

RECEBIDO EM: 00-00-0000

ACEITO EM: 00-00-0000

ARTIGO DE REVISÃO

VOLEIBOL: PRÁTICAS ALTERNATIVAS FRENTE AOS NOVOS PARADIGMAS

*VOLLEYBALL: ALTERNATIVES PRACTICES
AND THE NEWS PARADIGMS*

Inácio BRANDL NETO

*Professor Assistente do curso de Educação
Física da UNIOESTE e Membro do GEPEFE*



ARTIGO DE REVISÃO

RESUMO: O texto mostra práticas alternativas de caráter recreativo com a idéia do voleibol que podem ser aplicadas na iniciação, nas aulas de Educação Física e no tempo livre. Porém, levando em conta paradigmas que respeitem o ser humano em sua individualidade e diversidade, observado, a princípio, os aspectos de “inclusão” (no lugar da exclusão) e de “cooperação” (não só competição).

UNITERMOS: Voleibol; Paradigmas; Práticas alternativas.

ABSTRACT: The text shows alternative volleyball practices that can be applied in the initiation of the sport, in Physical Education classes, in recreational activities. However, it takes into account paradigms that respect the human being in his/her individuality and diversity, observing, at first, aspects of “inclusion” (instead of exclusion) and of “cooperation” (instead of competition).

KEY WORDS: Volleyball; paradigms; alternative practices.

1. INTRODUÇÃO

Na Educação e na Educação Física, novos paradigmas estão mudando a visão de ser humano e de mundo. A tendência tradicional cartesiana (com suas conseqüências), a ideologia dominante (competitiva) e metodologias diretivas (alienantes), estão sendo revistas e/ou abandonadas em favor de outras perspectivas mais humanas, sistêmicas e relacionais, onde o respeito pelo ser humano (em sua individualidade e diversidade) é uma constante. Dentre estas perspectivas podemos citar a “complexidade”, a teoria “sistêmica”, a recente idéia da filosofia quântica, a “corporeidade”, a “motricidade”, a “educação motora”, formas alternativas de ensinar (metodologias) como a atitude relacional/constitutivista, a concepção aberta de ensino, a descoberta orientada, a resolução de problemas, a educação acompanhada pós-universitária, a ação comunicativa, e outras. Percebem-se, então, duas tendências na atualidade: a) a que tenta manter a visão tradicional (cartesiana, competitiva, diretiva); b) e a que propõe novas perspectivas em relação ao entendimento do mundo e do ser humano. A primeira é identificada por CAPRA (1999) como “auto afirmativa” e a segunda como “integrativa”. Este autor compara estas duas tendências em termos de “pensamento” e “valores”. Na revisão sobre valores ele apresenta a *competição* como pertencendo a 1ª tendência, comparando-a com a *cooperação*, como a 2ª tendência (competição x cooperação). Segundo Brotto apud SOLER (2003:22), a cooperação, “*é um processo de interação social, em que os objetivos são comuns, as ações compartilhadas e os benefícios distribuídos para todos*”. E a competição, “*é um processo de interação social em que os objetivos são mutuamente exclusivos, as ações são isoladas ou em oposição umas as outras e, os benefícios são destinados somente para alguns*”. As propostas que serão apresentadas tentam mostrar um caminho em direção a segunda vertente, onde o respeito ao ser humano deve estar sempre em evidência.

Pensando assim, além de outros princípios humanizantes, dois cuidados existem nas brincadeiras sugeridas: a inclusão (em vez da exclusão) e a cooperação (não só competição). Nesse contexto de mudanças normalmente aparece a dúvida: Como fazer disso (discurso) uma prática cotidiana? Como aplicar essas idéias na prática? É isso que tento mostrar utilizando a idéia do voleibol.

O texto está separado em itens para facilitar o entendimento. Inicialmente escrevo sobre o mini-voleibol, depois sobre o voleibol gigante e algumas variações e, finalmente, a respeito de formas alternativas e de caráter

recreativo para o voleibol. As atividades podem ser aplicadas na iniciação, nas aulas de Educação Física e em atividades recreativas, sem distinção.

2. MINI-VOLEIBOL

2.1 Considerações preliminares

Quem lançou esta variação estruturada do voleibol foi BAACKE. Ela chegou até nós em língua portuguesa em 1977 através de publicação de artigo na Revista Brasileira de Educação Física e Desportos. No meu modo de ver, este autor organizou o mini-voleibol (MV) totalmente direcionado para a competição, como um meio adaptado para a criança aprender mais rápido. Sem dúvida respeitou algumas características das crianças como: a visão sincrética (partir do todo/jogo para as partes técnicas/táticas), o amadurecimento anátomo-fisiológico e de pensamento, e com isso as noções espaço-temporais necessárias para a prática. Também percebeu que a criança aprende fazendo e brincando (quanto mais fizer, mais aprende). Contudo, baseou-se em paradigmas tradicionais da época, pois, nessa proposta existem divisões de fases e idades (como se todas as crianças fossem iguais) e adaptação dos praticantes às dimensões da quadra e rede (não ao contrário), não levando em conta aspectos humanos como a participação em decisões, a individualidade e a diversidade. Em outras palavras: os participantes tinham que se adaptar as regras e dimensões (ao já estabelecido). Isso traduz uma forma inflexível de prática realizada com regras pré-definidas, orientando e moldando o iniciante para o voleibol competitivo também pré-fixado.

Procura-se na apresentação a seguir flexibilizar o MV, deixando a idéia da iniciação em fases com a sugestão de um processo de aprendizagem que provavelmente facilitará a incorporação, todavia, respeitando o conhecimento prévio (aquilo que o aprendiz já sabe) de quem pretende praticar. Na verdade, o MV pode se tornar uma brincadeira agradável para quase todas as idades, mesmo utilizando-se do jogo “bola sobre a rede”, que é uma brincadeira de agarrar a bola sem deixá-la cair. Retiraram-se também as idades fixadas para cada fase, mas, propõem-se algumas sugestões de dimensões. Introduziu-se a idéia do MV para as aulas de Educação Física.

2.2 Mini-voleibol: Iniciação 09 aos 12 anos

Em relação ao mini-voleibol propriamente dito (iniciação 09 aos 12 anos), antes de apresentar as fases, realizo alguns comentários.

O tipo de pensamento que a criança tem nestas idades (operacional concreto), faz com que ela não se interesse muito por detalhamentos técnicos. Ela tem uma visão sincrética, ela olha o todo, e só assim observa algum objetivo na atividade. Na verdade elas querem brincar, e no caso, brincar de voleibol. É isso que o mini-voleibol permite, isto é, aprender brincando (que é uma característica dela). Também aprende melhor, pois no mini-voleibol o número de vezes que a criança toca na bola é muito maior do que no jogo 6 X 6. Assim, as crianças aprendem as noções espaço/temporais, os deslocamentos, as dimensões da rede e da quadra, enfim, todas as noções necessárias para a prática do jogo, de maneira agradável e recreativa e de forma que atenda suas características e necessidades. Nessa forma de iniciação, os infantes vão percebendo, aos poucos, a necessidade da aplicação das técnicas básicas (fundamentos) do voleibol. O mini-voleibol é um jogo onde se pode jogar 1 x 1, 2 x 2 e 3 x 3, em quadras menores de diferentes dimensões e altura da rede variando de 2 metros a 2 metros e 20 centímetros, sendo que no início segura-se a bola e esta pode ser um pouco mais pesada.

2.3. Fases do mini-voleibol

1ª Fase: Inicia-se com a brincadeira “bola sobre a rede”, jogando 1 x 1 e/ou 2 x 2, simplesmente arremessando a bola para o outro lado da quadra, de qualquer maneira, tentando fazer com que ela caia no solo. Esta fase serve para a criança aprender a arremessar, receber e movimentar-se na quadra em direção a bola. Deve ser jogado em quadras pequenas e podem ser utilizadas bolas um pouco mais pesadas (ex.: bola de basquete; bola de medicinebol redonda de 300 a 500 gramas). A altura da rede deve ser em torno de 2 metros.

2ª Fase: A criança deve aprender a passar e movimentar *colocando-se sob a bola*, com a utilização do jogo “bola sobre a rede”. Depois pode-se exigir que a bola seja segura na posição de toque (bola na altura da testa e posicionamento das mãos e dedos). Devem-se usar bolas um pouco mais pesadas e outras de diferentes pesos e tamanhos. Pode-se jogar 1 x 1, 2 x 2, 3 x 3, com a altura da rede por volta de 2,25 metros e dimensão da quadra conforme o número de alunos/as (ex.: 1 x 1: recomenda-se quadra de 2 x 2 metros).

3ª Fase: Inicia-se o ensino dos fundamentos básicos de forma mais sistematizada: saque (por baixo), manchete (recepção); toque (levantamento), ataque (cortada), defesa (básica de manchete), e deve-se intro-

duzir a idéia de conjunto (ex.: inicialmente segurando a bola, treinar: recepção, levantamento e ataque). Faz-se ainda o jogo “bola sobre a rede” com bolas mais pesadas e joga-se 2 x 2 e/ou 3 x 3, com quadra medindo aproximadamente 3 metros de largura por 4 metros de comprimento e altura da rede em torno de 2,15 metros (dois metros e quinze centímetros). A medida em que as crianças dominem as técnicas, libera-se a prática delas durante o jogo “bola sobre a rede” (ex.: saque por baixo; segura-se a primeira bola vinda do adversário, porém os outros contatos com a bola devem ser de forma rebatida, como toque ou manchete; ou ao contrário: a 1ª bola deve ser rebatida e as outras seguras; tudo isso conforme o objetivo da aula).

4ª Fase: É o mini-voleibol propriamente dito, porém, a seqüência do processo ensino/aprendizagem continua. Deve-se ensinar o saque por cima (tipo tênis), aprimorar o passe/recepção, treinar a cortada e o bloqueio simples (inicialmente sem deslocamentos laterais). Ensina-se também o *rolamento*, o *mergulho* e as *táticas fundamentais do mini-voleibol*. Orienta-se também sobre as “coberturas”. Pratica-se o jogo 3 x 3 de forma normal, usando-se regras parecidas (adaptadas) com as internacionais. Para o jogo de mini-voleibol mais formal, recomenda-se o uso de uma quadra medindo 4 metros e meio de largura (4,5m) por 12 metros de comprimento (12m) total (6 x 4,5 m cada lado), altura da rede de 2 metros e 10 centímetros (2,10m), e a utilização de bola oficial ou mais leve (220 gramas). Ainda nesta fase pode ser usado jogo de 2 x 2. Como forma de adaptação para o 6 x 6, recomenda-se o jogo 4 x 4 e 5 x 5, com o gradativo aumento das dimensões da quadra.

2.4 Preparação física para o mini-voleibol

Quase toda a preparação física básica necessária para as crianças, é adquirida através da prática dos jogos “bola sobre a rede” e do próprio “mini-voleibol”.

2.5 Táticas do mini-voleibol

2.5.1 Posição Básica

A: Jogador da defesa

B: Jogador da rede (direita)

C: Jogador da rede (esquerda)



2.5.2 Posições para recepção do saque:

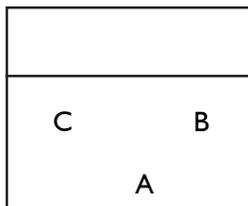
a) Com dois jogadores



B: Levantador

C: Cortador

b) Com três jogadores



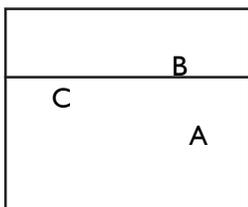
B ou **C:** Levantador

B ou **C:** Cortador

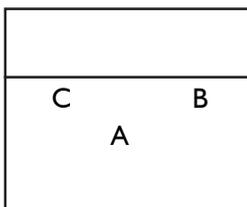
2.5.3 Posições para as defesas:

a) Sem bloqueio

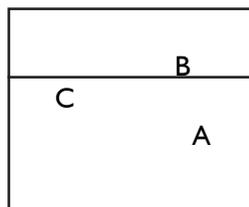
1) Sem cortada



2) Cortada forte

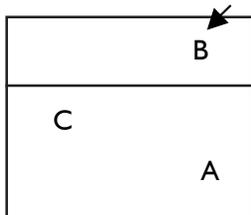


3) Cortada fraca

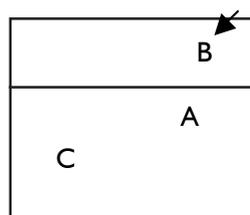


b) Com bloqueio simples e cobertura

1) Cortada forte

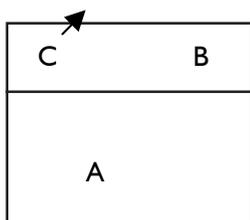


2) Cortada fraca ou largada



2.5.4 Posições para ataque e cobertura

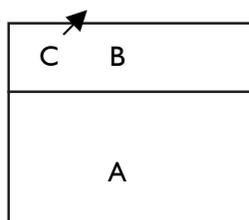
a) Sem bloqueio



B: Levantador

C: Cortador

b) Com bloqueio



B: Levantador

C: Cortador

B e A: Cobertura

2.6 O mini-voleibol na Educação Física Escolar

O Mini-voleibol pode e deve ser aplicado nas aulas de Educação Física em qualquer série. Inclusive, conforme o desenvolvimento das crianças, já nas 3ª e 4ª séries do ensino fundamental. Recomenda-se fazer algumas adaptações e discutir as regras e dimensões com os participantes. Sugere-se estender uma corda no sentido do comprimento da quadra ou área disponível e dividi-la em vários pequenos “campos”. Para as séries iniciais normalmente começa-se segurando a bola. Isso significa a utilização de qualquer bola, mesmo vazia. Pode-se brincar com até 4 praticantes em cada lado. Assim, todos poderão participar ao mesmo tempo, e melhor ainda, cada grupo criando suas próprias regras e opinando sobre as dimensões. O professor deverá intervir sugerindo desafios mais difíceis e complexos à medida que as pessoas forem “dominando” as técnicas e as táticas. Deverá propor brincadeiras que desenvolvam as técnicas e táticas, na própria área do jogo, ou até utilizando o próprio jogo, caso este seja o objetivo da aprendizagem. Particularmente, sugiro que os gestos sejam melhorados na medida do possível, pois, penso sempre num sentido estético amplo, onde todas as pessoas deveriam buscar um aperfeiçoamento em todos os sentidos da vida (participar/ conhecer/fazer mais e melhor). Quando isto não acontece, dá uma sensação de renúncia, de derrotismo muito grande, que provavelmente interferirá/ refletirá negativamente em outras situações da vida.

Esta versão do voleibol pode ser também realizada amarrando-se uma corda ou rede entre duas árvores, paredes, etc. Ela é bastante divertida tam-

bém, quando se proíbe a cortada, ficando a bola mais tempo em jogo (rally maior). Enfim, como o voleibol, o MV é uma atividade muito agradável e facilmente adaptável (regras e dimensões) a qualquer população e situação.

3. VOLEIBOL GIGANTE E ALGUMAS VARIAÇÕES

3.1 Considerações preliminares

Esta atividade proporciona um grande desenvolvimento das percepções nas crianças, além de ser uma brincadeira muito agradável e divertida. É totalmente adaptável a condição infantil, desde situações que permitem o desenvolvimento do pensamento (pensamento operacional-concreto para o formal - dedutivo), como também dos aspectos fisiológicos (é uma atividade aeróbia e anaeróbia alática) e maturacionais (como percepção da velocidade e da direção e amadurecimento neurológico). Ajuda imensamente no desenvolvimento do conhecimento do próprio corpo (esquema corporal) e nas noções espaço-temporais, colaborando também muito nos sentidos sociais de ajuda e cooperação (solidariedade, sociabilização e socialização). Este jogo é encontrado em várias versões. Mostrarei formas simples e mais complexas. Pode e deve ser adaptado para a iniciação ao voleibol, desde a aplicação de fundamentos básicos como também de iniciações táticas. Pode ser competitivo (uma equipe contra a outra) ou cooperativo (as crianças jogam de um lado e depois passam para o outro). Na seqüência apresento algumas formas de praticar o grande jogo voleibol gigante.

3.2 Voleibol gigante simples

Metade das crianças joga de um lado da rede e outra metade do outro. O jogo consiste simplesmente de tentar fazer com que a bola caia no lado contrário, passando por cima da rede. As demais regras devem ser discutidas com as crianças, como: número de passes, até quantos pontos, troca de lado, se vale com uma mão ou com duas, tamanho da quadra, etc. Esta forma não tem distribuição específica na quadra (cada criança fica aonde quiser). O que pode acontecer: poucas crianças pegam na bola e muitas não o fazem. *Competitivo*: um time contra o outro; *Cooperativo*: Ex.: a criança que jogou a bola para o lado contrário, também vai para o lado contrário. Nesse sentido devem-se criar algumas regras junto com os participantes, como por exemplo: a criança

que jogou a bola deve entrar na outra equipe pela linha de fundo e não pode participar da jogada que ela iniciou do outro lado.

3.3 Voleibol gigante simples no escuro

Semelhante ao anterior. Só que se deve colocar uma lona em toda extensão da rede, dificultando a visão das crianças.

3.4 Voleibol gigante tradicional formal (com regras já estabelecidas)

Este jogo foi organizado para que todas as crianças possam pegar na bola em determinado momento do jogo, tendo como pensamento a idéia da inclusão e da aprendizagem, além de outros fatores emocionais. Apesar das regras já pré-estabelecidas que serão apresentadas, com a finalidade citada anteriormente, outras poderão ser modificadas para atender as especificidades das crianças que participarão da brincadeira.

Regra básicas:

- O jogo deve ser realizado na quadra de voleibol com a rede na altura de 2 metros e 24 centímetros (feminino) e a bola utilizada será a de voleibol oficial;
- Para iniciar o jogo e durante o mesmo deverão ser utilizadas as duas mãos para executar os passes;
- Cada equipe deverá ser formada por 12 sujeitos, sendo obrigatório estar sempre 09 dentro da quadra;
- Será realizado um sorteio antes do início do jogo para saber quem começará com a bola e para a escolha do lado da quadra;
- O reinício do jogo será feito pela equipe que ganhar o ponto;
- A contagem será simples e o jogo poderá ser por tempo ou por pontos;
- Serão obrigatórios dois passes (três toques) entre os membros da equipe, sendo que o último deverá ser feito pelo sujeito que se encontre na posição 05. Este, para arremessar a bola para o outro lado, não poderá sair de um círculo riscado em sua volta e nem saltar;
- Caso a bola caia dentro da quadra; toque um ou mais sujeitos e bata dentro ou fora da quadra; caso um sujeito drible (quique) a bola; caso a equipe não consiga devolver a bola por cima da rede e nem executar os dois passes (três toques): será consignado

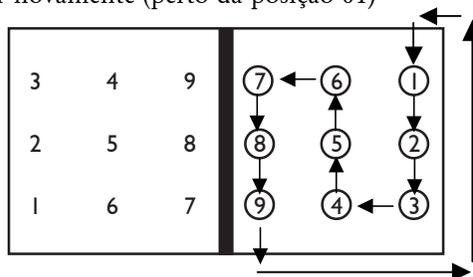
- ponto à equipe que iniciou ou reiniciou o jogo. Se, ao iniciar ou reiniciar o jogo, a bola não ultrapassar a rede por cima ou cair fora da quadra, será consignado ponto à equipe adversária;
- Bola na linha é considerada dentro.

Desenvolvimento:

Nove sujeitos iniciais tomarão posição dentro de seus respectivos círculos na quadra (ver desenho), enquanto outros três ficarão na entrada da posição 01. O jogo inicia-se e reinicia-se pelo sujeito que estiver na posição 05. O sujeito da posição 05 deve jogar a bola para o lado contrário na tentativa de fazer ponto. Os sujeitos que receberão a bola (do lado contrário) poderão e deverão sair dos seus círculos para pegar a bola antes que ela toque o solo. O sujeito que pegar a bola deverá passá-la para qualquer colega seu, menos para o que se encontra no círculo número 05. O colega que recebeu a bola de seu companheiro deverá passá-la para o que se encontra no círculo número 05, e este jogará a bola para o lado contrário, realizando assim os dois passes (três toques).

Sempre o sujeito que se encontra no círculo número 05 é que deve fazer o terceiro e último arremesso para o lado contrário. Caso o sujeito que está na posição 05 pegue a primeira bola (que vem do adversário), deverá passá-la para qualquer companheiro seu e este deverá devolvê-la ao colega que se encontra na posição número 05, que por sua vez, jogará a bola para o outro lado da rede.

Cada vez que o sujeito da posição número 05 jogar a bola para o lado contrário (iniciando ou reiniciando a partida e durante o jogo) é obrigatório acontecer um rodízio (troca de lugares) dessa forma: o1º sujeito que estava fora, entra na posição 01; o que estava na pos. 01 vai para a pos. 02; o que estava na pos. 02 vai para a 03, e assim por diante até o número 09, que sai da quadra e vai rapidamente para o local onde deverá entrar novamente (perto da posição 01)

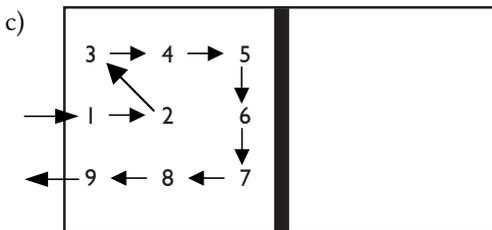
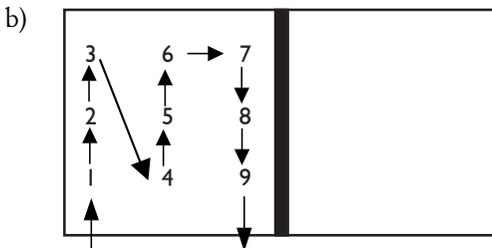
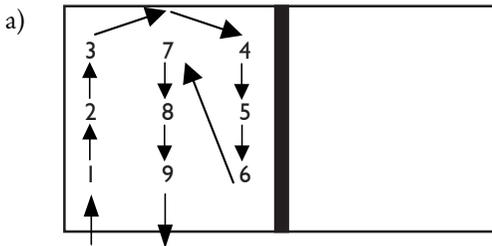


3.5 Voleibol gigante formal cooperativo

Mesmo que o anterior, porém, o aluno que sair da posição nove (9) de uma equipe, entra na posição um (1) da outra equipe. Porém algumas regras deverão ser mudadas. Ex: quando houver uma falta, as duas equipes devem rodar para evitar acúmulo de crianças somente de um lado.

3.6 Voleibol gigante com variações nos deslocamentos e regras (Câmbio)

Muitas variações podem ser realizadas, todavia, serão colocados três exemplos de deslocamentos. As crianças deverão seguir a seqüência da numeração, cada vez que a bola for para o outro lado. Nestas variações ainda sugere-se manter uma posição específica para finalizar para o outro lado (de preferência o da região central da quadra).



A **forma cooperativa** também deve ser realizada nestas versões. As **regras** podem e devem ser mudadas, porém, com a participação das crianças nas sugestões. Muitas vezes de maneira compulsória, para fazer com que a criança pense. Exemplo: Depois de uma forma ser absorvida (incorporada) pelas crianças, propor em sala: “Só sairemos da sala após terem sido sugeridas outras regras para o jogo”.

Exemplos de regras que fomentam novos e rápidos raciocínios: 1) Pode ser executado só um ou dois passes (dois ou três toques); Se o jogador da região central pegar a bola, pode devolver logo para o outro lado sem passar para ninguém.

3.7 Voleibol gigante formal, com variações e cooperativo... no escuro

Pratica-se conforme as regras desses jogos (já sugeridas), porém, coloca-se uma lona em toda a extensão da rede, dificultando a visualização da outra equipe.

3.8. Aproximações com o voleibol

Muitas crianças de 3ª e 4ª séries já têm condições de dominar algumas técnicas e táticas básicas do voleibol. E estas podem ser introduzidas no voleibol gigante, inclusive, se possível, com bolas mais leves (emborrachadas). Algumas sugestões serão colocadas a seguir como exemplos. 1) Passar o 2º toque para a criança que estiver no meio na frente (perto da rede) e esta para a que estiver em uma das pontas (na frente), que deverá finalizar o 3º toque para o outro lado (fixar uma das pontas para que todas as crianças peguem na bola); 2) Quem pegar a bola que veio do outro lado, deverá jogar a bola alta para quem estiver na frente no meio, e este deverá **segurar a bola na posição de toque** e, passar, na mesma posição, bola alta para uma das pontas; 3) Introduzir o **saque por baixo** nos momentos de iniciar e reiniciar o jogo (inicialmente pelo aluno da posição central da quadra); 4) A criança que finalizar (3º toque) poderá segurar a bola ou rebatê-la para o outro lado (toque, manchete). Após, deverão ser ensinadas outras técnicas e tentativas deverão acontecer para as mesmas serem praticadas no jogo. Depois de algum tempo, deve-se diminuir o número de aprendizagens na quadra.

Estas indicações e muitas outras são interessantes para quem quer introduzir o voleibol e tem pouco material (uma bola qualquer e corda ou barbante), pois alguns fundamentos poderão ser ensinados e, mais importante, em forma de brincadeira (do jeito que a criança gosta), envolvendo muitos discentes.

4. VOLEIBOL: OUTRAS FORMAS ALTERNATIVAS

4.1 Considerações preliminares

Serão apresentadas algumas variações do jogo de voleibol, além do mini-voleibol e do voleibol gigante (e suas variações), que podem ser adotadas nas Escolas e nos Colégios, em aulas de Educação Física e/ou em atividades de lazer. Recomenda-se envolver nestas brincadeiras um número maior de participantes. Não existem regras totalmente definidas e muitas devem ser discutidas juntamente com os praticantes, como, o número de toques na bola; a possibilidade de segurar a bola em algum momento do jogo ou por alguém que não saiba rebater; área da quadra; número de praticantes; forma da contagem dos pontos ou não; etc. Mostrar-se-á a idéia básica, as outras situações devem ser decididas pelo grupo que irá participar.

4.2 Voleibol rede viva

Separa-se o grupo em três (3) equipes. Uma equipe deve ficar no meio da quadra, perto da linha central, em fila (rede viva), tentando pegar a bola, enquanto as outras duas ficam jogando normalmente. Regras básicas: - Caso a equipe do meio intercepte (pegue) a bola, a equipe que lançou (jogou) por último vai para o meio e a que estava no meio vai para o lugar dela; - Caso uma equipe cometa um erro (jogando a bola fora da quadra; deixando-a cair no solo; faça quatro toques; ou outras faltas que foram combinadas) deverá ir para o meio, enquanto a outra (que estava no meio) vai para o lugar dela. Esta brincadeira pode ser realizada desde a 3ª ou 4ª séries (segurando a bola e arremessando) até com adultos, segurando ou rebatendo normalmente. Com adultos sugere-se aumentar a área de deslocamento da equipe do meio (por exemplo, entre as linhas dos três metros).



Esta atividade pode ser realizada por pontos (quem perder 5 pts vai ao meio) ou por tempo e o rodízio, para as crianças (para que todas possam pegar na bola), deve ser realizado conforme o voleibol gigante. Em forma de voleibol gigante ele pode ser *cooperativo*, isto é, quem sair da posição 09 de uma equipe, deve entrar na posição 01 do outro lado. Pode-se fazer de forma cooperativa também com adultos, por exemplo: o último a jogar a bola para o outro lado, deve entrar na rede viva e um da rede viva deve ir para o lado do que acabou de entrar na rede viva (recomenda-se, inicialmente, fazer esta variação do jogo segurando a bola). Ou simplesmente o último que jogou a bola para o outro lado, deve também ir para o outro lado.

4.3 Voleibol “quem jogar a bola para lá vai para lá”

Este é um jogo recreativo cooperativo simples de jogar. Não precisa necessariamente realizar rodízios e não tem número de participantes definido. Como o nome já diz, o último que jogar a bola para o outro lado da quadra também deverá trocar de lado. Recomenda-se não utilizar a cortada. Sugere-se, com adultos que tenham condições de rebater a bola, que este último que tocou na bola jogando-a para o outro lado, tome uma posição mais no fundo na outra quadra. Esta brincadeira também pode ser realizada com crianças segurando a bola e arremessando-a, com rodízio definido (como no voleibol gigante - este último vai para a posição 01 do outro lado) ou não. E quem sacar, deve trocar de lado?

4.4 Voleibol “rodízio sempre”

É um jogo fácil que pode ser utilizado no tempo livre, como aquecimento, ou como adaptação para dias frios (em treinos ou aulas de Educação Física). Pode ser realizado de várias maneiras. Colocarei algumas. Com seis praticantes em cada lado, jogando normalmente, porém, sem cortada, deve-se realizar um rodízio cada vez que a bola for jogada para o outro lado. Outra variação, com pessoas que estão aprendendo, é segurar a bola (agarrar pelo menos o primeiro toque), quando ela vier do outro lado. Outra forma é colocar mais pessoas jogando, todavia, na reserva, pois, o jogo é dinâmico, por exemplo, entram pela posição 01 e saem pela 02, e já se preparam para entrar novamente na partida pela pos. 01.

4.5 Voleibol acelerado

É um jogo normal, porém, fica um sacador atrás de cada linha de fundo, colocando outra bola em jogo (sacando para o outro lado), logo que aquela que está em rally sai fora de jogo, no seu respectivo lado. É indicado também para as aulas de Educação Física.

4.6 Voleibol histórico

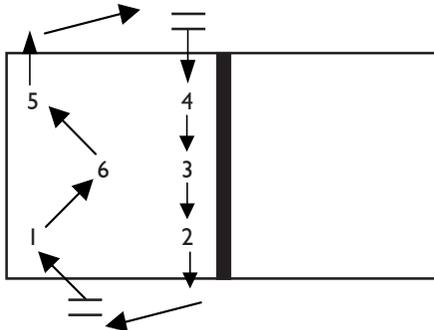
É uma brincadeira para os participantes perceberem a evolução das técnicas, táticas e regras. Não tem número definido toques e nem de pessoas em cada lado. Aplicam-se algumas regras antigas como: sacador tem que estar com o pé sobre a linha de fundo e tem duas tentativas de saque; caso a bola do sacador for tocar na rede, alguém que esteja perto dela, pode fazer um leve toque para o outro lado; bola na linha é fora; bola na rede é considerada morta (fora de jogo); não tem contagem definida; e, para ficar mais divertido, proíbe-se o toque (tem que ser espalmado ou outra forma), a manchete e a cortada. Também não tem forma de rodízio definida. Existem outras regras antigas que podem ser introduzidas.

4.7 Voleibol com rede alta

Joga-se com a rede bem alta (mais ou menos 3 metros) para propostadamente evitar as cortadas e a bola ficar mais tempo em jogo (rally maior). A quadra pode ser maior e participar mais pessoas. O número de toques pode ser ampliado.

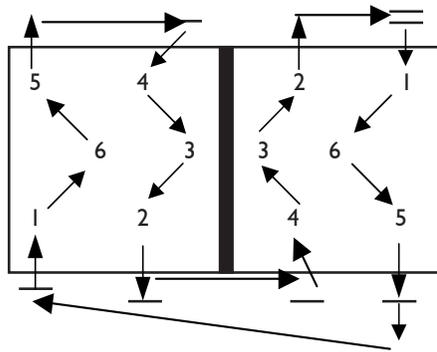
4.8 Voleibol com dois locais de saída e entrada

Esta forma é indicada para a escola, pois pode envolver um grupo maior de discentes. Alguns alunos ficam fora da quadra nas entradas das posições 01 e 04. Os que estão esperando fora da quadra, perto da posição 01, entram na posição 01 e saem na 05, e já se preparam para entrar pela pos. 04. E os que esperam perto da pos. 04, entram na 04 e saem na 02. E já se preparam para entrar pela pos. 01. Estas brincadeiras podem ser praticadas segurando a bola ou em forma de jogo normal. Pode ser realizada com trocas (rodízio) cada vez que a bola é passada para o outro lado ou normalmente (quando se recupera a posse da bola).



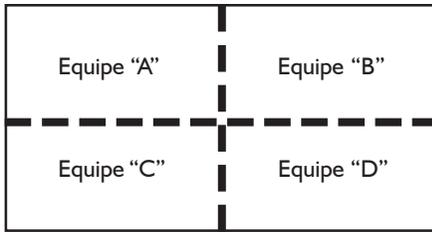
4.9 Voleibol com dois locais de saída e entrada cooperativo

Esta maneira de jogar é parecida com a anterior, porém, o praticante que sai pela pos. 2, entra pela pos. 4 do lado contrário, participando também da outra equipe. Recomenda-se realizar o rodízio somente quando acontecer alguma falta, tanto de um lado como do outro. Outra sugestão é manter os levantadores fixos (pos. 3), passando o participante da posição 4 direto para a 2.



4.10 Voleibol com quatro equipes

Neste jogo a quadra é dividida em 04 quadrantes com uma equipe em cada um deles. Pode ser muito divertido e exige atenção o tempo todo, pois, uma equipe pode jogar a bola para qualquer das outras três equipes. Sugere-se uma contagem negativa para cada vez que a bola cair num quadrante, ex.: menos 1, 2, 3, etc. para a equipe do quadrante "A". Pode ser jogado com a bola sendo agarrada (iniciação) ou em forma de jogo normal (recomenda-se, inicialmente, sem cortada). Pode-se fazer também um rodízio entre os membros de cada equipe em seu respectivo quadrante. Para fazer as divisões podem-se utilizar duas cordas ou uma rede (normal) e uma corda no sentido do comprimento. Outras variações deverão ser criadas, como torná-lo cooperativo, fazendo com que, cada vez que houver infração, um membro de cada equipe troque de time (numeram-se os praticantes e quem estiver na vez, troca).

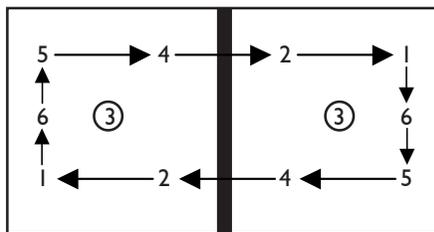


Aproveitando a situação deste desenho, recomenda-se fazer **jogo em diagonal**, isto é, a equipe “A” joga contra a equipe “D” e as equipes “B” e “C” também jogam entre si. Outras regras devem ser criadas tanto para esta última sugestão como também para a anterior, como por exemplo, quem e de onde se deve sacar; um ou mais quadrantes só vale rebater de manchete, no outro vale tudo e, em outro, só toque.

Outra sugestão, nessa distribuição, é jogar **um lado (A e C) contra o outro (B e D - jogo normal)**, porém, só perde ponto o quadrante onde a bola cair ou cometer falta.

4.11 Voleibol “grande rodízio cooperativo”

É mais um jogo *cooperativo* onde os participantes trocam de lado da quadra. Toda vez que acontecer alguma falta existirá um grande rodízio entre os participantes, com exceção dos que estiverem na posição 03. No sentido horário, todos deverão ir uma posição adiante, da seguinte maneira: 1 para a 6; 6 para a 5; 5 para a 4; 4 para a 2 da outra quadra; 2 (do outro lado) para a 1; 1 para a 6; 6 para a 5; 5 para a 4; 4 para a 2 do outro lado. Os praticantes que estiverem na pos. 03 podem ser fixos ou trocarem de time a cada determinado número de pontos (05) ou espaço de tempo. Também, na iniciação, pode ser realizado segurando a bola. Existem condições para colocar mais de 06 participantes em cada lado, adaptando alguns locais para saída e entrada de pessoas que ficarem na reserva, como na idéia do jogo “voleibol com dois locais de saída e entrada”, anteriormente descrito.



4.12 Voleibol “quem toca na bola sai”

Esta é uma brincadeira muito divertida, todavia, necessita bastante atenção. Recomenda-se que inicialmente seja realizado segurando a bola. Ficam três participantes fora da quadra (em cada lado) e outros seis iniciam normalmente o jogo. O primeiro que tocar na bola de um lado da quadra deve sair imediatamente e outro que está fora deve entrar rapidamente no lugar dele, durante o jogo. A mesma coisa deve acontecer do lado contrário. Pode ser jogado também, num nível mais avançado, incluindo-se a saída da pessoa que efetuar o segundo toque, e também da pessoa que executar o terceiro toque, logicamente entrando sempre alguém no lugar deles (os que estão momentaneamente fora).

4.13 Voleibol com rede móvel

Esta é uma atividade recreativa interessante. A rede (que pode ser uma corda) deve ser segura por duas pessoas nas extremidades. À medida que o jogo se desenrola normalmente, estes se deslocam vagarosamente para qualquer direção, levando a rede estendida junto com eles. Os participantes terão que observar estes deslocamentos e tentar continuar o jogo sem deixar a bola cair. Sugere-se o não uso de cortada e, com crianças iniciantes, que a bola possa ser segura. Logicamente, como é uma brincadeira, as linhas nestes momentos não são levadas em consideração.

4.14 Voleibol com saco

Atividade muitíssimo divertida indicada para recreação e para a escola. Cada duas pessoas devem segurar um saco pelos vértices (pontas) dos mesmos, no sentido do comprimento, um de frente para o outro. Várias duplas podem ficar em cada lado. Sugere-se no máximo 05 duplas de cada lado. A brincadeira constitui-se de capturar a bola que vem do lado contrário com o saco, sem deixá-la cair, passar para outra dupla ou para o lado do adversário. Não se pode usar qualquer parte do corpo, só o saco (de linhagem). Algumas regras devem ser criadas pelos grupos, como, por exemplo: a) como iniciar ou reiniciar o jogo (saque); b) quantos “toques” devem ser dados; c) terá ou não rodízio; e outras. Nesta atividade os sacos podem ser substituídos por roupas ou outros materiais.

Uma atividade parecida com essa é o **voleibol com lençol**, no qual mais pessoas seguram um mesmo pano (maior), necessitando de maior coordenação entre os membros para recuperar e passar a bola. Sugere-se, para crianças ou idosos, tanto com saco como com lençol, que se utilize uma bola mais lenta e maior, como é o caso das bolas de plástico.

Estas brincadeiras também podem ser cooperativas, utilizando-se de algumas idéias já indicadas anteriormente nos outros jogos.

4.15 Voleibol por tempo entre a mesma equipe

Esta atividade é indicada para gincanas e para a escola. É de certa forma cooperativa. Uma equipe é subdividida em duas e cada grupo vai para um lado da quadra. Começam a jogar procurando não deixar a bola cair e, no mesmo momento, inicia-se a contagem de tempo. As regras para contagem são variadas. Pode-se marcar o tempo até a bola cair pela primeira vez, ou determinar um período fixo de tempo (05 minutos, por exemplo) e verificar quantas vezes a bola caiu ou o jogo foi parado por ter acontecido alguma falta. Após essa equipe jogar, entra a outra (também subdividida em dois grupos) tentando ficar mais tempo com a bola no ar. Para crianças e idosos podem-se utilizar bolas mais leves e maiores (de plástico) ou até segurar a bola em vez de rebatê-la.

4.16 Voleibol caçador (queimada)

Recomenda-se jogar com a rede na altura do feminino (02 metros e 24 centímetros), se for com adultos, porém, a altura deve ser combinada com o grupo que for praticar. Joga-se o caçador normal, inclusive com reservas na linha de fundo, todavia, a bola deve ser arremessada por cima da rede quando o grupo do campo estiver de posse da bola. Para incrementar mais o jogo, sugere-se colocar reservas também nas laterais, como no “caçador nas laterais” ou “quatro cantos”.

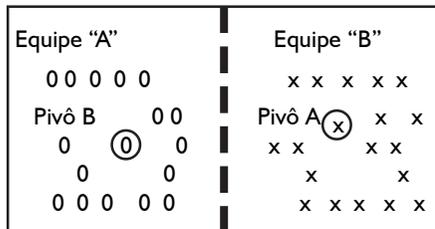
4.17 Caça-vôlei

Nesta atividade a turma é separada em dois grupos, e cada um deles deve ficar num lado da quadra. Não tem número definido de praticantes e é jogado segurando a bola. A equipe “A” escolhe um sujeito de sua equipe para fivô no lado contrário (pivô). A equipe “B” faz a mesma coisa. A altura da rede deve ser definida pelo grupo. A idéia básica da brincadeira é a seguinte: o pessoal da equipe “A” deve tentar passar a bola por cima da rede para seu pivô que está no lado contrário. A turma da equipe “B” procura não deixar a bola chegar até o pivô (deve marcá-lo) da equipe “A”. Caso o pivô da equipe “A” consiga receber a bola que veio de seus colegas do outro lado, deverá tentar “matar” alguém da equipe “B”. Caso tenha sucesso, marcará um ponto para sua equipe. Para isso, após receber a bola, ele tem direito a efetuar dois ou três passos (ou mais ou menos ou nenhum passo, conforme

o grupo combinar) para se aproximar de alguém da equipe “B” e tentar “matá-lo”. Caso o sujeito da equipe “B” que será atingido consiga agarrar a bola ou rebatê-la em forma de defesa para alguém de sua equipe (a bola não pode tocar o solo), salvará o ponto. Os participantes não podem sair do seu campo de jogo (que é a respectiva linha demarcatória da quadra de voleibol). Nesta atividade o pivô também pode tentar pegar a bola ou interferir na jogada que está sendo realizada entre os integrantes da equipe onde ele se encontra. Caso ele consiga a posse de bola, não poderá “matar” imediatamente, mas sim, passar a bola de volta para sua equipe do outro lado.

Outras regras podem e devem ser criadas para que o jogo tenha sua desenvoltura e para que não aconteçam agressões. A princípio, sugere-se que quem tenha a posse de bola não possa ser tocado. Além disso, podem-se marcar faltas (perda da posse da bola) ou pontos para a outra equipe, quando acontecer empurrões ou outras situações agressivas. Algumas vezes esta brincadeira acontece com dois pivôs em cada lado.

Uma forma de iniciar este jogo com crianças é marcar ponto cada vez que o pivô conseguir pegar a bola. Somente isto, não sendo necessário “matar”.

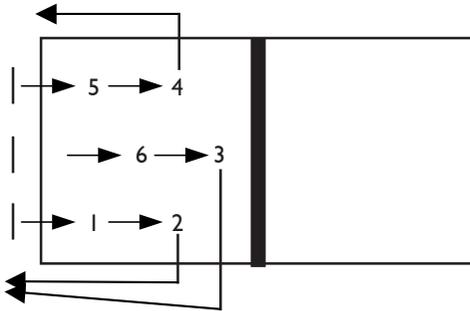


4.18 Voleibol “entra três e sai três”

Neste jogo recomendado para a escola e para a recreação, três jogadores ficam atrás (fora da linha) da linha de fundo, respectivamente perto das posições 1, 6 e 5, prontos para entrar na quadra. Outros seis praticantes ficam jogando normalmente. Quando a equipe recupera a posse da bola, os três que estavam fora entram nas posições já anteriormente citadas; os que estavam nessas posições, avançam para as posições perto da rede (4, 3 e 2); e os que estavam nessas posições, vão para o fundo da quadra e se preparam novamente para entrar pelas posições 1, 6 e 5. Recomenda-se que o participante que entrou, por exemplo, pela posição 1, na próxima vez que entrar, inicie entrando pela posição 6; o da 6, pela 5; e o da 5, pela 1.

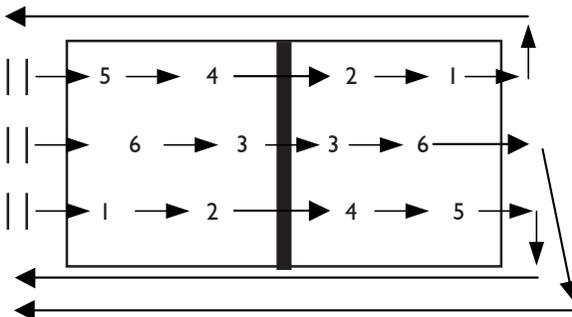
ARTIGO DE REVISÃO

Outras variações de regras podem ser criadas. Por exemplo, conforme o grupo que pratique (crianças ou idosos), a bola pode ser retida (segura). Outra formulação para dias frios pode ser a realização deste rodízio cada vez que a bola for para o outro lado, ou cada vez que a bola parar (faltas), tanto num lado como no outro.



4.19 Voleibol “entra três sai três” cooperativo

Este jogo é como o anterior, todavia, os três participantes que estão na rede (posições 2, 3 e 4) passam para o outro time, ficando nas posições perto da rede do outro lado. Depois vão para as posições do fundo da quadra, e após, saem da quadra pelo fundo e vão para o outro lado da quadra, preparando-se para entrar novamente, pela linha de fundo, perto das posições 1, 6 e 5. Neste jogo as trocas só podem acontecer cada vez que a bola parar (falta), tanto de um lado como do outro. Também, inicialmente, pode ser realizado segurando a bola.



4.20 Voleibol para “a melhor idade” (Terceira idade)

Muitas destas brincadeiras podem ser propiciadas a estes jovens iniciantes da terceira idade, fazendo-se algumas adaptações. A sugestão inicial é a mudança da bola para uma maior e mais leve, como, por exemplo, as bolas de plástico. Outra é não ter o número de toques definido e nem o de praticantes. Porém, o mais importante, é fazer com que eles participem da construção do jogo dando suas opiniões quanto às regras. Não se deve levar um jogo pronto a eles (nem a ninguém). É o grupo participante do momento quem deve ser ouvido e as regras serem orientadas por eles e a eles. Deve-se levar a idéia da brincadeira de rebater ou segurar uma bola sendo jogada por cima de uma rede (corda). O resto discute-se com eles. Nesta abertura, pode acontecer que o grupo queira jogar o voleibol normal.

4.21 Voleibol para pessoas com necessidades especiais

É o mesmo caso anterior. Leva-se a idéia e tenta-se observar o que eles conseguem fazer, ou o que cada um consegue fazer. Devem-se aceitar as diferenças, fazendo com que quem quiser participar, possa fazê-lo de alguma maneira. Materiais alternativos também devem ser previstos. Deve-se aceitar, por exemplo, tanto o segurar a bola como o rebater, acontecendo no mesmo jogo. Dessa forma o jogo e as regras vão sendo construídas em conjunto pelo professor e pelos participantes.

Obs.: Algumas atividades deste item (4) foram criadas em conjunto com os discentes do Curso de Educação Física da UNIOESTE.

5. OUTRAS CONSIDERAÇÕES SOBRE O TEMA

Chamo a atenção novamente para que estas brincadeiras tenham sempre o cunho **inclusivo** e não exclusivo (de exclusão), embora às vezes decisões democráticas prejudiquem esta idéia, quando não bem esclarecida, devido à ideologia dominante. Busca-se o entendimento da individualidade e da diversidade das pessoas. Isto significa que pessoas altamente fundamentadas tecnicamente podem e devem jogar qualquer desses jogos com pessoas que nada sabem, aceitando a situação histórica (genética e ambiental) de cada um. Como no exemplo da última atividade, deve-se aceitar que quem não saiba jogar possa segurar a bola e quem for bom jogador não possa. Devem-se criar regras para que alatinhos e baixinhos, gordinhos e magrinhos, moças e rapazes, jovens e idosos, e outros, possam jogar juntos e tenham ampla satisfação (prazer) de estar

participando de uma atividade. Várias situações podem ser criadas conforme as pessoas que pratiquem, como estes exemplos: 1) O alto não pode saltar para cortar; 2) O bom cortador só pode cortar da linha de fundo ou com a mão esquerda (se for destro); 3) A cortadora de baixa estatura não pode ser bloqueada por indivíduo do sexo masculino; 4) Em algumas situações deve ser retirada a cortada; 5) Só mulher pode cortar; 6) Algumas pessoas podem dar dois toques consecutivos; 7) Só vale saque por baixo ou perto da linha de fundo; entre outras. O importante é brincar, criar, divertir-se e viver plenamente a corporeidade, sentindo-se gente, fazendo parte do mundo. A idéia do voleibol proporciona isto tudo e muito mais, como amizades, companheirismo, ajuda ao próximo, melhora da auto-estima, etc.

A contagem de pontos em um jogo é uma das características da competição. Todavia, em algumas situações pode não ser, como mostrarei mais adiante. Sobre este assunto (ver quem vence; quem é o melhor) destaca uma pesquisa recente (1999) realizada nos Estados Unidos com crianças de 10 a 14 anos, encontrada no livro sobre voleibol do American Sport Education Program (1999). Ela revelou que 90% destes infantes gostariam de praticar este esporte da mesma forma, mesmo que não existisse a contagem. Este resultado simplesmente corrobora outros já existentes que concluíram: o que importa para a criança é brincar; a contagem ou o resultado não é importante. Geralmente quem enfatiza a vitória, a competição, a contagem, o resultado, é o adulto educado desta maneira.

Quando se brinca com prazer, fora da área formalmente competitiva (campeonatos, torneios, etc.), muitas vezes após algum tempo brincando alguém pergunta: "Quanto está?" Este é o maior sinal de que a maioria das pessoas também não está interessada na contagem. No esporte de alto nível, hoje em dia também a psicologia esportiva mostra que a pessoa que não joga por prazer (motivação intrínseca) não obterá sucesso. Mas, por que se deve contar em algumas situações informais ou não-formais. Muitas vezes a intenção pode ser de respeito ao ser humano, por exemplo, quando tem outro grupo de pessoas querendo jogar, conta-se para dar oportunidades para que elas também pratiquem. Em atividades volibolísticas que participo junto a um grupo de amigos, quando alguém fica de fora (já tem 6 da quadra), faz-se uma alternância para que este participe: quem vai para o saque sai, dando lugar para o que estava esperando. Existindo 11, 12, ou mais esperando, quando termina o set, as duas equipes saem, oportunizando a participação dos outros colegas. Esses são exemplos de

respeito ao ser humano em que a contagem pode se fazer necessária. Também se pode usar o fator tempo. Até o início dos anos 90, a contagem era diferente, muito mais humana, ao meu ver. A equipe que recuperava a posse da bola não fazia ponto, só acontecia o rodízio. Somente a equipe que sacava podia fazer ponto. Isso oportunizava mais uma chance a equipe que errou de se recuperar ou reparar o erro, individual ou da equipe. Era um sentido de compreensão que o ser humano é sujeito a erros e poderia ter outra oportunidade. A mesma coisa acontecia no saque, onde havia duas chances para fazê-lo. Hoje o ser humano “objeto e máquina” não pode errar. Novamente não se pensou no sentido humano, mas sim em outros fatores de interesses competitivos e comerciais, atendendo a mídia.

Não devemos esquecer de enaltecer os “perdedores” ou “adversários”, e ensinarmos isso desde cedo às crianças. Estes não são inimigos. Eles são deveras importantes. Sem eles o próprio jogo ou brincadeira não existiria. São eles que nos forçam a melhorar, a “crescer”, na busca de superação de potencialidades. É nessa comparação com os outros, buscando a auto-superação e a superação dos adversários, que se chega no sentido estético amplo, pois, quanto mais melhorarmos e aprendermos, mais e melhor poderemos ensinar e ajudar os outros.

Penso que as atividades aqui apresentadas deverão orientar e dar oportunidade para a criação de muitas outras, no sentido da inclusão e da cooperação, principalmente se for considerada a *idéia* do voleibol (participativo e com caráter recreativo) em vez do voleibol formal competitivo (inflexível) constituído por regras internacionais. Assim, *todos* poderão praticar, brincar e desfrutar desta atividade tão agradável, essencialmente socializante e democrática. Na escola também o voleibol deve ter o tom recreativo do aprender brincando. É bom lembrar que a finalidade do idealizador do Voleibol (William G. Morgan) era a de constituir uma atividade de caráter recreativo para que várias pessoas pudessem participar.

6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMERICAN SPORT EDUCATION PROGRAM. **Ensinando Voleibol para Jovens**. São Paulo: Manole, 1999.

BAACKE, H. Mini-volibol: Uma forma adaptada de VB para crianças de 09 a 12 anos. **Revista Brasileira de Educação Física e Desportos**. Brasília, v.9, n. 33, jan/mar, 1977.

CAPRA, F. **A teia da vida**. São Paulo: Cultrix, 1998.

SOLER, R. **Jogos cooperativos para educação infantil**. Rio de Janeiro: Sprint, 2003.