

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/237067484>

ENSINO DOS JOGOS ESPORTIVOS COLETIVOS: UMA REVISÃO SOBRE O VOLEIBOL

Article · January 2009

CITATIONS

3

READS

911

1 author:



Nelson Kautzner Marques Junior

Independent Researcher

460 PUBLICATIONS 1,068 CITATIONS

SEE PROFILE

Some of the authors of this publication are also working on these related projects:



Divulgación de Ciencias Aplicadas al Deporte y la Cultura Física, Grupo OICAFD [View project](#)



Study of the Sports Periodization [View project](#)

O ensino do voleibol

The teaching of the volleyball

Graduado em Educação Física pela UNESA do RJ
Especialista em Fisiologia do Exercício e Avaliação Morfofuncional pela UGF do RJ
Especialista em Musculação e Treinamento de Força pela UGF do RJ
Especializando em Treinamento Desportivo pela UGF do RJ

Nelson Kautzner Marques Junior
nk-junior@uol.com.br
(Brasil)

Resumo

A proposta do estudo é explicar algumas estratégias para o professor ensinar o voleibol com mais cientificidade. O voleibol é uma modalidade cujo ensino apresenta dificuldades, mas estratégias de diminuição do campo, simplificação das regras, rede e bola adequadas ao aprendiz podem tornar a aula de voleibol mais eficaz. Em conclusão, esta revisão de literatura fornece algumas informações para o educador físico ministrar suas aulas de voleibol com mais qualidade.

Unitermos: Voleibol. Ensino do voleibol. Aprendizado do voleibol.

Abstract

The proposal of the study is to explain some strategies for the teacher to teach volleyball with more scientific. The volleyball is a sport whose teaching presents difficulties, but strategies as the reduction of the field, adequate simplification of the rules, network and ball to the student one implemented by the teacher will become its more efficient lessons of volleyball. In conclusion, this review of literature supplies to some information physical educator to give its lessons to it of volleyball with more quality.

Keywords: Volleyball. Education of volleyball. Learning of volleyball.

<http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 10 - N° 92 - Enero de 2006

1 / 1

Introdução

O ensino tradicional da Educação Física consiste de uma explicação com demonstração do gesto desportivo da modalidade (GARGANTA, 1998). GARGANTA (1995) recomenda simplificar as regras dos jogos desportivos coletivos (JDC), adaptando-as às necessidades antropométricas e fisiológicas do alunado, mudanças como: redução dos praticantes, quadra com dimensões menores e outros, são facilitadores das ações do jogo, proporcionando um ensino eficaz e um aprendizado bem sucedido.

A criança apresenta menor capacidade de atenção (TAVARES, 1995), logo leva mais tempo para engramatizar a informação ensinada pelo professor. Além disso a realização de movimentos coordenados é mais lenta devido a mielinização dos neurônios (WILMORE e COSTILL, 2001).

As habilidades motoras progridem nos primeiros 17 anos de vida, mas as meninas apresentam um platô na adolescência ocasionado pelo aumento do tecido adiposo proveniente do estrogênio, menor massa muscular e estilo de vida mais sedentário, devido à cultura social de proteção às jovens. Assim, geralmente, as meninas se tornam menos ativas e suas habilidades motoras tendem a se estabilizar.

WEINECK (1991) ensina que alguns alunos são mais "acelerados" nos aspectos físicos e psicomotores, conseqüentemente desempenham, melhor, as tarefas do que outros da mesma idade cronológica, assim devemos estar atentos à idade biológica.

WEINECK (1991) faz o seguinte alerta:

Não faz muito sentido à promoção de campeonatos escolares, ou a publicação de listas dos melhores alunos, entre outros, quando são feitos de acordo com o ano de nascimento, como geralmente é o caso. Chances de ganhar ou de se classificar, aqui, é quase que exclusivamente dos que têm desenvolvimento biológico precoce (acelerados); os normalmente desenvolvidos ou mesmo retardados, saem-se muito mal nesta "comparação" com os acelerados da mesma idade cronológica, devido às suas condições antropométricas desfavoráveis, principalmente naquelas modalidades esportivas em que justamente estes parâmetros são decisivos, com é o caso no voleibol, por exemplo (p. 309 e 310).

O jogo de voleibol é praticado através do saque, passe, levantamento, ataque, bloqueio e defesa (EOM e SCHUTZ, 1992) com o objetivo de marcar o ponto e vencer o jogo. Para BUEKERS (1991) os conhecimentos biomecânicos e psicológicos do professor tornam o ensino do voleibol mais eficaz para o aluno. MARQUES JUNIOR (2001) lembra que a aula de Educação Física deve se orientar pela fisiologia do exercício para respeitarmos o momento necessário a procedermos a restauração energética do metabolismo predominante da atividade, através de um intervalo ativo e/ou passivo, tornando a aula mais saudável.

MOUTINHO (1995) explica que no voleibol os jogadores podem dar no máximo 3 toques na bola, o último o aluno é responsável por efetuar o ponto. O voleibol caracteriza-se por uma aciclicidade técnica, atenção constante e fundamentos do jogo complexos. O voleibol é uma modalidade que deve ser praticado na escola pelos seguintes motivos (MESQUITA, 1995):

- a. Não acontece contato físico.
- b. Participação coletiva porque o aluno só pode dar no máximo dois toques na bola, sendo que não podem ser consecutivos.
- c. Regra de fácil aprendizado.

A proposta do estudo é explicar ao professor de Educação Física algumas estratégias para ensinar o voleibol com mais cientificidade nas escolas.

Ensinando o voleibol

Características como: permissão de um só toque na bola ou dois numa mesma jogada, mas não podem ser consecutivos, movimentos complexos, como a cortada, cada equipe pode dar no máximo 3 toques na bola para manter a bola no ar, não realizamos os movimentos desse desporto no dia-a-dia, ou seja, são ações desportivas "artificiais", elaboradas pelo homem, todas essas características dificultam o ensino do voleibol (MESQUITA, 1991). GUIMARÃES (2000) alerta que, alterar a regra do voleibol, como os pontos consecutivos, aumentam o estresse do jogador, obrigando-o a jogadas cautelosas; voltar ao voleibol com vantagem, pelo menos para os iniciantes, facilitaria o ensino e a aprendizagem dessa modalidade.

MESQUITA (1991) escreve que os alunos mais habilidosos realizam com maior chance de acertos as tarefas complexas do voleibol. MESQUITA (1993) observou em seu estudo que o aluno com técnica voleibolística elevada consegue tocar mais vezes na bola do que os demais. A mesma pesquisadora (1995) faz as seguintes recomendações para otimizarmos o ensino do voleibol:

- O número ideal de alunos é no máximo 4 contra 4 porque permite maior contato com a bola.
- Reduzir as dimensões da quadra para a bola ficar mais tempo no ar.

BUCK e HARRISON (1990) corroboram uma das recomendações de Mesquita (1995), ao evidenciar em sua pesquisa que os alunos com maior contato com a bola adquiriram um melhor aprendizado do voleibol.

FONTANI et al. (1999) afirmam que uma pessoa atenta realiza os fundamentos do voleibol com melhor qualidade. BRIGGS (1994) escreve que a orientação correta e cuidadosa do professor proporciona melhor aprendizado do educando, maior participação da turma nas aulas, aumento da motivação da classe, com maiores chances de sucesso desportivo.

GUSTHART et al. (1995) explicam que o professor deve ensinar o voleibol antes, durante e após a aula, corrigindo os erros e estimulando os acertos do aluno ou da classe, este procedimento facilita o aprendizado. Os mesmos autores (1994) recomendam aos professores o uso de uma escala de pontos de 1 a 100 para classificar a qualidade das técnicas dos fundamentos do aluno.

Para MESQUITA (1995) existem 4 níveis de jogo de voleibol na aprendizagem, e são:

1º Nível de Jogo (jogo estático)

Dinâmica Coletiva: Intervenção rara sobre a bola, jogo de 1 toque (re-envios diretos, quase sempre sem êxito), ausência de relações de espaço de jogo (jogador isolado), Imobilidade dos jogadores (atitude estática e em posição vertical) e ocupação não racional do espaço de jogo (p. 160)..

Serviço e Recepção: Grande porcentagem de serviços errados, raras intervenções sobre a bola na recepção e quase sempre ineficazes, ausência de deslocamentos para a bola, gestos incontrolados acompanhados de ações estáticas isoladas e orientação do corpo face ao terreno adversário (só utiliza o plano frontal) (p. 160).

Ataque: A principal "arma" de ataque é o serviço, a troca da bola entre os jogadores é praticamente nula, o ataque é quase sempre ineficaz (provoca ruptura do jogo), o ataque reduz-se a 1 toque (re-envios diretos da recepção) e o gesto técnico do ataque é efetuado sem domínio (movimentos explosivos e incontrolados) (p. 160).

Defesa: Não existe intencionalidade na ação defensiva, os jogadores adaptam-se a atitude de "espera" (em pé) e o jogador não analisa a trajetória da bola (quando defende é porque a bola foi ao seu encontro) (p. 160).

2º Nível de Jogo (jogo anárquico)

Dinâmica Coletiva: Ausência de relações no espaço de jogo (ações individuais), Aglutinação no ponto de queda (indiferenciação de funções), mobilidade ocasional dos jogadores com o intuito de interceptar a bola e re-envios diretos (1 toque) persistem: maior número de bolas interceptadas (p. 161).

Serviço e Recepção: A porcentagem de serviços errados diminui em relação ao 1º nível, maior número de bolas interceptadas na recepção (eficácia reduzida na direção do levantador), deslocamento tardio dos apoios em direção à bola, contato com a bola no momento da manchete sem local definido no antebraço e ausência de boa coordenação entre braços e pernas no momento do passe (p. 161).

Ataque: O principal ataque continua sendo o saque, os re-envios diretos persistem (com mais êxito), surge ocasionalmente o 2º toque para corrigir o 1º toque e o ataque tem fraca eficácia (p. 161).

Defesa: Ocupação do centro do centro do terreno de forma desorganizada (zonas laterais desprotegidas), a defesa normalmente é estática, má coordenação entre braços e pernas no ato defender e a ruptura do jogo é menos freqüente que no 1º nível, permitindo de vez em quando a realização do 2º toque (p. 161 e 162).

3º Nível de Jogo (jogo de consecução rudimentar dos 3 toques)

Dinâmica Coletiva: Estabelecem as relações no espaço de jogo o que confere mais dinamismo, a troca da bola entre os jogadores surge como meio de organizar as ações, descentração em torno da bola (diferenciação de funções de acordo com a posição ocupada na quadra), organização coletiva das ações (ocorre os 3 toques) e as ações situam-se no momento

presente. Não há progressão para a rede do 2º para o 3º toque (p. 162).
Saque e Recepção: A porcentagem de serviços errados diminui quando comparamos com o 2º nível de jogo, as intervenções sobre a bola na recepção aumentam (com maior eficácia em direção ao levantador), no jogo podemos identificar qual dos alunos são os passadores e o jogador que atua como levantador, ação coordenada dos membros inferiores com os braços no passe e ocorre a orientação dos segmentos corporais para o local de envio da bola (p. 162).
Ataque: O serviço deixa de ser a principal "arma" de ataque, os reenvios de 1 e 2 toques diminuem (surge com mais frequência o 3º toque) e o ataque revela fraca eficácia ofensiva, devido a não haver progressão da bola para a rede (p. 162 e 163).
Defesa: A defesa torna-se mais eficaz, preocupação em possibilitar o 2º toque e algumas defesas são direcionadas para a mão do levantador, propiciando em finalizações com cortada (p. 163).

4º Nível de Jogo (jogo de consecução elaborada dos 3 toques)

Dinâmica Coletiva: O dinamismo da equipe aumenta, a consecução dos 3 toques é constante, conscientização da importância da coordenação das funções entre os jogadores, as ações de jogo contemplam o momento presente e o subsequente (permite a progressão da bola para a rede), a comunicação entre os jogadores é constante, os jogadores demonstram elevado dinamismo para agir, no entanto os deslocamentos ainda não apresentam regularidade ao nível da qualidade de execução (p. 163).
Saque e Recepção: A porcentagem dos saques errados diminui quando comparamos com o 3º nível, elevado número de bolas interceptadas na recepção e com eficácia (dirigidas para o levantador), deslocamentos com boa rapidez em direção à bola e a verbalização na intenção de receber (p. 163 e 164).
Ataque: A principal "arma" de ataque surge no 3º toque, a construção do ataque é organizada (usando os 3 toques), os jogadores atacantes coloca-se paralelamente à rede, o que lhe permite atacar em todas as direções (p. 164).
Defesa: Ocorre bloqueio e defesa de manchete, deslocamentos realizados em função do tipo de ataque, antecipação em função das situações criadas pelo adversário no ataque e a ruptura do jogo surge, fundamentalmente, devido ao ataque eficaz (p. 164).

MESQUITA (1995) informa que, o nível de jogo dos aprendizes dita os objetivos no jogo e as regras do jogo, como é exposto a seguir:

1º Nível de Jogo (jogo estático)

- a. Objetivo no Jogo: Enviar a bola por cima da rede, priorizar o toque no contato com a bola, preferir o saque por baixo e tentar sustentar a bola o maior tempo no ar.
- b. Regras: Tamanho da quadra reduzido, altura da rede entre 10 a 20 centímetros acima da palma da mão, jogo 1 contra 1, permitir um toque da bola no chão e 2 consecutivos do mesmo jogador e bola mais leve para facilitar a sustentação no ar.

2º Nível de Jogo (jogo anárquico)

- a. Objetivo no Jogo: Recepcionar e enviar a bola para o lado do adversário, precisão no envio da bola para o oponente, recepcionar a bola de toque ou manchete, enviar a bola para o oponente de toque ou de manchete e desenvolver a comunicação verbal.
- b. Regras: Tamanho oficial da quadra, variar a altura da rede (alta, média e baixa), jogo 2 contra 2, cada jogador pode realizar um toque na bola, sendo um total de 3 e a bola é oficial.

3º Nível de Jogo (jogo de consecução rudimentar dos 3 toques)

- a. Objetivo do Jogo: Fazer os 3 toques (passa, levanta e ataca), iniciar o aprendizado da cortada e iniciar o aprendizado do saque tipo tênis
- b. Regras: Tamanho oficial da quadra, rede com altura máxima de 1,90 metro a 10 centímetros acima da palma da mão quando o aluno tem bom salto vertical, Jogo 3 contra 3 ou 4 contra 4, cada jogador pode realizar um toque na bola, sendo um total de 3 e a bola é oficial.

4º Nível de Jogo (jogo de consecução elaborada dos 3 toques)

- a. Objetivo do Jogo: Jogar igual à competição oficial.
- b. Regras: As regras de acordo com as regras oficiais.

Recursos didáticos para ensinar o voleibol

JESUS (1988) evidenciou em sua investigação que o *feedback* extrínseco, através do vídeo tape, melhora a aprendizagem da biomecânica da técnica do saque por baixo do voleibol em alunos da 5ª e 6ª série do 1º grau. Em seu estudo, JESUS (1988) recrutou 48 alunos do Colégio de Aplicação da Universidade Federal de Santa Catarina, que realizaram um pré-teste do saque por baixo com 5 tentativas em locais de sua livre escolha, mas cada região da quadra tinha um valor de pontos (figura 1).

Saque

| | | | |
|-------------|----------|----------|----------|
| rede | 2 | 4 | 5 |
| | 1 | 3 | |
| | 2 | 4 | |

Fig. 1 - Valor de pontos das regiões da quadra de vôlei.

Após o pré-teste, os sujeitos foram divididos em dois grupos, o controle e o experimental. Esses voluntários praticaram 5 sessões individuais com 20 tentativas do saque por baixo. O grupo experimental teve o *feedback* do vídeo tape após as tentativas.

Terminada as sessões, o pós-teste foi executado igual ao pré-teste, com o objetivo de comparar os resultados. Finalizando o pós-teste, JESUS (1988) realizou um re-teste após 31 dias para verificar se houve retenção da habilidade do estudo. Os resultados foram:

- a. Ocorreu aprendizagem do saque por baixo em ambos os grupos (experimental e controle).
- b. A aprendizagem foi mais eficaz do grupo experimental, o que teve *feedback* do vídeo tape.

GUSTHART et al. (1995) presenciaram em sua investigação que após a aula prática de saque e passe de manchete era feito o *feedback* sobre essas ações, num total de 112 lições, através de uma aula teórica ministrada por um professor de Educação Física que explicava os motivos dos acertos e dos erros das duas ações voleibolísticas (saque e passe de manchete) efetuadas

na aula prática. A aula teórica contou com o recurso visual do vídeo tape da filmagem dos acontecimentos da aula prática dos 347 alunos. GUSTHART et al. (1995) também usaram a escala de pontos de 1 a 100 para classificar a técnica dos dois fundamentos pesquisados. Os resultados da pesquisa mostraram que os alunos melhoraram significativamente, e a escala de pontos foi considerada um excelente instrumento para avaliação da turma.

WILKINSON (1992) recrutou 20 alunos que faziam o toque, o passe de manchete e o saque. Um outro grupo de 38 pessoas fazia as mesmas atividades, mas tinham aula teórica com o recurso visual do vídeo tape por 15 minutos. Esses alunos também liam e debatiam, em sala de aula, livros técnicos de voleibol sobre acerto, erro e melhoria das técnicas dos fundamentos do voleibol.

Depois de um ano de curso de voleibol, 9 alunos eram do grupo que realizava aula teórica e 8 não. Os resultados mostraram que os alunos da aula teórica conseguiram melhor aprendizado do saque, toque e passe de manchete, também sabiam o motivo do erro que cometiam.

PELLETT et al. (1994) tiveram uma amostra de 72 meninas, que foram divididas em dois grupos. Um grupo praticou com uma bola oficial manchete, saque e jogou por 16 dias pelo período de 35 minutos. O grupo 2 realizou todas as tarefas iguais ao 1, exceto a bola, era 25% mais leve. Os resultados indicaram mais acertos dos fundamentos do grupo 2, o da bola mais leve. Mas os autores não explicam o motivo de tal resultado.

Para o escritor do artigo, a bola mais leve é benéfica porque é menos veloz no seu deslocamento e conseqüentemente é mais fácil para os alunos sustentá-la no ar, exige menos força na execução dos fundamentos, o educando tem menos chance de lesão devido o seu peso e as turmas ficam mais motivadas em virtude do sucesso, mais acertos das técnicas dos fundamentos, nas atividades propostas.

Conclusão

As características do voleibol tornam um desporto difícil de ser ensinado e aprendido porque suas características como: manter a bola no ar, permitir 3 toques para cada equipe, aumento do estresse com a regra de pontos consecutivos e outros. Tornam uma modalidade complexa para o ensino-aprendizagem.

O conhecimento da estratégia exposta nesta revisão de simples execução pode tornar as aulas de vôlei mais eficazes, é relevante ao educador físico preocupado com a qualidade do ensino e aprendizagem.

Entretanto, há necessidades de estudos que se preocupem em determinar o tipo de exercício técnico e tático do voleibol é mais adequado conforme o nível cognitivo do aluno, segundo a classificação de Piaget.

Referências bibliográficas

- BRIGGS, J. D. Relations of selected variables and perception of success in volleyball. *Perceptual and Motor Skills*. v. 79, n. 1, p. 539-543, 1994.
- BUCK, M.; HARRISON, J. M. An analysis of game play in volleyball. *Journal of Teaching in Physical Education*. v. 10, s. n., p. 38-48, 1990.
- BUEKERS, M. J. The time structure of the block in volleyball: a comparison of different step techniques. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, v. 62, n. 2, p. 232, 1991.
- EOM, H. J.; SCHUTZ, R. W. Statistical analyses of volleyball team performance. *Research Quarterly for Exercise and Sport*. v. 63, n. 1, p. 11, 1992.

- FONTANI, G.; MAFFEI, D.; CAMELI, S. & POLIDORI, F. Reactivity and event-related potentials during attentional tests in athletes. *European Journal of Applied Physiology*. v. 80, n. 4, p. 308-316, 1999.
- GARGANTA, J. Para uma teoria dos jogos desportivos coletivos. In: GRAÇA & OLIVEIRA (eds.). *O Ensino dos Jogos Desportivos*. 2ª ed. Porto: Universidade do Porto, 1995. p. 11, 16-19.
- GARGANTA, J. O ensino dos jogos desportivos coletivos. Perspectivas e tendências. *Movimento*. v. 4, n. 8, p. 24-26, 1998.
- GUIMARÃES, G. O *tie-break* como fator de dificuldade na aprendizagem das habilidades motoras do voleibol em indivíduos praticantes da categoria mirim. *Motriz*, v. 6, n. 1, p. 27-30, 2000.
- GUSTHART, J. L.; KELLY, I. W.; GRAHAM, T. Minimum level of teacher`s performance and student`s achievement in volleyball skills. *Perceptual and Motor Skills*. v. 80, n. 2, p. 555-562, 1995.
- JESUS, J. F. O efeito do *feedback* extrínseco fornecido através do vídeo tape na aprendizagem de uma habilidade motora do voleibol. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*. v. 9, n. 2, p. 50-53, 1988.
- MARQUES JUNIOR, N. K. Metabolismo energético no trabalho muscular do treino competitivo ou do *fitnes*. *Revista Mineira de Educação Física*, v. 9, n. 1, p. 63-73, 2001.
- MESQUITA, I. A importância da análise do processo de treino em voleibol . In: BENTO & MARQUES (eds.). *As Ciências do Desporto e a Prática Desportiva*. vol. 2. Porto: Universidade do Porto, 1991. p. 65-70.
- MESQUITA, I. A complexidade das tarefas enquanto fator discriminante da qualidade da resposta motora em voleibol. In: BENTO & MARQUES (eds.). *A Ciência do Desporto a Cultura e o Homem*. Porto: Universidade do Porto, 1993. p. 329-339.
- MESQUITA, I. O ensino do voleibol: proposta metodológica. In: GRAÇA & OLIVEIRA (eds.). *O Ensino dos Jogos Desportivos*. 2ª ed. Porto: Universidade do Porto, 1995. p. 153-197.
- MOUTINHO, C. A. O ensino do voleibol: a estrutura funcional do voleibol. In: GRAÇA & OLIVEIRA (eds.). *O Ensino dos Jogos Desportivos*. 2ª ed. Porto: Universidade do Porto, 1995. p. 147.
- PELLETT, T. L.; HENSCHL-PELLETT, H. A.; HARRISON, J. M. Influence of ball weight on junior high school girls` volleyball performance. *Perceptual and Motor Skills*. v. 78, n. 3, p. 1379-1383, 1994.
- TAVARES, F. O processamento da informação nos jogos desportivos. In: GRAÇA & OLIVEIRA (eds.). *O Ensino dos Jogos Desportivos*. 2ª ed. Porto: Universidade do Porto, 1995. p. 38.
- WEINECK, J. *Biologia do Esporte*. São Paulo: Manole, 1991. p. 309-311.
- WILKINSON, S. Effects of training in visual discrimination after one year: visual analysis of volleyball skills. *Perceptual and Motor Skills*. v. 75, n. 1, p. 19-24, 1992.
- WILMORE, J. H.; COSTILL, D. L. *Fisiologia do Esporte e do Exercício*. 2ª ed. São Paulo: Manole, 2001. p. 59 e 525.