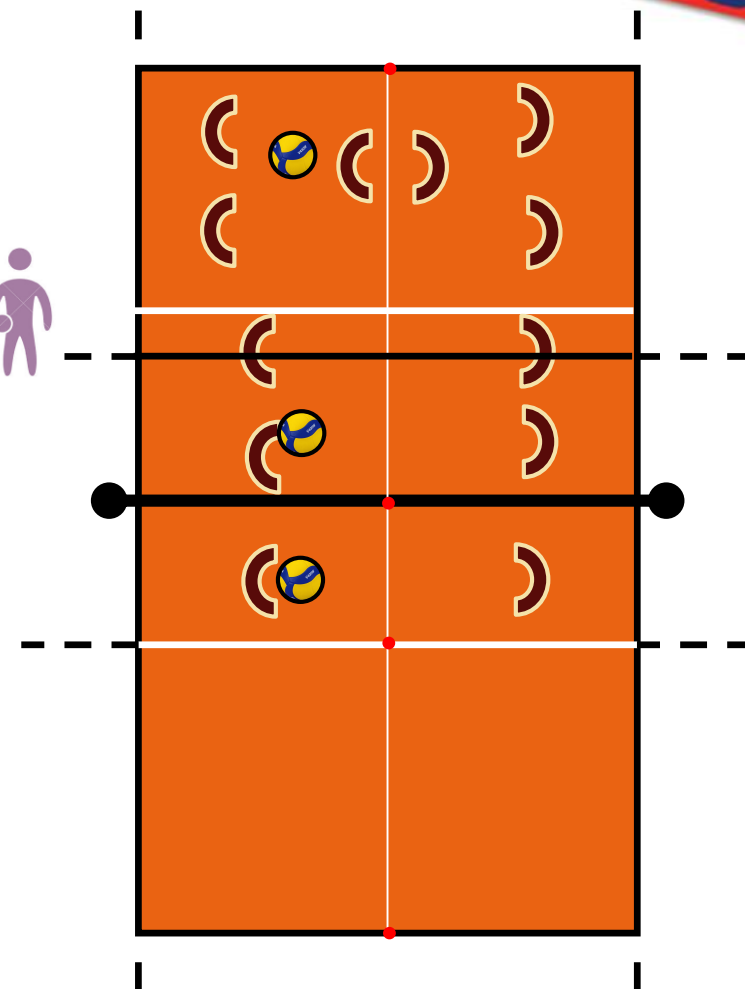
- Campos reduzidos: 1x1; 2x2; 3x3
- Jogos por tempo.
- A competição é individual.
- Sempre que joga, quem vence tem que anotar os resultados do seu campo, num quadro branco.
- Tem que mudar obrigatoriamente de tipologia de jogo e de parceiros. Não poderá repetir os parceiros.



FORMATOS COMPETITIVOS

5. “TT - TEIA TEAM” - 3x3

- Equipas de 3 elementos.
- Campos reduzidos: 1x1; 2x2; 3x3
- Jogo por tempo.
- Jogos de equipas. As equipas que jogam 3x3 – quem vence fica, quem perde desce e a equipa divide-se em 1x1 e 2x2. O resultado dos jogos 1x1 e 2x2 somam e quem tiver mais pontos ganham e passam a jogar 3x3. Sempre que joga, quem vence tem que anotar os resultados, num quadro branco.
- Não poderá se poderá repetir o mesmo a jogar 1x1 – terá que ser outro dessa equipa.



FORMATOS COMPETITIVOS

6. “CASOTA”

- 4x4 ou 6x6
- Só faz ponto determinado gesto (ex: só atacante na entrada de rede) ou determinado elemento (distribuidor ou determinado atacante) da equipa.
- A competição é por tempo. Ao fim do tempo definido que vencer ganha pontos e será anotado no quadro.
- Anotação e publicitação do ranking na turma/equipa.
- Usado para fazer competir entre determinadas funções/níveis

FORMATOS COMPETITIVOS

7. “PEPPER”

- Receita técnica (determinado gesto ou encadeamento de ações)
- Só faz ponto determinado “skill” técnico ou um encadeamento de ações, desde que a equipa cumpra com os critérios definidos – objetivo da sessão/ ciclo.

FORMATOS COMPETITIVOS

8. “COMPETIÇÃO MISTA”

- Quadro de competição por equipas 2x2 ; 3x3; 4x4; 6x6
- Numa primeira fase todos contra todos e na 2ª fase para definir uma classificação final.
- (Ficheiro excel.)

FORMATOS COMPETITIVOS

9. “SCRAMBLE”

- Durante um determinado tempo – 1’30” – lança-se bolas “free-ball” para uma equipa. Contabiliza-se o nº de pontos conquistados nesse tempo.
- As bolas são lançadas mal a jogada anterior termina.
- A seguir repete-se o mesmo procedimento para a outra equipa.
- Repete-se de acordo com “P’s” ou “frentes”
- Podem-se introduzir regras adicionais.
- Ganha a equipa que conquistar mais pontos no total de conjuntos de oportunidades criadas para as equipas.
- Importante para sistematizar contra-ataque (em sistema ou fora de sistema)

FORMATOS COMPETITIVOS

10. “CBA”

- Competição entre 2 equipas - para trabalho de contra-ataque em “situações sub optimais”
- Bola Lançada (C = Sucesso) + (Bola B = Sucesso) + (Bola A= Sucesso) = PONTO
- Se não tiver sucesso – troca a oportunidade de conquistar ponto.

FORMATOS COMPETITIVOS

11. “CHALLENGE”

- Competição “anual” dentro da turma/equipa.
- Anota-se todas as pontuações conquistadas em cada exercício/treino competitivo.
- A vencedora será o aluno/atleta que obtiver mais pontuação no final do período definido.
- A pontuação máxima deverá ser definida pelo total de membros do grupo: ex: 24 alunos, o 1º acumula 24 pontos, o 2º 23 pontos ..., quando for por equipas (4 equipas de 6 elementos) - a 1ª equipa acumula 24 pontos, a 2ª 18 pontos, a 3ª 12 pontos e a 4ª 6 pontos...



**SEMANA NACIONAL DE
FORMAÇÃO**

Wana do Castelo
4 a 7 de maio 2011

“O voleibol no âmbito do Desporto Escolar”

GRATOS PELA VOSSA ATENÇÃO!

**Carlos Dias
Félix Romero**