ESPORTES DE REDE E PAREDE - VOLEIBOL

Profº Jaqueline

História

O voleibol, também conhecido como vôlei, foi criado em 1895 por William G. Morgan, um professor de educação física nos Estados Unidos. Ele buscava um esporte menos árduo do que o basquete, mas igualmente dinâmico. O objetivo era desenvolver um jogo que pudesse ser praticado por pessoas de diferentes idades e níveis de habilidade física.

Inicialmente chamado de "mintonette", o voleibol foi concebido para ser um jogo de equipes em que os jogadores passavam a bola por cima de uma rede, usando as mãos. O esporte rapidamente ganhou popularidade e passou por algumas modificações nas regras.

O voleibol pro mundo

A Federação Internacional de Voleibol (FIVB) foi fundada em 1947, marcando um ponto crucial para a internacionalização do esporte. O voleibol foi incluído nos Jogos Olímpicos pela primeira vez em 1964, em Tóquio. O esporte evoluiu desde então, com mudanças nas regras táticas e técnicas de jogo.

Algumas características e regras do voleibol

O voleibol é um esporte disputado por duas equipes numa quadra dividida por uma rede;

O objetivo é passar a bola sobre a rede, fazendo-a tocar o solo dentro da quadra adversária, enquanto a equipe adversária tenta impedir;

Cada equipe pode tocar na bola até três vezes (além do bloqueio);

Os jogadores não podem dar dois toques consecutivos na bola.

O jogo começa com o saque, no qual o sacador toca a bola sobre a rede para o adversário;

O *rally* continua até que a bola toque o solo da quadra de jogo, seja considerada "fora" ou não seja devolvida corretamente;

- **Jogadores:** cada equipe é composta por seis jogadores em quadra, sendo que três estão na linha de frente (atacantes) e três na linha de fundo (defensores/líbero);

- **Líbero:** essa posição do voleibol foi introduzida em 1998 pela FIVB. O líbero pode entrar e sair do jogo sem restrições e é geralmente o responsável pela defesa;

- **Faltas e violações:** existem várias violações, como tocar na rede, invadir o espaço do adversário ou cometer toques consecutivos, resultando em pontos para a equipe adversária.

Fundamentos do Voleibol

Saque: é a maneira de iniciar o jogo. Existem diferentes tipos de saques, como o saque por cima, por baixo, entre outros.

Passe ou recepção: envolve receber o saque ou a bola vinda do outro time para iniciar uma jogada. Uma boa técnica de passe é crucial para preparar o ataque.

Defesa: engloba todas as ações para evitar que a bola toque o chão do próprio campo, seja mergulhar para realizar uma defesa, passar a bola para os levantadores ou manter a bola em jogo.

Fundamentos do Voleibol

Levantamento: feito pelo levantador para posicionar a bola para o atacante. Requer precisão e controle para oferecer ao atacante a melhor oportunidade de ataque.

Ataque ou cortada: o ataque consiste em golpear a bola na direção do campo adversário para marcar pontos, geralmente utilizando-se a cortada.

Bloqueio: realizado na rede para interceptar o ataque adversário. Requer tempo, salto e posicionamento adequados.

Rodízio

Posicionamento e rodízio

Observação: O saque sempre será de quem está na posição 1!

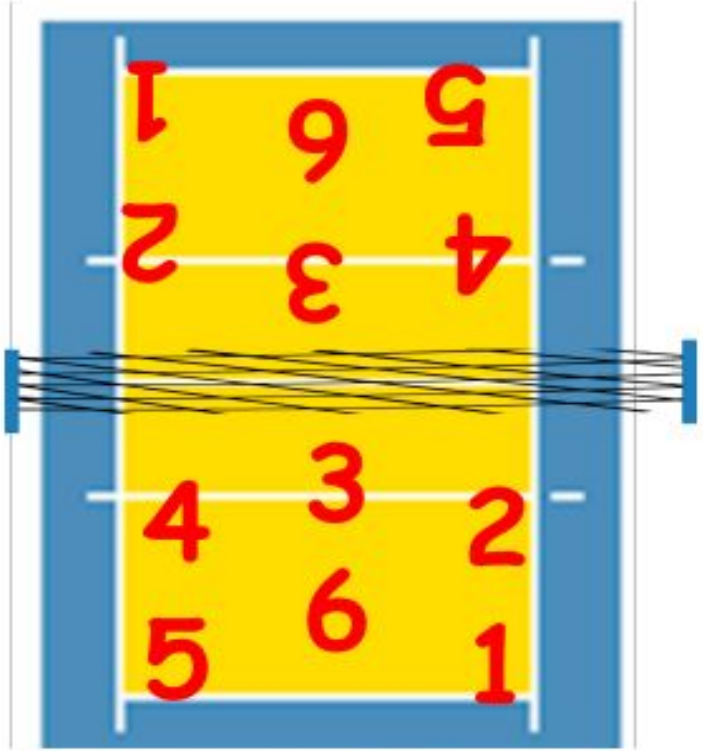

Imagem: Lima, Freire & Simões, 2020

Lembre-se de que o rodízio ocorre todas as vezes em que uma equipe marca um ponto após o saque da equipe adversária, ou seja, se sua equipe marcou um ponto após o saque do adversário, sua equipe deve rodar uma posição, no sentido horário.

Sistemas táticos

6x0

Todos os jogadores fazem a função tanto de levantadores como de atacantes ou defensores.

4×2

Caracterizado por possuir dois levantadores que se colocam nas posições diagonais da quadra, o que resulta em mais quatro atacantes. Dessa forma, sempre haverá um levantador na rede, apoiado por dois atacantes.

5×1

Há apenas um levantador, que atua quando está na zona de ataque, igual aos levantadores do sistema 4×2. Quando ele está na rede, existem 2 opções de atacantes e, quando ele está no fundo, há 3 opções de atacantes na rede.

Fim.