

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

***OS EFEITOS DAS MUDANÇAS NAS REGRAS SOBRE OS ASPECTOS
TÉCNICO, TÁTICO, FÍSICO E PSICOLÓGICO NO VOLEIBOL:***
Um estudo de caso com 5 técnicos e 2 assistentes técnicos.

AUTOR : VALDEMAR TAKAYUKI ABE

Campinas – SP
1999



UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS

FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

OS EFEITOS DAS MUDANÇAS NAS REGRAS SOBRE OS ASPECTOS TÉCNICO, TÁTICO, FÍSICO E PSICOLÓGICO NO VOLEIBOL:

Um estudo de caso com 5 técnicos e 2 assistentes técnicos.

VALDEMAR TAKAYUKI ABE

**Monografia apresentada à FEF/UNICAMP,
como parte dos requisitos para a obtenção do grau
de Bacharel em Treinamento em Esportes.**

Orientador : Prof. Dr. Marcelo Belém Silveira Lopes

**Campinas –SP
1999**

*Visão
Campinas 20/11/99*

AGRADECIMENTOS

Agradeço em especial ao meu orientador pelo apoio, desde o início até a conclusão deste trabalho.

Agradeço a meus pais, o qual dedico este trabalho, pelo incentivo e apoio que foram fundamentais para transformar os meus sonhos em realidade.

Agradeço a meus companheiros Diego, Thiago e Luiz pelos momentos de alegria e felicidade que passamos nestes 4 anos, pela união nos momentos de dificuldade, pela amizade, e pela ajuda na execução deste trabalho.

Agradeço aos demais companheiros de curso pelo bom convívio durante estes 4 anos de curso.

RESUMO

O propósito deste trabalho foi determinar os efeitos que a alteração na contagem de pontos e a utilização do “líbero” proporcionaram no aspecto tático, técnico, físico e psicológico no voleibol. O trabalho foi desenvolvido com 5 técnicos das equipes do Banespa, Palmeiras, São Paulo FC, Clube Fonte São Paulo e Clube Projeto Futuro e com um assistente técnico do São Paulo FC e outro do Clube Fonte São Paulo. Esses técnicos e assistentes técnicos responderam um questionário elaborado para a finalidade deste trabalho. Os resultados demonstram que a maioria dos participantes desta amostra são favoráveis em relação às alterações ocorridas nas regras. Dentre os efeitos das alterações nas regras, segundo a opinião dos participantes, podem ser destacadas as alterações táticas no jogo; necessidade de uma melhor preparação psicológica; a utilização do “líbero” proporciona maior ações defensivas e; maior equilíbrio nos jogos.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	1
2. REVISÃO BIBLIOGRÁFICA	3
2.1. Histórico do voleibol	3
2.1.1. O voleibol no mundo	3
2.1.2. O voleibol no Brasil	7
2.2. Evolução das regras	12
2.3. Evolução técnica, tática e física	16
3. METODOLOGIA	22
3.1. Amostra	22
3.4. Instrumentos e procedimentos	22
3.3. Análise de dados	25
4. RESULTADOS	26
5. CONCLUSÕES	41
5.1. Conclusões gerais	41
5.2. Alterações no aspecto técnico	41
5.3. Alterações no aspecto tático	42
5.4. Alterações no aspecto físico	44
5.5. Alterações no aspecto psicológico	44
5.6. Considerações finais	45
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	47

1. INTRODUÇÃO

Durante os 20 anos que acompanho o voleibol, uma das coisas que mais tem-me chamado a atenção, são as constantes mudanças nas regras que tem ocorrido e vem seguindo a evolução do voleibol. Acredito que dentre os esportes coletivos, o voleibol é o que mais evoluiu em relação às regras. Estas regras vem alterando-se devido a diversos fatores .Com isto, o panorama do voleibol tem mudado gradativamente. Em alguns casos tem dado até uma nova dinâmica no jogo.

Vendo isto resolvi estudar mais a fundo como as equipes reagem a estas transformações, aproveitando as recentes mudanças ocorridas, no caso a nova contagem de pontos (tie-break) e a utilização do “líbero”.

Dentro deste trabalho pretende-se estabelecer quais os efeitos mais significativas que ocorreram após a implantação destas novas regras e como as equipes estão adaptando-se às mesmas, sejam elas nos níveis técnico, tático, físico ou psicológico.

Inicialmente foi feito uma breve revisão bibliográfica sobre o histórico do voleibol no mundo e no Brasil; sobre as mudanças e evoluções das principais regras, desde a criação da Federação Internacional de Voleibol e finalmente sobre a evolução nos aspectos técnicos, táticos e físicos desde a

década de 60. Após isto, foi realizado uma pesquisa de campo afim de detectar o que as novas regras impuseram no voleibol atual.

Para isto foi desenvolvido um questionário que será apresentado a técnicos e comissões técnicas de diversas equipes e categorias com 10 questões formuladas. Após obtidos as respostas, os resultados foram analisadas a fim de concluir se houve ou não alterações significativas.

2. REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

2.1. Histórico do voleibol

2.1.1. O voleibol no mundo

Em 1895 William G. Morgan, diretor do departamento de Educação Física da Associação Cristã de Moços (Young Men Christian Association – YMCA) em Holyoke, Massachusetts, desenvolveu um jogo de nome *Mintonette*. O objetivo do jogo era manter uma bola em movimento sobre uma rede alta rebatendo com as mãos, sem deixar que a bola tocasse no solo. A este jogo foram incorporados elementos de outras modalidades como tênis, beisebol e handebol.¹

No ano de 1896 William Morgan apresentou este jogo durante a Convenção dos Diretores de Educação Física na YMCA. Após observar o jogo, o Dr. A. T. Halstead sugeriu o nome de *Volleyball* devido a bola estar em constante voleio. Este esporte, que inicialmente era uma atividade recreativa para homens de negócios, logo popularizou-se em locais de veraneio e playgrounds em todos os Estados Unidos.²

¹ Willian T. ODENEAL, et alii., *Voleibol Moderno*.

² Id., *ibid*.

O Canadá foi o primeiro país estrangeiro a adotar o esporte em 1900. A Associação Cristã de Moços Internacional foi o responsável pela divulgação do voleibol mundo a fora. Em 1905, foi jogado pela primeira vez em Cuba; em Porto Rico, 1909; nas Filipinas e no Peru, em 1910; no Uruguai, em 1912; na China e Japão, em 1913. As primeiras demonstrações na Europa foram feitas pelas tropas americanas durante a Primeira Guerra Mundial. A partir disto, espalhou-se por países como França, ex-Tchecoslováquia, Polônia e ex-URSS.³

Em 1915, foi reconhecida a importância do voleibol como esporte de equipe e assim, foi recomendada, por autoridades educacionais, a sua inclusão no programa de educação física ao lado do beisebol, basquetebol e futebol. Em 28 de abril de 1922 foi realizado o 1º Campeonato Nacional da YMCA no Brooklyn, em Nova York, com 23 times dos Estados Unidos e Canadá, sagrando-se como campeão a equipe de Pittsburgh.

Em 1928 foi organizada a Associação de Voleibol dos Estados Unidos (United State Volleyball Association – USVBA) com o objetivo de administrar e coordenar as regras do voleibol dentro do país.⁴

Durante os anos 30, os desportos recreativos progrediram bastante, sendo o voleibol um dos mais populares desportos. No ano de 1936 houve uma tentativa inicial de organizar uma federação internacional, porém não foi

³ Horst BAACKE, História e atual situação do volleyball., In: *Manual do Treinador*, p. 1-5.

⁴ ODENEAL, et alii., op. cit.

bem sucedida. Nos anos 40 o interesse pelo voleibol aumentou ainda mais. Em 1945, ano de cinquentenário, foram publicados mais artigos sobre o voleibol do que em outros anos⁵. Em 1946, em Paris, foi novamente proposta a criação de uma federação internacional, e desta feita com sucesso. A iniciativa de países como França, ex-URSS, Polônia, Iugoslávia e ex-Tchecoslováquia resultou na criação da Federação Internacional de Voleibol, com outras 14 federações representadas. Ainda neste ano, foi realizado em Buenos Aires, Argentina, o I Congresso Sul-Americano para a fundação da Confederação Sul-Americana de Voleibol e o II Congresso no Rio de Janeiro, onde foram aprovados os estatutos da Confederação Sul-Americana de Voleibol e designado como o primeiro presidente, Dr. Célio M. de Barros, do Brasil.⁶

Em 1949 foi realizado o I Campeonato Mundial Masculino em Praga, Tchecoslováquia, tendo como vencedor a seleção da tcheca. O II Campeonato Mundial Masculino e o I Campeonato Mundial Feminino foi realizado no ano de 1952 em Moscou, onde a seleção soviética sagrou-se campeão em ambos os campeonatos. A partir disto, os Campeonatos Mundiais passaram a ser realizados de 4 em 4 anos, até o ano de 1960. O V Campeonato Mundial Masculino e o IV Campeonato Mundial Feminino foram realizados no ano de 1962, ambos em Moscou. Após isto, novamente o intervalo de um

⁵ Id. *ibid.*

⁶ Otávio Morávia de CARVALHO, *Caderno Técnico Didático: Voleibol Moderno*, p.11-14.

Campeonato Mundial para o outro passou a ser de 4 anos, sendo que somente o V Campeonato Mundial Feminino foi realizado em 1967, com um intervalo de 5 anos em relação à edição anterior e de 3 anos para a edição seguinte.⁷

A partir de 1978, os Campeonatos Mundiais Masculino e Feminino passaram a ser realizados em países distintos.

A primeira participação do voleibol em Jogos Olímpicos se deu no ano de 1964 nas Olimpíadas de Tóquio, onde sagraram-se campeões as seleções da ex-URSS, no masculino, e Japão, no feminino. Desde então o voleibol está presente em todos os Jogos Olímpicos até hoje.

Em Pan-Americanos o voleibol teve a sua estréia nos Jogos Pan-Americanos do México em 1955, e desde então está presente em todos os Jogos. Em 1965, foi realizado a I Copa do Mundo de Voleibol Masculino na Polônia e em 1973, a I Copa do Mundo de Voleibol Feminino no Uruguai.

Na década de 90 foram criados a Liga Mundial de Voleibol para o masculino e o Grand-Prix de Voleibol para o feminino. Junto com o Campeonato Mundial, Copa do Mundo e os Jogos Olímpicos, passaram a ser os torneios internacionais de maior importância para o voleibol.

⁷ CARVALHO, op. cit.

2.1.2. O voleibol no Brasil

Uns dizem que o voleibol foi introduzido no Brasil em 1915, no Colégio Marista de Pernambuco, outros que o mesmo foi introduzido em 1917, pela ACM de São Paulo⁸. A primeira participação internacional ocorreu em 1951, no Rio de Janeiro, durante o I Campeonato Sul-Americano sagrando-se campeão. Neste mesmo ano foi criada a Confederação Brasileira de Voleibol (CBV).

A partir de 1956 o Brasil passou a disputar o Campeonato Mundial, tanto no masculino quanto no feminino. Nos Jogos Olímpicos, o Brasil teve a sua primeira participação nas Olimpíadas de Tóquio em 1964, ano em que o voleibol estreou em Olimpíadas, no masculino. No feminino a estréia ocorreu somente nos Jogos Olímpicos de Moscou em 1980.

Até o início dos anos 80, o maior problema do voleibol brasileiro era a falta de intercâmbios com equipes de alto nível. Isto se deu em grande parte, pelo fato de, o Brasil estar distante dos grandes centros do voleibol mundial. Enquanto na Europa, em especial na Oriental, os grandes jogadores chegavam a disputar de 200 a 300 jogos internacionais, os atletas brasileiros de maior experiência internacional disputavam aproximadamente 80 jogos, sendo muitos deles contra equipes sul-americanas.⁹

⁸ Conforme descrito em *Regras Oficiais de Voleibol*, p. 4-5 .

⁹ CARVALHO, op. cit.

Porém, com Carlos Arthur Nuzman na presidência da CBV, o voleibol brasileiro passou a ter uma nova estrutura. Iniciou-se com a reestruturação da CBV, incluindo as comissões técnicas. Passou a ter maior intercâmbio com os principais centros de voleibol mundial.¹⁰

Com isto, a partir de 1980, houve um maior interesse por parte da iniciativa privada, culminando na criação de equipes como Atlântica Boa Vista, Pirelli e Supergasbrás. Deste modo foi possível manter no país os melhores jogadores. Apesar das grandes dificuldades que o Brasil enfrentava dentro do contexto político, social e econômico, o voleibol obteve a sua maior evolução. Passou a realizar um dos melhores campeonatos nacionais do mundo com grandes empresas patrocinando as equipes. Um dos pontos favoráveis para esta realização foi a televisão, que ajudou a popularizar o voleibol a ponto de torná-lo o segundo esporte mais popular. Todas essas iniciativas contribuíram decisivamente para a consolidação do voleibol brasileiro.

Em 1981¹¹, Bebeto de Freitas implantou uma nova estrutura na comissão técnica da seleção brasileira onde havia uma divisão de responsabilidades. Passou a dar prioridade a preparação física, e conduzido pelo Dr. Edmundo Novaes e pelo professor Paulo Sérgio Rocha, introduziram todos os recursos científicos existentes na época. Além destes a comissão

¹⁰ Jorge Barros de ARAÚJO, *Voleibol moderno; sistema defensivo*.

¹¹ Id. *ibid*.

técnica era composto pelo professor José Carlos Brunoro, um dos melhores técnicos do Brasil, e Jorge Barros na função de assistentes técnicos. Com esta comissão técnica e uma equipe comandada em quadra pelo excepcional levantador Willian, e que contava ainda com excelentes jogadores como Renan, Bernard, Xandó, Montanaro e Amauri entre tantos outros, o Brasil conquistou o vice-campeonato no Mundial da Argentina, 1982, e a medalha de prata nos Jogos Olímpicos de Los Angeles, 1984, ficando conhecidos, esta equipe, como a “Geração de Prata”. O salto de qualidade foi tal, a ponto do Brasil passar a figurar entre as melhores seleções do mundo.

A partir de 1984, as novidades incorporadas pela seleção brasileira masculina passaram a ser utilizadas, também, pela seleção feminina sob o comando de Jorge Barros. Porém algumas dificuldades surgiram¹². Devido a falta de continuidade na manutenção do grupo de atletas, foi necessário formar diversas equipes num período de quatro anos. Porém estas adversidades fizeram com que a seleção brasileira feminina evoluísse. Novas fórmulas de treinamento foram criadas a fim de que fosse possível alcançar os níveis internacionais pretendidos.

Com os bons resultados alcançados nas categorias adultas, masculino e feminino, passaram a adotar métodos de treinamento parecidos, porém adaptados para as categorias juvenil e infanto-juvenil.

¹² Id. *ibid.*

Com isto, o trabalho deu frutos com a conquista do I Campeonato Mundial Infanto-Juvenil Masculino pela seleção brasileira e o vice-campeonato do I Campeonato Mundial Infanto-Juvenil Feminino, ambas em 1989.¹³

Destas seleções surgiram jogadores como Tande, Giovane, Janelson e Douglas no masculino e Ana Moser, Márcia Fú, Fernanda Venturini e Kelly no feminino. Estas gerações levaram as respectivas seleções a conquistarem os mais importantes títulos.

A seleção masculina conquistou o título mais importante desta geração com a medalha de ouro nos Jogos Olímpicos de Barcelona, em 1992. O time foi dirigido pelo técnico José Roberto Guimarães, que impôs um novo estilo de jogo baseado na perfeição no ataque de fundo, excelente combinação de ataque e jogadores ecléticos no ataque e bloqueio. A seleção era formada pelos jogadores campeões mundiais em 1989 e pela geração anterior a esta. Dentro da equipe destacavam jogadores como Carlão, Tande, Giovani, Maurício e Marcelo Negrão. Estes dois últimos foram considerados o melhor levantador e atacante do mundo, respectivamente.

Já a seleção feminina, sob o comando de Bernardo de Rezende, esteve entre as três melhores seleções na grande maioria dos torneios disputados. Entre os feitos podem ser destacadas o vice-campeonato no Campeonato Mundial realizado no Brasil, em 1994, a medalha de bronze das Olimpíadas

¹³ Célio CORDEIRO, *Curso Nacional de Treinadores, nível I*, p. 7.

de Atlanta, em 1996, o tri-campeonato do Grand Prix nos anos de 94/96/98, e mais recentemente, a conquista da medalha de ouro nos Jogos Pan-Americanos de Winnipeg, em 1999, quebrando assim a hegemonia cubana que persistia desde os Jogos de 1971, realizado em Cali na Colômbia.

Como vimos o voleibol brasileiro, hoje, está entre os melhores do mundo graças a um trabalho iniciado nos fins da década de 70 e que nos anos 80, com o trabalho de uma equipe multidisciplinar bastante competente, “alavancou” o voleibol brasileiro conquistando os primeiros títulos internacionais. Nos anos 90, tanto a seleção masculina quanto a feminina, conquistaram os maiores feitos internacionais.

Isto se deve em grande parte aos campeonatos nacionais que, desde a década de 80 até hoje, está entre os melhores e mais importantes do mundo. Apesar das muitas dificuldades que o país atravessou nestes 20 anos dentro do cenário político, social e econômico, muitas empresas e clubes acreditaram no potencial do voleibol incentivando e criando equipes para que fosse possível uma continuidade de trabalho dentro do voleibol nacional. Desta forma foi possível revelar grandes jogadores e trabalhá-los da melhor maneira, mantendo o voleibol brasileiro no “topo do mundo”.

2.2. Evolução das regras

O voleibol, desde a sua criação por Willian Morgan em 1895 até hoje, passou por uma série de transformações dentro das regras. Algumas mudanças ocorreram para equiparar o condicionamento físico ao nível técnico e tático das equipes, outras vieram para dinamizar o jogo ou então para facilitar as decisões dos árbitros. A partir da década de 80 outros fatores influenciaram nas mudanças das regras como veremos mais a frente. Neste trabalho serão apresentadas as principais mudanças que ocorreram nas regras desde a criação da Federação Internacional de Voleibol (FIVB) até o presente momento¹⁴, e que de certa forma contribuíram para mudanças no aspecto técnico e tático.

No ano de 1947, através de um acordo entre regras americanas e europeias, foi decidido que a medida oficial da quadra teria 9m de largura e 18m de comprimento. A altura da rede masculina foi estipulada em 2,43m e a feminina em 2,24m. Além disto, somente os jogadores da frente (jogadores de ataque) poderiam trocar de posição para efetuar um ataque ou bloqueio.

Após a 2ª Guerra Mundial, em 1948, algumas regras foram revistas afim de tornar o jogo mais fácil e claro de interpretá-lo.

¹⁴ Todas as informações referentes às regras foram retiradas da monografia de Rogério Dutra da COSTA *Evolução das Regras do Voleibol.*

Ao bloqueio foi dada uma melhor definição e o local de saque ficou restrito à terça parte do lado direito da linha de fundo. Além disto, no momento do saque, cada jogador permaneceria na respectiva posição; pontos marcados pelo sacador errado deveriam ser anulados; contatos simultâneos feitos por 2 jogadores seriam considerados como somente um.

Em 1951, durante o III Congresso Internacional da FIVB, ficou decidido que as mãos de um jogador poderiam “invadir” além da rede, durante o bloqueio, mas somente na fase final do ataque. Também poderia ser efetuado o ataque de fundo, desde que, o atacante permanecesse em sua zona e não se movesse além da linha de ataque.

No congresso de 1959, em Budapeste, Hungria, foi proibido a “barreira” para dificultar a visão do adversário durante o saque e a invasão por baixo da rede sobre a quadra adversária foi limitada a um pé. Em 1964 foram criadas novas regras para o bloqueio. A invasão aérea durante o bloqueio estava proibida e foi permitido um segundo toque aos bloqueadores para a tentativa de recuperar a bola após esta resvalar no bloqueio.

Em 1968, foi estipulado o uso das antenas para limitar o espaço aéreo sobre a quadra e assim, facilitar as decisões dos árbitros no cruzamento da bola passada por fora da linha lateral. Durante o Congresso Internacional da FIVB, em 1974, na Cidade do México, foi decidido fazer duas mudanças que entraram em vigor após 1976. As antenas laterais foram movidas para os

limites da quadra, passando a ter 9m de distância entre elas, ao invés dos 9,40m da regra anterior. Por fim, após a bola resvalar no bloqueio, foi permitido três toques na bola, contando com a recuperação da mesma, ao invés dos dois toques permitidos na regra anterior.

Em 1982, a pressão da bola foi aumentada de 0,40kg/cm² para 0,46kg/cm², para aumentar a velocidade da bola. Após os Jogos Olímpicos de Los Angeles, em 1984, foi proibido o bloqueio do saque e os árbitros tornaram-se mais tolerantes em relação à avaliação das defesas.

Após o Congresso Mundial de 1988, o quinto set passou a ser disputado no sistema de “pontos por rally” ou “tie-break”, no qual cada saque é transformado em ponto sem a necessidade da obtenção da vantagem. A pontuação final máxima por set foi limitada a 17 pontos com um ponto de diferença.

Em 1992, após os Jogos Olímpicos de Barcelona, as regras do “tie-break” foram modificadas. Após chegar a 16x16, o jogo terminaria somente após uma das equipes ter uma vantagem de dois pontos sobre a outra.

No Congresso Mundial realizado em 1994, durante o Campeonato Mundial em Atenas, foram aprovados novas regras que entraram em vigor somente em 1 de Janeiro de 1995. Passaram a permitir o contato na bola com qualquer parte do corpo, incluindo os pés. A zona de saque foi estendida para os 9m da linha de fundo. Possibilitou os “dois toques” no primeiro toque de

uma bola vinda da quadra adversária e permitiu também o toque acidental na rede, desde que o jogador não participe diretamente da jogada.

Após a década de 80, a grande preocupação da FIVB passou a ser a delimitação do tempo de jogo e permitir um maior espetáculo no voleibol. Para isto era necessário “limitar” o tempo de jogo para que o voleibol tivesse uma cobertura maior da mídia e imprensa televisiva, que custavam a transmitir as partidas devido a incerteza quanto ao tempo de jogo. Desta forma o voleibol perdeu espaço na mídia para outros esportes.

A partir da criação do “tie-break” no quinto “set”, novas fórmulas foram testadas para a diminuição da duração do tempo de jogo. Entre elas podem ser citados os “sets” de 25 minutos, onde após 25 minutos de jogo em cada “set”, os pontos necessários para completar os 15, seriam disputados em pontos corridos sem a necessidade da vantagem (tie-break). Foram testados também os “sets” de 30 pontos no sistema pontos corridos (tie-break).

A partir de 1999 passaram a vigorar os “sets” de 25 pontos no sistema de pontos corridos (tie-break), onde eram necessários uma vantagem mínima de 2 pontos para terminar os “sets”. Somente o quinto “set” seria decidido em 15 pontos.

A utilização do “líbero” também foi posta em vigor a partir de 1999. O “líbero” consiste num jogador que atua somente no fundo de quadra e, fica impedido de participar de uma ação ofensiva, atuar na rede e executar o

saque. Qualquer uma destas violações resultam em ponto para o time adversário. A troca de um jogador pelo “líbero” não é computado como substituição e esta troca pode ser feita com qualquer jogador do time.

2.3. Evolução técnica, tática e física

Desde a sua criação, até os dias atuais, o voleibol vem mudando e evoluindo em relação aos aspectos técnicos, táticos e físicos devido a mudanças nas regras, surgimento de novas metodologias de treinamento e ao mesmo tempo em que ocorrem maior número de intercâmbio entre os grandes centros de voleibol.

Dentre os avanços técnicos e táticos, as mudanças mais significativas ocorreram a partir da década de 60. As mais destacadas foram a introdução, pela escola asiática, em especial a japonesa e chinesa, dos ataques rápidos com bolas de tempo e os ataques combinados com fintas. Estas inovações foram apresentadas durante o Campeonato Mundial de Praga em 1966.¹⁵

Porém, a partir dos Jogos Olímpicos de Munique, 1972, as equipes de voleibol passaram a adotar a novidade sendo que, devido a maior estatura de europeus e latino-americanos, as combinações passaram a ser executados em alturas mais elevadas.

¹⁵ BAACKE, op. cit.

No Campeonato Mundial de 1974 a Polônia introduziu um novo padrão de ataque, o ataque de fundo de quadra. Deste modo os jogos passaram a ficar mais rápidos e dinâmicos. Outro ponto importante é que devido às numerosas competições internacionais, envolvendo as melhores equipes, as filosofias e o estilo de jogo das diversas equipes passaram a ser mais parecidos. Verificou-se que as equipes passaram a mesclar o ataque rápido e combinado da escola asiática, a força da escola russa, a habilidade da escola tcheca e esquema defensivo da escola alemã. O técnico da seleção japonesa campeã olímpica em Munique, Matsudaira,¹⁶ caracterizou esta tendência de padronização internacional da seguinte maneira:

“Gostaria de poder contar com uma equipe que tivesse a habilidade individual do time tcheco, a força do time russo, a agilidade e o conjunto das equipe japonesa, a capacidade física de salto da equipe cubana e o espírito de luta da equipe coreana.”

Além do mais, a precisão técnica e a perfeição da habilidade individual dos jogadores haviam alcançados níveis que, até então, só eram possíveis de detectar nas melhores equipes como ex-URSS, ex-Tchecoslováquia e ex-Alemanha Oriental. Com isto surgiram novas equipes como Coreia, Cuba e Peru, que passaram a figurar entre as melhores equipes do mundo.¹⁷

¹⁶ Id. *ibid.*

¹⁷ Id. *ibid.*

A evolução não ficou restrito somente ao ataque. A ex-URSS sempre foi a grande escola em termos de bloqueio, desde os tempos das bolas altas e previsíveis¹⁸. O modelo de bloqueio japonês ganhou muitos adeptos a partir do momento em que eles introduziram ataques rápidos e combinados. Porém, a equipe polonesa campeã olímpica em Montreal inovou ao introduzir um novo sistema de bloqueio para neutralizar o ataque japonês. Consistia em, utilizando a alta estatura, bloquear por meio de manobras, segundo prioridades, saltar mais ou menos no ataque de 1º tempo, afim de chegar em condições melhores nas bolas finais. Os bloqueios ajustaram-se às novidades, resgatando a antiga eficácia.

No entanto, a partir de 1982, com a introdução da bola “chutada” e atacadas do fundo, pelo Brasil, os bloqueios voltaram a perder a eficiência, dificultando deste modo a ação das defesas. Mais uma vez os bloqueios voltaram a assimilar os ataques, readquirindo a eficiência. Em 1986¹⁹, durante o Campeonato Mundial da França, a seleção norte-americana mostrou um novo padrão de bloqueio, o “stack block”. Consistia em bloquear por “zona” conforme a característica do ataque, fechando a paralela ou a diagonal.

O fundamento do bloqueio pouco mudou ao passar dos tempos. O gesto técnico mudou a partir das alterações nas regras, quando permitiu-se a invasão dos braços sobre a borda superior da rede. Porém como função tática,

¹⁸ ARAÚJO, op. cit., p. 56.

¹⁹ CORDEIRO, op. cit., p. 8.

a sua evolução foi proporcional à do ataque. A velocidade do jogo, a força dos ataques, o condicionamento físico e a altura dos jogadores vem transformando o confronto entre ataque e bloqueio numa “grande ciência” para o voleibol moderno.²⁰

Como no bloqueio, na defesa as transformações vieram em consequência das mudanças nas regras e pelo progresso técnico e tático. As primeiras inovações na defesa foram implantadas pela seleção feminina japonesa nos anos 60. Porém, os grandes avanços na defesa, podem ser verificadas a partir de 1980, no feminino, e em 1984, no masculino, apresentadas respectivamente por China e Estados Unidos. Estas equipes dispunham de grande harmonia no sistema defensivo, coordenando as ações de bloqueio e defesa e assim estabelecendo uma relação maior entre estas ações, consequentemente obtendo maior efetividade nas ações defensivas. Deste modo conseguia-se um maior volume de jogo e, consequentemente um grande número de pontos obtidos através de contra-ataques.²¹

Verificou-se que a medida que o bloqueio evoluía, acontecia o mesmo com a defesa. Isto pode ser explicado devido ao paralelismo existente entre ambas às ações dentro do sistema defensivo, onde o posicionamento defensivo é feito a partir da posição do bloqueio.

²⁰ ARAÚJO, op. cit.

²¹ Id. *ibid.*

Recentemente, a Federação Internacional de Voleibol tem se preocupado em equilibrar a força e a velocidade do ataque frente a defesa, tentando proporcionar mais ações defensivas. Para isto possibilitou, através de modificações nas regras, inúmeras ações para “facilitar” a defesa. Entre estas ações podem ser citadas a mudança na calibragem da bola; possibilidade de contato com a bola com qualquer parte do corpo, inclusive os pés; eliminação da falta dos “dois toques” no primeiro toque de bola vinda da quadra adversária; e por fim a utilização do “líbero”.

Dentro do treinamento físico, os japoneses foram os pioneiros, fazendo da preparação física o segredo do excepcional progresso das equipes japonesas. Foi a partir de 1961, três anos antes dos Jogos Olímpicos de Tóquio, que eles tiveram a consciência sobre a importância e necessidade dos treinos físicos.²²

A partir de então todas as grandes equipes passaram a dar maior importância à preparação física. E desde isto, os métodos de treinamento tem tido grande desenvolvimento utilizando-se de métodos e técnicas altamente sofisticados, respaldados em conhecimentos da fisiologia do exercício, biomecânica, nutrição entre outros. Outro ponto dentro do aspecto físico é com relação à estatura dos jogadores.

²² TOYODA, Teoria do Treinamento, In: *Manual do Treinador*, p. 51.

Em 1972 a altura média dos jogadores que participaram das Olimpíadas de Munique era de 1,90m. Hoje em dia equipes como Holanda, Rússia, Iugoslávia e Polônia tem a média de altura de seus jogadores em mais de 2m, onde alguns deles chegam a ter mais de 2,10m. Deste modo, cada vez mais os ataques passam a ser executados em alturas mais elevadas.

Apesar das constantes evoluções que vem ocorrendo nas diversas áreas do voleibol, dizer quais serão as próximas mudanças no voleibol não é uma tarefa fácil. Porém é possível dizer que haverá um maior uso da informática para auxiliar nos treinos técnicos, táticos e físicos e também no próprio jogo; maior utilização da psicologia; novas regras para tornar o voleibol mais espetacular e também quanto à limitação do tempo de jogo.

3. METODOLOGIA

3.1. Amostra

Este trabalho restringiu-se às opiniões de 5 técnicos e 2 assistentes técnicos, dando assim um total de 7 amostras. Os respectivos participantes pertencem às equipes do São Paulo FC, Banespa, Palmeiras, Clube Fonte São Paulo e Clube Projeto Futuro. As três primeiras equipes citadas disputam o Campeonato Paulista da Divisão Especial, e os dois últimos participam do Campeonato Paulista Juvenil Masculino e Campeonato Paulista Juvenil Feminino, respectivamente.

Da equipe do São Paulo FC, foram utilizadas como amostras o técnico e o assistente técnico, o mesmo ocorrendo com a equipe do Clube Fonte São Paulo. Das demais equipes, Banespa, Palmeiras e Clube Projeto Futuro, participaram somente os respectivos técnicos.

3.2. Instrumentos e procedimentos

Os técnicos e assistente técnico responderam a um questionário elaborado especialmente para os propósitos deste trabalho. Foram organizadas

10 questões abertas e fechadas, conforme o Quadro 1. A elaboração das questões partiram de informações colhidas através de conversas informais com técnicos e entrevistas em jornais e reportagens televisivas.

Como procedimento de trabalho, foi feito a entrevista direta com os técnicos após o encerramento dos jogos, onde as respectivas equipes participaram. Os jogos utilizados para as entrevistas foram São Paulo FC X Banespa e Palmeiras X São Bernardo. Destes jogos foram colhidos as opiniões dos técnico e assistente técnico do São Paulo FC, do técnico do Banespa e, do técnico do Palmeiras. Das equipes do Clube Fonte São Paulo e Clube Projeto Futuro, as entrevistas foram feitas durante os treinos.

Além disto, foram enviados questionários para outras duas equipes que participaram do Campeonato Paulista Feminino da Divisão Especial, porém, não tiveram retornos.

Questionário

Nome :

Clube :

Categoria :

Função : ☐ técnico ☐ assistente técnico ☐ supervisor técnico

1. Como você vê as mudanças nas regras em relação à contagem de pontos ?

☐ positivo ☐ negativo

Porquê ?

2. Como você vê a utilização do “líbero” ?

☐ positivo ☐ negativo

Porquê ?

3. A nova contagem de pontos apresentou mudanças táticas em relação ao jogo ?

☐ sim ☐ não

Quais ?

4. Com a nova contagem de pontos houve mudanças no treinamento técnico?

☐ sim ☐ não

Quais ?

5. Com a nova contagem de pontos houve mudanças no treinamento tático ?

☐ sim ☐ não

Quais ?

6. Com a nova contagem de pontos houve mudanças no treinamento físico ?

☐ sim ☐ não

Quais ?

7. Hoje existe uma preocupação com a preparação psicológica em virtude das novas regras ?

☐ sim ☐ não

Porquê ?

8. A utilização do “líbero” causou mudanças no aspecto tático da equipe ?

☐ sim ☐ não

Quais ?

9. Você utilizaria o “líbero” em todos os jogos ?

☐ sim ☐ não

Em quais circunstâncias ?

10. Com as novas regras, os jogos de voleibol tem sido mais equilibrados ?

☐ sim ☐ não

Porquê ?

Quadro 1 - Questionário para identificar as principais mudanças no voleibol após as últimas mudanças nas regras.

3.3. Análise de dados

As respostas relativas às questões fechadas foram analisadas no sentido de indicar o número de técnicos que responderam sim/positivo ou não/negativo a cada questão. Quanto as respostas abertas, elas foram analisadas de maneira a determinar os tipos de respostas obtidos e a frequência de coincidências entre elas. Ambas as análises foram feitas através de gráficos de colunas agrupadas com efeito em 3-D (3ª diemensão).

4. RESULTADOS

A partir das respostas obtidas, pode-se constatar quais são as alterações mais significativas apontadas pelos técnicos e assistentes nas diversas situações propostas no questionário.

É possível verificar que em algumas questões há unanimidade em relação a opinião, quanto às perguntas fechadas. Em outras, um equilíbrio quanto às opiniões demonstram as divergências em relação a determinadas situações.

A seguir serão demonstrados os resultados relativos à todas as questões. Os resultados estão dispostos conforme as distribuições numéricas das opiniões quanto às perguntas fechadas e, o tipo de resposta dado às perguntas abertas e a frequência de resposta (F.R.) de cada uma delas.

QUESTÃO 1. COMO VOCÊ VÊ AS MUDANÇAS NAS REGRAS EM RELAÇÃO À CONTAGEM DE PONTOS ?

Nesta questão 5 pessoas responderam que as mudanças foram positivas e 2 pessoas opinaram que as mesmas foram negativas, conforme a Figura 1.

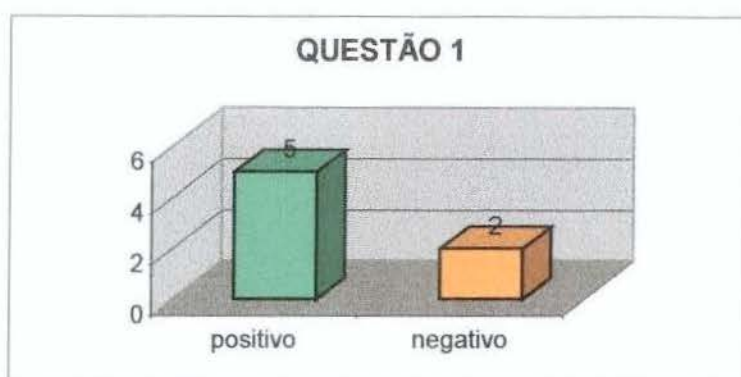


Figura 1 – distribuição numérica das respostas.

As pessoas que opinaram como positiva a mudança na contagem de pontos, deram as seguintes respostas, cada uma com a sua frequência de resposta (F.R.) demonstrados na Figura 2.

- Respostas:
 - a: menor desgaste do jogador;
 - b: menor tempo de jogo;
 - c: maior dinâmica de jogo;
 - d: entendimento mais fácil para o público;
 - e: obriga a melhora da qualidade técnica do jogador;
 - f: exige maior concentração do jogador.



Figura 2 – frequência de resposta (F.R.).

As pessoas que foram contrários à mudança relativa a contagem de pontos, deram 2 respostas distintas conforme vemos na Figura 3.

- Respostas :

a: descaracteriza o jogo;

b: valoriza o erro do adversário.

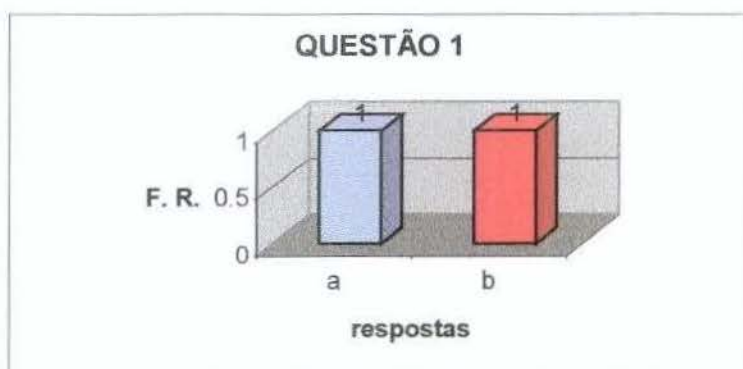


Figura 3 – frequência de resposta (F.R.).

QUESTÃO 2. COMO VOCÊ VÊ A UTILIZAÇÃO DO LÍBERO ?

Nesta questão tivemos 6 opiniões positivas quanto a utilização do “líbero” e 2 opiniões negativos em relação a utilização do “líbero”. Um dos participantes respondeu que a utilização do líbero era positiva e negativa ao mesmo tempo. Isto é possível visualizar na Figura 4.

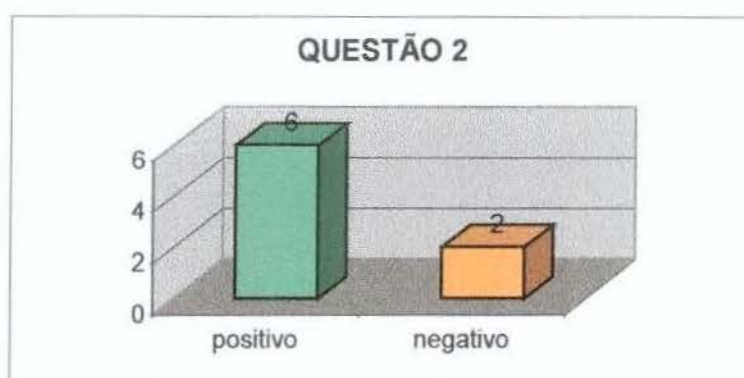


Figura 4 – distribuição numérica das respostas

Quanto aos tipos de respostas obtidos, é possível observar na Figura 5 a frequência de resposta de cada uma delas.

- Respostas :

a: aumenta as ações defensivas e consequentemente o volume de jogo;

b: dá oportunidade a jogadores de menor estatura porém, com potencial técnico de jogar;

c: aumenta o grau de precisão de passes e defesas;

d: torna o jogo mais bonito.



Figura 5 – frequência de resposta (F.R.).

Quanto a resposta negativa, foram obtidos 2 respostas distintas, conforme pode ser vista na Figura 6.

- Respostas :

a: limita a ação dos jogadores de rede;

b: desmotiva o atleta substituído pelo “líbero” a empenhar-se nas ações de defesa e recepção.

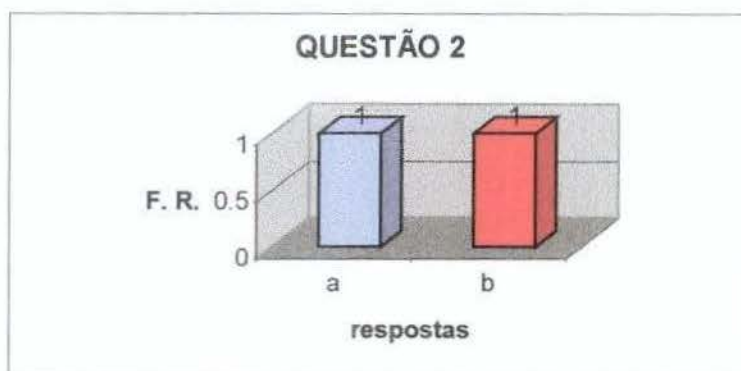


Figura 6 – frequência de resposta (F.R.).

QUESTÃO 3. A NOVA CONTAGEM DE PONTOS APRESENTOU MUDANÇAS TÁTICAS EM RELAÇÃO AO JOGO ?

Houve 5 respostas que disseram que a nova contagem de pontos apresentou mudanças táticas em relação ao jogo e 2 respostas que disseram não. Estes dados são observados na Figura 7.



Figura 7 – distribuição numérica das respostas.

Das pessoas que pessoas que opinaram pelo sim, foram obtidos as seguintes respostas e frequência de resposta conforme observados na Figura 8.

- Respostas :

a: menos saque forçado e mais saque tático;

b: maior importância do sistema defensivo e do bloqueio;

c: jogada combinada com menos frequência;

d: necessidade de maior qualidade nos fundamentos.



Figura 8 – frequência de resposta (F.R.).

QUESTÃO 4. COM A NOVA CONTAGEM DE PONTOS, HOUE MUDANÇAS NO TREINAMENTO TÉCNICO ?

Cinco pessoas opinaram que sim e 2 opinaram que não, conforme a Figura 9.



Figura 9 – distribuição numérica das respostas.

Das 5 pessoas que opinaram que sim, foram dadas as respostas que seguem a seguir e, conforme é observado na Figura 9 a disposição da frequência de resposta relativo a cada uma delas.

- Respostas :

- a: tem uma exigência maior no treinamento de fundamentos;
- b: necessidade de maior precisão e regularidade no saque;
- c: maior ênfase ao treinamento de defesa e bloqueio.

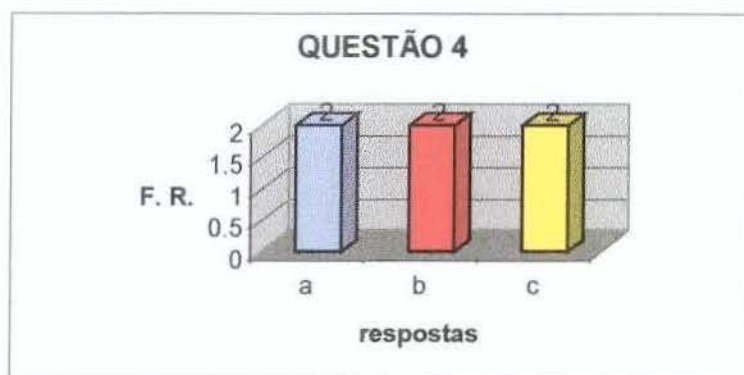


Figura 9 – frequência de resposta (F.R.).

QUESTÃO 5. COM A NOVA CONTAGEM DE PONTOS, HOUE MUDANÇAS NO TREINAMENTO TÁTICO ?

Dentro desta questão 4 opinaram que sim e 3 opinaram que não, conforme se vê na Figura 10.



Figura 10 – distribuição numérica das respostas.

Das 4 pessoas que responderam sim, foram obtidos 3 respostas distintas conforme é observado na Figura 11.

- Respostas :

a: maior importância ao treino do sistema defensivo;

b: necessidade de maior precisão tática;

c: maior concentração nas ações finais de cada “set”.



Figura 11 – frequência de resposta (F.R.).

QUESTÃO 6. COM A NOVA CONTAGEM DE PONTOS, HOUE MUDANÇAS NO TREINAMENTO FÍSICO ?

Das 7 pessoas somente uma respondeu que não houve mudanças como pode ser visto na Figura 12.



Figura 12 – distribuição numérica das respostas.

Dentre as pessoas que responderam sim, houve uma unanimidade em relação à mudança ocorrida, como se pode observar através da Figura 13.

- Resposta :

a: menor tempo e maior intensidade.

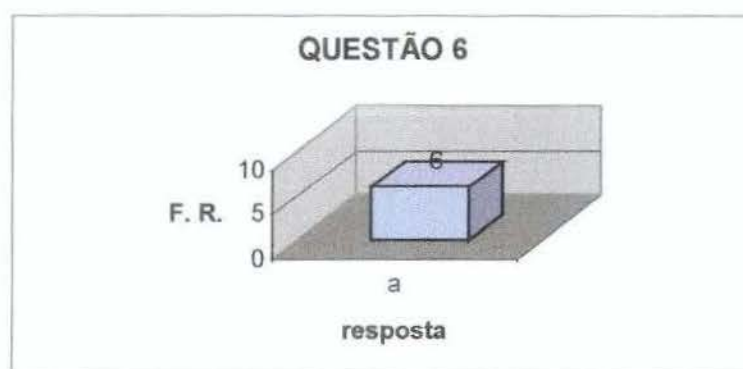


Figura 13 – freqüência de resposta (F.R.).

QUESTÃO 7. HOJE EXISTE UMA PREOCUPAÇÃO COM A PREPARAÇÃO PSICOLÓGICA EM VIRTUDE DAS NOVAS REGRAS ?

Nesta questão houve uma unanimidade quanto a resposta sim, conforme se verifica na Figura 14.



Figura 14 – distribuição numérica das respostas.

Houve também unanimidade em relação ao porquê da preocupação com a preparação psicológica, como é possível observar na Figura 15.

- Resposta :

a: devido a necessidade de maior concentração, durante a partida, em função do erro que redunda em ponto para o adversário.

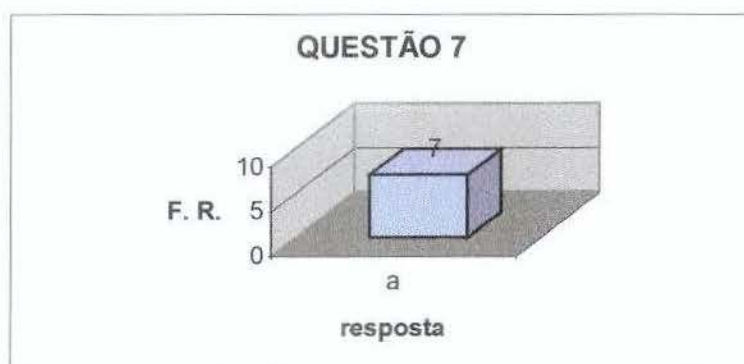


Figura 15 – frequência de resposta (F.R.).

QUESTÃO 8. A UTILIZAÇÃO DO “LÍBERO” CAUSOU MUDANÇAS NO ASPECTO TÁTICO DA EQUIPE ?

Todos foram unânimes em dizer que sim, como pode ser visto na Figura 16.



Figura 16 – distribuição numérica de respostas.

Foram dados 5 tipos de respostas onde a frequência de cada uma delas pode ser observado na Figura 17.

• Respostas :

- a: aumentou o grau de precisão das ações de recepção e defesa;
- b: libera um atacante de recepcionar o saque;
- c: obriga o adversário a sacar em outro jogador sem ser o “líbero”;
- d: aumenta a velocidade das jogadas;
- e: com o “líbero”, há a necessidade de somente mais um passador;
- f: possibilidade de armar o bloqueio em função do “líbero”.



Figura 17 – frequência de resposta (F.R.).

QUESTÃO 9. VOCÊ UTILIZARIA O “LÍBERO” EM TODOS OS JOGOS ?

Todos responderam pelo sim como é observado na Figura 18.



Figura 18 – distribuição numérica das respostas.

Das 7 opiniões favoráveis à utilização do “líbero” em todos os jogos, foram obtidos 3 tipos de respostas diferentes. A frequência de cada resposta pode ser vista na Figura 19.

- Respostas :

a: todas as circunstâncias possíveis;

b: no lugar do “meios” que não passam;

c: quando não tiver 2 atacantes de ponta passadores.



Figura 19 – frequência de resposta (F.R.).

QUESTÃO 10. COM AS NOVAS REGRAS, OS JOGOS DE VOLEIBOL TEM SIDO MAIS EQUILIBRADOS ?

Todos responderam que sim, conforme observado na Figura 20.



Figura 20 – distribuição numérica das respostas.

De acordo com as opiniões dadas, verificam-se que foram observados 3 tipos de respostas distintas. A frequência de resposta de cada uma delas é possível observar através da Figura 21.

- Respostas :

a: nivelamento por baixo;

b: devido a queda de concentração que acarreta em sequência de erros;

c: devido ao nivelamento do ataque tanto de equipes fortes como de equipes fracas, sendo o grande diferencial o sistema defensivo.



Figura 21 – frequência de resposta (F.R.).

5. CONCLUSÕES

5.1. Conclusão Geral

Conforme observados nos resultados, de modo geral, as mudanças observadas nas regras apresentaram sensíveis alterações nos aspectos técnico, tático, físico e psicológico dentro do voleibol. Também é possível dizer que a maioria dos técnicos são favoráveis às novas regras.

5.2. Alterações no aspecto técnico

Como foi observado na Questão 5, a maioria das opiniões foram de que, com as novas regras, há a necessidade de um treinamento que exija mais qualidade técnica nos fundamentos, principalmente no saque e nos fundamentos de defesa e bloqueio.

Deste modo é necessário buscar maior especificidade dentro do treinamento, tornando os treinos mais próximos da realidade do jogo.

Dentro dos fundamentos , acima citados, o saque tem papel importante dentro do jogo, pois, através de um saque bem executado é possível dificultar

a armação de jogada adversária. Assim, torna-se mais fácil neutralizar o ataque adversário através do bloqueio e ou da defesa. Além do mais, um saque errado resulta em ponto para o time adversário.

Quanto ao sistema defensivo, os fundamentos de bloqueio e defesa, tornam-se importantes pela própria alteração na forma com que o saque passou a ser executado, com menor grau de risco. O sistema defensivo passa a ser o grande diferencial entre as todas as equipes, devido ao fato de haver um equilíbrio técnico em relação ao ataque.

Além destes fundamentos, exige-se a melhora técnica de todos os outros fundamentos, pois, qualquer erro redundará em ponto ao adversário.

5.3. Alterações no aspecto tático

Quanto ao aspecto tático, as respostas obtidas nas questões 3, 5 e 8 mostram que as alterações foram significativas.

Quando perguntados se a nova contagem de pontos apresentara mudanças táticas no jogo, 5 pessoas disseram que sim. Dentre as opiniões dadas, pode-se dizer que a importância dada ao sistema defensivo, como foi comentada acima, é em função dos saques que são menos “forçados”.

Em relação às jogadas combinadas, apesar de serem jogadas de maior risco, é difícil dizer que são utilizadas com menor frequência como foi opinada por um dos técnicos. O fato dos saques serem realizados com menos risco e a presença do “líbero” para executar a recepção tendem a facilitar as ações do levantador. Deste modo há uma tendência maior para que aconteçam mais frequentemente as jogadas combinadas.

A utilização do “líbero” apresentou mudanças no aspecto tático como observou-se na respostas obtidas na questão 8. Apesar de não terem sido unânimes em relação a opinião quanto a utilização do “líbero” ser positiva, 2 técnicos responderam que são negativas devido a limitação das ações dos jogadores de rede e pelo fato de desmotivar o atleta substituído pelo “líbero”, todos disseram que utilizariam o “líbero” em todos os jogos.

Em relação às mudanças táticas proporcionadas pela utilização do “líbero”, verificam-se o aumento no grau de precisão das ações de recepção e defesa, a liberação de um atacante para a recepção de saque, aumento na velocidade das jogadas e a possibilidade de armar o bloqueio em função do posicionamento do “líbero”. Deste modo evidente a importância desta função, devido a sua especialização na recepção e defesa.

Dentro do treinamento tático, cabe citar a importância dada ao sistema defensivo, devido aos fatores já comentados.

5.4. Alterações no aspecto físico

Com relação ao aspecto físico, um dos fatores que contribuíram para que a nova contagem de pontos fosse vista como positiva, foi devido ao menor desgaste físico que esta proporciona.

Dentro do treinamento físico todos foram unânimes em dizer que houve a redução do tempo e aumento da intensidade nos treinos.

Isto pode ser explicado pela exigência da especificidade do treino em relação ao tempo específico do jogo e a sua intensidade.

5.5. Alterações no aspecto psicológico

No aspecto psicológico, a questão 7 demonstra a necessidade da preparação psicológica em virtude da nova contagem de pontos.

As respostas apresentaram unanimidade em apontar a importância da preparação psicológica devido a necessidade de maior concentração em função do erro redundar em ponto para o adversário, pelo fato do atleta ter que assimilar o erro o mais rápido possível.

Além disto, a preparação psicológica deve ser trabalhada visando outros fatores como quando um atleta não consegue apresentar as mesmas

habilidades demonstradas no treino durante os jogos; não consegue assimilar as orientações do técnico e companheiros; fica ansioso ou preocupado antes das competições; aborrece-se ou desanima antes ou durante os jogos.

A preparação psicológica deve ser trabalhada visando não somente o aumento no grau de concentração mas, também para auxiliar no domínio das técnicas e táticas, afim de, desenvolver a inteligência tática dos atletas.

5.6. Considerações Finais

Conforme verifica-se na revisão bibliográfica, as novas regras vieram em função da mídia e imprensa televisiva, que “obrigava” a limitação do tempo de jogo para que estes pudessem ter maior cobertura. Além disto era preciso tornar o jogo mais compreensível para o espectador.

Deste modo a inclusão das novas regras permitiram que os jogos ficassem mais curtos em relação ao tempo e facilitou a compreensão do espectador, além de tornar os jogos mais emocionantes e dinâmicos.

É importante dizer que a partir das opiniões deste trabalho, não é possível generalizar dizendo que as novas regras são positivas, devido ao número reduzido de amostras e também pelo fato destas terem sido

restringidas quanto a categoria. Até às minhas opiniões, quanto a alguns aspectos colocados neste trabalho, mudaram após a sua conclusão.

Com certeza muitas divergências de opiniões surgiram quando estas regras foram implantadas e cada nova mudança¹, muitas outras divergências de opiniões surgirão.

¹ Durante a execução deste trabalho, uma nova regra foi implantada pela FIVB, e foi utilizada em caráter experimental durante a Copa América e Copa do Mundo (1999). A nova regra , que entrará em vigor oficialmente a partir do ano 2000, valida o saque “queimado”. Sendo assim quando o saque resvalar na rede, é dada continuidade na jogada.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. ARAÚJO, Jorge Barros de. Voleibol Moderno; sistema defensivo. 1ª edição. Rio de Janeiro, Editora Exclusiva/Grupo Palestra Sport, 1994.
2. BAACKE, Horst M.; MATSUDAIRA, Yasutaka; TOYODA. Manual do Treinador. Brasília, MEC, Departamento de Documentação e Divulgação, [s.d.].
3. BRASIL. MEC. SEFD. CBV. Regras Oficiais de Voleibol. Brasília, Departamento de Documentação e Divulgação, 1977.
4. CARVALHO, Otávio Morávia de. Caderno Técnico-Didático; voleibol moderno; o ensino e a técnica dos fundamentos; tática de ataque e defesa. Brasília, MEC, SEFD, Departamento de Documentação e Divulgação, 1980.
5. CORDEIRO, Célio. Curso Nacional de Treinadores, nível I. Campinas, CBV, FPV, 1997.
6. COSTA, Rogério Dutra da. Evolução das regras. Campinas, 1999.
7. ODENEAL, Willian T.; WILSON, Harry E.; KELLAN, Mary Francis. Voleibol Moderno. SP/RJ, Editora Difel/Forum, 1975.