

MINI-VOLEIBOL COMO ESTRATÉGIA DE ENSINO DO VOLEIBOL

Ronaldo Nascimento Maciel

Mestre em Ciências da Motricidade Humana pela UCB-RJ

rnmvolei@hotmail.com

RESUMO

A iniciação esportiva é o processo em que a criança começa a aprender sistematicamente uma modalidade desportiva, com o objetivo de atrelar o seu desenvolvimento normal à prática de um esporte. Os programas de iniciação desportiva são divididos em duas vertentes: a que predomina o caráter lúdico para o aprendizado; e outra mais formal. Dentro da vertente lúdica se destaca o mini-voleibol (MV). O MV é um método de ensino simplificado e adaptado ao estágio de desenvolvimento em que se encontra a criança. A proposta que apresentaremos é de que o aprendizado seja feito através de blocos de conteúdo, que devem contemplar as necessidades da criança no seu atual estágio de maturação. A inserção de crianças em modalidades desportivas que são delimitadas por regras deve obedecer a um planejamento criterioso e coerente, para que seja coroada de êxito. A possibilidade de aprender uma modalidade complexa de uma forma lúdica, recreativa e prazerosa justifica a sua utilização. O MV pode fazer com que a criança assimile as técnicas do voleibol de acordo com a lógica do próprio vôlei e não através do aprendizado de técnicas isoladas. Acredita-se que somente se consegue jogar jogando e, para a criança, nada melhor do que jogos simplificados para estimulá-la e mantê-la interessada no processo de ensino.

Palavras-chave: Voleibol; Metodologias; aprendizagem.

ABSTRACT

Initiation of sports is the process in which the child begins to learn a sport systematically, in order to harness their normal development to practice a sport. The start of sports programs are divided into two sections, which dominates the character for playful learning and other more formal. Within the playful side the mini-volleyball (MV). The MV is a method of teaching simplified and adapted to the stage of development where the child. The present proposal is that the learning is done by blocks of content, which must accommodate the needs of children in their current stage of maturation. The inclusion of children in sports that are bounded by the rules should follow a careful planning and consistent to be successful. The possibility of learning a complex arrangement, as leisure, recreational and pleasurable justifies its use. The MV can cause the child to assimilate the techniques of volleyball according to the logic of their own volleyball and not by learning techniques in isolation. It is believed that only if you can play and playing for the child, nothing better than games simplified to encourage her and keep her interested in the teaching process.

Keywords: Volleyball; Methodologies; learning.

1. Introdução

No Brasil a procura por programas de iniciação ao voleibol vem crescendo proporcionalmente a maior popularidade conquistada pela modalidade. A sucessão de resultados expressivos alcançados pelas Seleções Nacionais contribui decisivamente para esta realidade, com as crianças se espelhando e sonhando tornar-se um dia como são seus ídolos de hoje (MORALES *et al.*, 2009; BENETTI *et al.*, 2005). Tal fato contribui para que aproximadamente 85% dos atletas que compõem as equipes adultas sejam originários das categorias de base (CANFIELD e REIS, 1998). Assim, diversos estudos vêm sendo feitos para tentar elucidar questões relacionadas à formação de futuros atletas em todos os âmbitos que a envolvem, estando entre estes o processo de ensino-aprendizagem do desporto (MACIEL *et al.*, 2009).

Paradoxalmente ao exposto acima, não existe no nosso País um direcionamento que leve os Profissionais envolvidos com a iniciação ao voleibol a trabalharem seguindo um mesmo critério, que poderia resultar em um modelo para a formação de futuros atletas. Geralmente, são seguidos modelos que deram certo em trabalhos anteriores, não sendo feitas as devidas adequações inerentes as diferentes realidades encontradas.

Sendo assim, este artigo se caracteriza como de revisão de literatura, tendo como objetivo analisar criticamente os conceitos vigentes acerca do tema em questão.

2. Materiais e Métodos

Para este trabalho de pesquisa, do tipo analítica, de revisão, foram pesquisados artigos indexados nas principais bases de dados disponíveis, utilizando-se no campo “palavras de títulos” os termos voleibol, aprendizagem e metodologias. Foram ainda usados alguns dos principais livros textos que discorrem sobre as áreas acima mencionadas.

3. Revisão de Literatura

A iniciação esportiva é o processo em que a criança começa a aprender sistematicamente uma modalidade desportiva, com o objetivo de atrelar o seu desenvolvimento normal a prática de um esporte (RAMOS e NEVES, 2008). De acordo com Silva (2006), ao se propor um programa destinado à iniciação desportiva o Profissional deve se preocupar em explorar as habilidades motoras inerentes à modalidade, fomentar a aquisição dos recursos técnicos que compõem estas habilidades e escolher técnicas aplicáveis às situações de jogo.

Devido à complexidade do aprendizado no voleibol, é interessante que diferentes metodologias sejam utilizadas na iniciação daqueles indivíduos que desejam praticar a modalidade (RIPKA *et al.*, 2009). Os programas de iniciação desportiva são basicamente divididos em duas vertentes: uma em que predomina o caráter lúdico para o aprendizado; e outra mais formal, elaborada mais especificamente de acordo com as exigências técnicas do esporte (CANFIELD e REIS, 1998).

Dentro da vertente lúdica se destaca o mini-voleibol (MV). O MV é um método de ensino simplificado e adaptado ao estágio de desenvolvimento em que se encontra a criança. Busca facilitar o aprendizado do voleibol, reduzindo as ações complexas que são características da modalidade a gestos mais simples, fazendo com que a criança se afeiçoe mais rapidamente ao esporte (RIPKA *et al.*, 2009; MACEDO e DA SILVA, 1999).

O MV foi criado nos anos 60. Porém, sua expansão se deu a partir de 1975, quando em um congresso realizado pela Federação Internacional de Volley-Ball (FIVB) na Suécia, especialistas se reuniram com o objetivo de elaborar estratégias que pudessem facilitar o aprendizado do voleibol pelas crianças, de forma que um maior número de jovens viesse a procurar a modalidade, resultando em uma massificação da mesma. A idéia era criar uma metodologia que utilizasse pequenos jogos como fator motivacional, além de proporcionar uma transferência positiva para o voleibol propriamente dito (GOTSCH, 1991; BAACKE, 1989).

Entre as principais características do MV estão à redução do tamanho da quadra de jogo e a possibilidades desta ser adaptada em espaços reduzidos; o fato de ser jogado com equipes com dois, três,

quatro, cinco ou seis jogadores; a utilização de bolas de menor circunferência e mais leve; a rede estar posicionada a uma altura mais baixa do que o convencional, entre outras (GOTSCH, 1991; BAACKE, 1989).

Existem diversas propostas de divisão de fases para a prática do MV, geralmente estabelecidas pela idade da criança (QUADROS Jr. *et al.*, 2007; PIROLO 1997). Porém, não é objetivo desta revisão a estipulação de fases rígidas, principalmente por entendermos que pode haver substancial diferença entre a idade cronológica e a idade biológica das crianças (SILVA, 2006).

Estudos apontam que a idade considerada ideal para a inserção da criança no aprendizado do voleibol é por volta dos oito anos. Dentre estes, Krug (2005) afirma que com sete ou oito anos de idade a criança começa a combinar e aplicar as habilidades dos movimentos fundamentais na execução de habilidades esportivas, fenômeno por ele chamado de estágio de transição. Sendo assim, parece que a partir dessa idade a inserção da criança no processo de ensino pode ser incentivada, desde que sejam respeitadas às limitações impostas pelo seu grau de desenvolvimento e que a prática lhe ofereça condições de construir um repertório motor variado. O mesmo autor afirma ainda que todos os fundamentos do jogo podem ser ensinados antes dos 10 anos de idade, desde que se contextualize a aplicação dos mesmos no jogo em si. Já Brandl Neto (2002) afirma que aproximadamente aos nove anos de idade a criança é regida pelo pensamento operacional concreto, o que faz com que ela não se interesse muito pelos detalhes técnicos do jogo, tendo uma visão sincrética, ou seja, olhando o todo e somente assim percebendo um sentido na atividade, o que reforça a necessidade da contextualização das atividades às características e procedimentos técnicos inerentes a modalidade. Ramos e Neves (2008) ratificam os apontamentos acima e destacam que o treinamento deve objetivar a conquista de habilidades motoras através das formas básicas de movimento e dos jogos pré-desportivos.

Desta forma, a partir da adesão da criança ao MV devemos ter em mente que toda a possibilidade de enriquecimento do seu acervo motor deve ser explorada ao máximo. Tal medida favorecerá a criação de um repertório motor amplo, que poderá servir de base para a futura utilização no esporte, contribuindo assim para a formação de um jogador mais completo (MACHADO, 2006; BOJIKIAN, 2003; WEINECK, 1999).

Assim, a proposta que apresentaremos é de que o aprendizado seja feito através de blocos de conteúdo, que devem contemplar as necessidades da criança no seu atual estágio de maturação. Independente do caráter lúdico que permeia as aulas de MV, durante todo o processo, o profissional responsável pela condução das aulas não pode deixar de lado o objetivo principal, que é o aprendizado do voleibol (BOJIKIAN, 2003).

O 1º. Bloco deve ser pautado no amplo desenvolvimento das capacidades motoras da criança. Ao iniciar o programa de aprendizagem, a criança deve vivenciar atividades cujos movimentos e recursos básicos a sua realização sejam necessários à prática da modalidade, não obrigatoriamente de forma idêntica as que ocorrem no jogo (WEINECK, 1999).

Neste período, a variabilidade de atividades é fundamental, tanto para propiciar um repertório motor mais variado, quanto para não permitir que a criança perca a motivação pelo treinamento, mantendo a aderência ao mesmo. A forma recreativa das atividades deve ser aliada a informações que ajudem à execução dos exercícios propostos. Essas informações devem ser simples, fáceis de serem entendidas, de forma que não confundam nem inibam a atuação do aluno (MACHADO, 2006).

A criança deve ser familiarizar-se com a bola, a quadra e todos os componentes que envolvem o voleibol, mesmo que ainda não seja capaz de jogar efetivamente ainda. A movimentação e as posturas básicas necessárias à prática do voleibol devem ser estimuladas. A realização de pequenos jogos segurando e/ou lançando diversos tipos de bolas é um importante aliado para o desenvolvimento das qualidades físicas e técnicas. As atividades devem, preferencialmente, ser realizadas um contra um ou dois contra dois (GOTSCH, 1991; BAACKE, 1989).

É fundamental que a criança tenha o máximo contato possível com a bola. Uma das maiores dificuldades relatadas por alunos que participam ou participaram de aulas através do método convencional é, justamente, o fato de o aluno ter pouco contato com a bola durante as aulas, devido a complexidade do voleibol 6 x 6. Este fato causa grande desestímulo no aprendiz, o levando, por vezes, a desistir do voleibol (BAACKE, 1989).

No 2º. Bloco, a criança, já com uma maior bagagem motora, deve iniciar o aprendizado dos gestos técnicos específicos do jogo. De acordo com as características do jogo, o toque e a manchete são as ações que primeiramente devem ser trabalhadas, pois servem de base para a realização de vários fundamentos, além de serem utilizados durante toda a vida do aluno no voleibol.

A seguir deve ser aprendido o saque em suas formas mais elementares. Os demais fundamentos virão posteriormente ao saque, podendo ser ensinados na seqüência em que aparecem no jogo, ou seja, recepção e

levantamento. Por fim, o ataque e o bloqueio serão ensinados, também da forma mais simples possível (DETTO, 2004). A defesa será enfatizada após a inserção do ataque, embora muito de sua técnica já venha sendo trabalhada desde a recepção, devido à similaridade entre estes fundamentos.

Na medida em que a criança assimila a realização dos gestos técnicos necessários para todas as ações de jogo acima citadas, devemos buscar o refinamento técnico das mesmas. O aluno deve desenvolver uma polivalência motora e funcional (RIPKA *et al.*, 2009). Neste momento, sugere-se que haja aumento da variabilidade e da complexidade das tarefas, porém mantendo ainda a flexibilidade das regras e a adequação das circunstâncias do jogo ao estágio de desenvolvimento em que se encontra a criança.

Nesta fase ocorre a consolidação da aprendizagem. Os programas motores gerados provavelmente acompanharão a criança pelo resto de suas vidas. Portanto, é necessária total atenção na qualidade dos gestos técnicos, pois é neste período que aparecem os vícios na execução dos fundamentos, que depois de instaurados dificilmente serão removidos (SCHMIDT e WRISBERG, 2001).

Já o terceiro bloco de aprendizagem se caracteriza pela transição para o voleibol convencional. Assim, todas as ações anteriormente desenvolvidas serão, na medida do possível, transferidas para o voleibol propriamente dito. Ainda conserva-se o aspecto lúdico característico do MV, porém as situações se aproximam da realidade do esporte. As regras também se aproximam do voleibol convencional (QUADROS Jr. *et al.*, 2007). Não devemos, porém, permitir que as aulas percam o caráter formativo que norteou o desenrolar de todo o trabalho, pois há uma tendência de que os alunos, na ânsia de jogar voleibol deixem de realizar alguns aspectos inerentes a realização das ações de jogo na plenitude de sua capacidade técnica.

Neste bloco ocorre a lapidação do aluno. As atividades propostas devem ser as mais semelhantes possíveis com as situações de jogo. O aluno deve vivenciar um repertório de ações que favoreçam seu discernimento do esporte, o que é facilitado pelo aumento de sua capacidade cognitiva. Os fundamentos devem ser trabalhados em um nível de exigência superior ao que foi feito até então. Atividades mais sofisticadas para o seu desenvolvimento e a execução técnica com uma maior velocidade são aspectos interessantes, que devem ser trabalhados (WEINECK, 1999).

Neste momento, deve ser trabalhada a divisão de responsabilidades, começando a despertar nos participantes as noções sobre a tática do jogo. É necessário que a criança desenvolva a inteligência do jogo, o entendimento do que acontece e por que acontece. De acordo com Collet *et al.* (2007), modalidades desportivas como o voleibol possui características baseada na inteligência e tomada de decisão dos praticantes. Também deve ser enfatizado o desenvolvimento da preparação física. Apesar de algumas controvérsias a respeito do treinamento físico para jovens, acredita-se que os benefícios advindos do treinamento são maiores que possíveis efeitos negativos. Devido as suas características, o voleibol pode ser um elemento que auxilie na elevação da massa óssea e do conteúdo mineral ósseo, entre outros benefícios (BENETTI *et al.*, 2005).

Aqui ratificamos o que foi exposto no início do texto, ou seja, que a criança devia aprender a jogar o voleibol, obviamente respeitando as suas condições e características. Se o processo for conduzido de uma forma satisfatória, provavelmente este bloco propiciará uma passagem tranqüila da criança para o voleibol convencional.

É importante ressaltar que durante todo o período de formação do jogador devemos evitar a especialização precoce. Ramos e Neves (2008) alertam que a especialização precoce é o processo no qual a criança pratica excessivamente gestos específicos de um determinado esporte em detrimento de uma formação motora global. O aprendizado deve ser conduzido de forma que seja explorada a possibilidade de surgir um atleta completo, ou seja, que execute com maestria todas as ações do jogo. Caso seja necessária a especialização, que esta seja feita após o aluno cumprir todas as etapas de aprendizagem (BOJIKIAN, 2002).

4. Conclusão

A inserção de crianças em modalidades desportivas que são delimitadas por regras deve obedecer a um planejamento criterioso e coerente, para que seja coroada de êxito (COLLET *et al.*, 2007). Desde que sejam respeitados os limites impostos pelo estágio de desenvolvimento em que se encontra a criança, a prática esportiva pode trazer importantes benefícios físicos, motores, psicológicos e sociais, dentre outros, no processo maturacional dos jovens (BENETTI *et al.*, 2005).

O MV parece ser uma metodologia de ensino que pode auxiliar no processo de aprendizagem do voleibol para crianças. Esta proposta apresenta vantagens, como a facilidade de adaptação de local e de

materiais; envolvimento de um grande número de alunos nas aulas; o fato do aluno ter maior contato com a bola durante as aulas; possibilidade de trabalhar com turmas mistas e com grau de desenvolvimento diferente; flexibilização das regras; entre outras (BAACKE, 1989).

O MV pode ainda ser uma importante ferramenta para a inclusão do voleibol no contexto escolar, que é, sabidamente, o local em que temos a possibilidade de conviver com um número significativo de crianças e adolescentes. A falta de material e o espaço inadequado são constantes para quem milita na Educação Física Escolar, sendo apontado como fator limitador para o desenvolvimento de um trabalho de iniciação ao voleibol (MACEDO e DA SILVA, 1999). No nosso entender, isto pode ser minimizado com a utilização do MV.

Por fim, a possibilidade de aprender uma modalidade complexa, como é o caso do voleibol, de uma forma lúdica, recreativa e prazerosa justifica a sua utilização. O MV pode fazer com que a criança assimile as técnicas do voleibol de acordo com a lógica do próprio vôlei e não através do aprendizado de técnicas isoladas (DONEGÁ, 2007). Acredita-se que somente se consegue jogar jogando e, para a criança, nada melhor do que jogos simplificados para estimulá-la e mantê-la interessada no processo de ensino.

Assim, entendemos que seria interessante uma maior divulgação do método de aprendizagem através do MV. Estratégias como a valorização dos Profissionais que nele atuam; Criação de competições sistemáticas, seguindo a um planejamento prévio; Implantação do método no currículo escolar; entre outras, podem ser importantes aliadas para a maior prática do MV, contribuindo, conseqüentemente, para o surgimento de novos valores para o voleibol.

5. Referências Bibliográficas

BAACKE, H. Mini-volleyball. In: Federation Internationale de Volleyball, Coaches Manual I, Lausanne, 1989.

BENETTI, G.; SCHNEIDER, P.; MEYER, Fl. Os benefícios do esporte e a importância da treinabilidade da força muscular de pré-pubescentes atletas de voleibol. Revista Brasileira de Cineantropometria e desempenho Humano, v. 7, n. 2, p. 87/93, 2005.

BOJKIAN, J. C. M. Vôlei vs vôlei. Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte, 2002.

BOJKIAN, J. C. M. Ensinando voleibol. São Paulo. Editora Phorte, 2003.

BRANDL NETO, I. Voleibol: práticas alternativas frente aos novos paradigmas. Caderno de Educação Física: estudos e reflexões. Marechal Cândido Rondon, 2002.

CANFIELD, J. T.; REIS, C. Aprendizagem motora no voleibol. Santa Maria, 1998.

COLLET, C.; NASCIMENTO, J. V.; RAMOS, M. H. K. P.; DONEGÁ, A. L. Processo de ensino-aprendizagem-treinamento no voleibol masculino em Santa Catarina. Revista da Educação Física/UEM, v. 18, n. 2, p. 147-159, 2007.

DETTO, R. G. Modelo de Aprendizaje Del Juego Voleibol. Santiago de Chile, 2004.

DONEGÁ, A. L. Análise do processo ensino-aprendizagem-treinamento no voleibol mirim masculino catarinense: um estudo de caso. 2007. Dissertação de Mestrado, Universidade Federal de Santa Catarina, 2007.

GOTSCH, W. Minivôleibol. Editora Stadium S. R. L., 1991

KRUG, A. O ensino do voleibol sob o ponto de vista desenvolvimentista versus o ensino centrado nas habilidades esportivas. Revista Catarinense de Educação Física, Ano 1, 1ª. Ed., Outubro de 2005.

MACEDO, S. B. de R.; DA SILVA, V. F. Aprendizagem em vôleibol: uma análise comparativa das estratégias metodológicas tradicional e minivôleibol, em escolares. Anais do III encontro Fluminense de Educação Física Escolar, Niterói, 1999.

MACHADO, A. A. Vôleibol: do aprender ao especializar. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

MACIEL, R. N.; MORALES, A. P.; BARCELOS, J. L.; NUNES, W. J.; AZEVEDO, M. M. A.; SILVA, V. F. Relação entre tempo de reação e função específica em jogadores de vôleibol. *Fitness e Performance Journal*, v. 8, n. 6, p. 395-399, nov/dez 2009.

MORALES, A. P.; AZEVEDO, M. M. A.; MACIEL, R. N.; BARCELOS, J. L.; ARÊAS NETO, N. T.; SILVA, V. F. Eficácia do processamento mental em jogadores de vôleibol com níveis metacognitivos diferenciados. *Revista da Educação Física*, v.20, p.43 - 50, 2009.

PIROLO, D. Mini-vôleibol: um método simplificado e adaptado para crianças. III semana científica do curso de Educação Física. Universidade Federal de Uberlândia, Setembro de 1997.

QUADROS JÚNIOR, P. K.; QUADROS, T. M. B.; GORDIA, A. P. Proposta metodológica para o mini-vôleibol: uma estratégia para iniciação esportiva de crianças. [www.efdeportes.com/Revista digital](http://www.efdeportes.com/Revista%20digital/)- Buenos Aires. Ano 12. No. 110. Julho de 2007.

RAMOS, A. M.; NEVES, R. L. R. A iniciação esportiva e a especialização precoce a luz da teoria da complexidade – notas introdutórias. *Revista Pensar a Prática*, v. 11, n. 1, p. 1-8, jan/jul., 2008.

RIPKA, W. L.; MASCARENHAS, L. P. G.; HRECZUCK, D. V.; LUZ, T. G. R.; AFONSO, C. A. Estudo comparativo da performance motora entre crianças praticantes e não-praticantes de minivôleibol. *Fitness e Performance Journal*, v. 8, n. 6, p. 412-416, nov/dez 2009.

SCHIMDIT, R.; WRISBERG, C. Aprendizagem e performance motora: uma abordagem da aprendizagem baseada no problema. Tradução : Ricardo Petersen. 2ª. ed. Porto Alegre: Artmed,2001.

SILVA, L. R. R. Desempenho esportivo: treinamento com crianças e adolescentes. São Paulo: Phorte, 2006.

WEINECK, J. Treinamento Ideal. Tradução: Beatriz Maria Romano Carvalho. São Paulo: Manole, 1999.