



Instituto  
**Compartilhar**<sup>®</sup>  
*Bernardino*

**METODOLOGIA COMPARTILHAR DE  
INICIAÇÃO AO VOLEIBOL**

Todo material didático-pedagógico contido neste documento é fruto da experiência de diversos profissionais, principalmente professores de educação física, que trabalham ou trabalharam no Instituto Compartilhar em seus diversos projetos socioesportivos sob a coordenação geral do técnico Bernardinho – diretor presidente do Compartilhar. Grande parte da Metodologia Compartilhar de Iniciação ao Voleibol vem da vivência de 15 anos dos professores dos Núcleos de Iniciação ao Voleibol no Paraná.

Copyright © 2014 Instituto Compartilhar.

Todos os direitos reservados ao Instituto Compartilhar. Proibida a reprodução total ou parcial, a partir desta obra, por qualquer meio ou processo eletrônico, digital ou mecânico (sistemas gráficos, microfilmes, fotográficos, reprográficos, xerográficos, de fotocópia, fonográficos e de gravação, vídeo gráficos), sem a prévia autorização por escrito do Instituto Compartilhar. Essas proibições aplicam-se também às características gráficas da obra e sua apresentação.

## **INSTITUTO COMPARTILHAR**

Escritório Curitiba

Avenida João Gualberto, 1731, sala 205 – Juvevê – Curitiba/PR CEP 80.030-001

Telefones: (41) 3352-7790 / 3352-8986

**[www.compartilhar.org.br](http://www.compartilhar.org.br)**

**INDICE**

<b>1. INSTITUTO COMPARTILHAR</b> .....	<b>4</b>
1.1. Missão, Objetivos e Abrangência.....	4
1.2. Diferenciais.....	4
1.3. Programa Socioesportivo.....	4
1.4. Programa Educacional.....	5
<b>2. METODOLOGIA DO MINI ESPORTE</b> .....	<b>6</b>
2.1. Conceito.....	6
2.2. Características da Aprendizagem.....	6
<b>3. MINI VÔLEI</b> .....	<b>8</b>
3.1. Histórico.....	8
3.2. Metodologia Compartilhar de Iniciação ao Voleibol.....	8
3.3. Dimensões da quadra, idade, altura da rede e formas de jogo por categorias.....	10
3.4. Material estrutural e didático-pedagógico.....	11
3.5. Estruturação das Turmas.....	11
3.6. Estruturação da Aula.....	11
3.7. Encadeamento dos fundamentos do jogo de vôlei.....	12
<b>4. DIVISÃO POR CATEGORIAS</b> .....	<b>13</b>
4.1. Mini 2x2.....	13
4.2. Mini 3x3.....	15
4.3. Mini 4x4.....	18
4.4. Vôlei.....	21
4.5. Regras Básicas.....	24
<b>5. PONTOS CHAVE</b> .....	<b>24</b>
<b>6. PLANEJAMENTO</b> .....	<b>26</b>
<b>7. DESENVOLVIMENTO DE VALORES</b> .....	<b>28</b>
7.1. Introdução.....	28
7.2. Trabalhando Valores.....	28
7.3. Clima Motivacional.....	30
7.4. Aspectos Comportamentais do Professor.....	31
<b>8. REALIZAÇÃO E ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS ESPORTIVOS</b> .....	<b>31</b>
8.1. Conceitos Principais.....	31
<b>9. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	<b>33</b>

## 1. INSTITUTO COMPARTILHAR

O Instituto Compartilhar é uma associação sem fins econômicos idealizada pelo seu diretor presidente Bernardo Rocha de Rezende, o técnico Bernardinho. Fundada em março de 2003 no Rio de Janeiro, iniciou suas atividades em 2005, tendo o escritório de Curitiba/PR como sede de coordenação de todas as ações.

### 1.1. Missão, Objetivos e Abrangência

A missão do Instituto Compartilhar é o desenvolvimento humano por meio do esporte, procurando oferecer oportunidades na formação de crianças e adolescentes. Utiliza a prática esportiva como principal instrumento, com o objetivo de aproveitar a motivação deste grupo para fortalecer neles a autoestima, a socialização e a cidadania, além de estimular hábitos mais saudáveis e proporcionar melhor qualidade de vida.

Atualmente, atende a cerca de 3,5 mil crianças e adolescentes em quatro projetos socioesportivos, envolvendo locais de iniciação esportiva em seis estados brasileiros – Paraná, Rio de Janeiro, Rio Grande do Sul, Rio Grande do Norte, São Paulo e Minas Gerais. O Compartilhar desenvolve também um Programa Educacional, que serve de apoio às ações socioesportivas.

### 1.2. Diferenciais

- Metodologia motivadora, estruturada e com inclusão de valores do esporte;
- Capacitação permanente dos professores;
- Crescimento sustentável;
- Trabalho em rede com responsabilidades definidas;
- Processo de avaliação visando resultados;
- Transparência na prestação de contas.

### 1.3. Programa Socioesportivo

Veja abaixo os quatro projetos que compõem o trabalho do Compartilhar:

#### ***Núcleos de Iniciação ao Voleibol no Paraná***

O projeto Núcleos de Iniciação ao Voleibol no Paraná foi criado em 1997 em uma parceria envolvendo o Bernardinho, o Governo do Paraná, por meio da Paraná Esporte, a Secretaria de Educação e a empresa Unilever, por meio do patrocínio de suas marcas Rexona e AdeS. A partir de 2008, a multinacional percebeu um alinhamento entre os objetivos do programa e sua própria missão, incorporando-o às suas ações de responsabilidade social junto à marca corporativa.

Hoje, o projeto Núcleos de Iniciação ao Voleibol no Paraná atende a cerca de 1.700 crianças e adolescentes de 8 a 14 anos, em 14 municípios. Em Curitiba existe o Núcleo Central, que funciona no Campus da Secretaria do Esporte do Paraná, com 650 alunos.

### **Esporte em Ação**

O projeto Esporte em Ação oferece outras modalidades esportivas além do voleibol. Seus principais objetivos são atender a crianças e adolescentes com diversas habilidades e interesses, além de ampliar o acesso a múltiplas práticas esportivas.

O Esporte em Ação atua nos estados do Rio de Janeiro com um núcleo na capital, e no estado do Paraná com um núcleo em São José dos Pinhais.

### **Vôlei em Rede**

Buscando consolidar suas ações e possibilitar o crescimento sustentável do Programa Socioesportivo, o Vôlei em Rede é desenvolvido pelo Instituto Compartilhar desde 2005, em quatro estados brasileiros. No estado de São Paulo há cinco núcleos em Campinas/SP; no Rio Grande do Norte um núcleo em Natal/RN, no Rio Grande do Sul um núcleo em Protásio Alves/RS, em Minas Gerais dois núcleos em Lagoa Santa e no Rio de Janeiro, capital, são dez núcleos com mais quatro em fase de implantação.

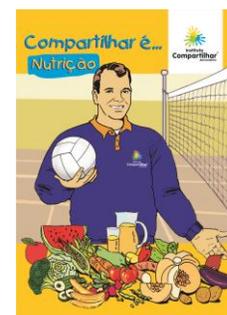
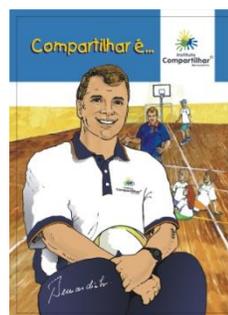
### **Super Ação**

O Super Ação em Miguel Pereira/RJ, é um projeto da Fábrica de Integração de Talentos (FIT), presidida pelo jornalista João Pedro Paes Leme, em parceria com o Instituto Compartilhar.

### **Programa Educacional**

#### **Gibi Compartilhar é...**

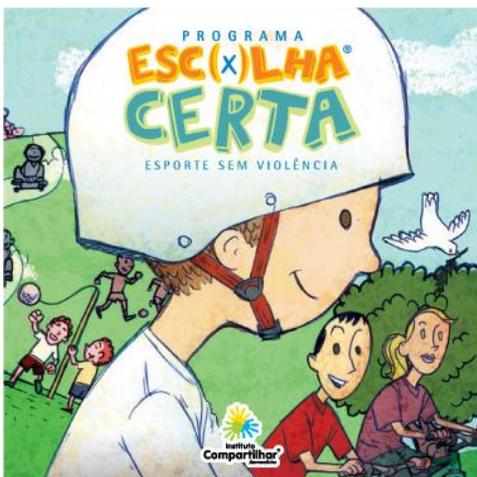
O gibi Compartilhar é... apresenta o técnico Bernardinho como interlocutor para transmitir valores de cidadania. Foi a primeira iniciativa do Instituto Compartilhar no desenvolvimento de materiais educativos complementares, que são trabalhados junto aos projetos socioesportivos. O público-alvo são os alunos mais novos na faixa etária de 9 a 11 anos. A primeira edição, de 2005, usou como tema o projeto Esporte em Ação. A segunda abordou conceitos de nutrição e foi lançada em 2008 com uma ação integrada entre os projetos do Compartilhar.



#### **Programa Escolha Certa**

O programa Escolha Certa visa promover uma melhoria na qualidade de vida de crianças e adolescentes com iniciativas educacionais e preventivas. Em uma linguagem dinâmica e atrativa ao público adolescente, entre 12 e 17 anos, aborda temas ligados à realidade jovem e apresenta o esporte como uma opção de vida saudável. O guia Escolha Certa – Esporte sem Álcool, publicado em 2006, foi a primeira ação do programa e sua distribuição foi feita em Encontros de Sensibilização que reuniam atletas e profissionais das áreas esportiva e médica para conversar com os jovens sobre o consumo de álcool na adolescência. Entre 2006 e 2008, 3.163 jovens participaram de 18 Encontros de Sensibilização realizados em escolas, projetos do Compartilhar e de outras entidades.





Em 2010 foi lançada a edição Escolha Certa – Esporte sem Violência. O conteúdo foi desenvolvido em parceria com o Projeto Não-Violência – entidade especializada no tema - e apresenta conceitos de cultura de paz e como lidar com conflitos, buscando entendimento mesmo com opiniões divergentes. O assunto é todo revestido pela temática esportiva, com a participação de atletas dando seus testemunhos sobre como lidar com as diferenças e a busca da paz. Além da edição impressa do guia, outras ferramentas foram desenvolvidas para a disseminação da mensagem aos jovens, como o portal na internet, com possibilidade de download do guia e um vídeo com testemunhos de atletas olímpicos.

Maiores informações no site [www.compartilhar.org.br](http://www.compartilhar.org.br)

## 2. METODOLOGIA DO MINI ESPORTE

### 2.1. Conceito

A metodologia do Mini Esporte é um processo de iniciação esportiva simplificado que busca adaptar as capacidades e necessidades das crianças e adolescentes entre 9 e 14 anos a um esporte específico da forma mais divertida e lúdica possível.

Este processo possibilita a aprendizagem de uma modalidade esportiva sempre vinculada às características do jogo e seguindo uma progressão pedagógica ideal. Normalmente, alteram-se as dimensões do espaço de jogo (quadra ou campo), da bola, dos obstáculos (rede de vôlei) e do objetivo (gol, cesta, etc.). Assim, a quantidade de participantes fica proporcional ao tamanho do espaço e à habilidade motora das crianças naquela faixa etária. Isso possibilita um maior contato com a bola (ponto fundamental de motivação) e um maior número de execuções, facilitando a aprendizagem por repetição.

Por não ter regras tão rígidas de posição inicial ou final durante o jogo em algumas etapas, o Mini Esporte estimula o desenvolvimento tático – principalmente de posicionamento – em relação aos companheiros e aos adversários, preparando melhor para um futuro sistema de jogo. Esta leitura do jogo permitirá o desenvolvimento de jogadores mais conscientes de suas funções táticas, individual e coletivamente, além de gerar uma autonomia fundamental na tomada de decisões tão frequentes em esportes com movimentos muito rápidos e com oponentes que também alteram seus sistemas de jogo.

### 2.2. Características da Aprendizagem

Uma das principais características do Mini Esporte é a adequação de todo o material como bolas, tamanho de quadra, etc. Porém, de acordo com Magill (2000), outros fatores também devem ser levados em consideração, como por exemplo, o crescimento físico, a maturação biológica e o desenvolvimento motor da criança, além de fatores ambientais.

Dependendo da idade da criança, ela se enquadra em determinadas fases de Movimentos Especializados, nos seguintes estágios:

- O **estágio transitório** (7 a 10 anos) caracteriza-se pelo início da aplicação dos movimentos fundamentais e desempenho de habilidades especializadas em ambientes esportivos ou recreativos;
- No **estágio aplicativo** (10 a 13 anos) as funções cognitivas são mais sofisticadas; neste momento a ênfase é colocada na habilidade, na precisão e nos aspectos quantitativos do movimento;
- No **estágio utilização** (14 anos em diante), tudo o que foi aprendido até aqui será usado para a vida toda (GALLAHUE e OZMUN, 1995).

Além dos estágios de aprendizagem, alguns fatores dos estudos desenvolvidos por Filin (1996) sobre os períodos sensíveis são utilizados para balizar o trabalho com o Mini Esporte.

CAPACIDADES FÍSICAS	PERÍODOS SENSÍVEIS PARA DESENVOLVIMENTO (FAIXA ETÁRIA)					
	Meninos	Meninas	Meninos	Meninas	Garotos	Garotas
COORDENAÇÃO	4-6	3-6	8-10	8-10	14-15	13-15
FORÇA	5-7	4-7	9-12	8-13	15-17...	14-16...
VELOCIDADE	7-9	6-8	13-14	12-13	16-18...	14-17...
RESISTÊNCIA	8-10	7-9	15-18	14-17	22-25	21-24
FLEXIBILIDADE	2-4	2-5	6-8	7-9	10-11	11-12

Também devemos levar em consideração algumas classificações das habilidades (movimentos). Essas classificações podem ser:

- De acordo com a quantidade de musculatura envolvida;
- De acordo com os aspectos temporais;
- De acordo com a influência do meio ambiente na performance.

*Classificação de acordo com a quantidade de musculatura envolvida:*

- Movimentos Amplos: envolvem movimentos de grandes grupos musculares e estão presentes na maioria dos esportes;
- Movimentos Finos: movimentos limitados de partes do corpo, que envolvem pequenos grupos musculares, como costurar ou escrever.

*Classificação de acordo com os aspectos temporais:*

- Movimentos Discretos: são aqueles que possuem um início e um fim bem definidos, como por exemplo, arremessar, saltar e chutar;
- Movimentos Seriais: envolvem a performance de um único movimento discreto, em uma rápida sucessão, por diversas vezes como controlar uma bola de vôlei ou driblar uma bola de basquete;

- Movimentos Contínuos: são repetidos por certo período de tempo, como correr, nadar e pedalar.

*De acordo com a influência do meio ambiente na performance:*

- Movimentos Fechados: a performance se realiza em um meio ambiente estável no qual o indivíduo determina o início e o final da atividade. Exemplo: saque.
- Movimentos Abertos: a performance é realizada em um ambiente sob mudanças constantes. O indivíduo precisa fazer ajustes ou mudar constantemente o movimento e/ou resposta para atingir o seu objetivo. Exemplo: jogo de vôlei.

É importante conhecermos os tipos de feedbacks para que possamos fazer a utilização correta dos mesmos no momento certo. São eles:

- Intrínseco;
- Aumentado (ou dica);
- Conhecimento de Performance (Positivo);
- Conhecimento de Resultado (Negativo).

### **3. MINI VÔLEI**

#### **3.1. Histórico**

O voleibol é uma modalidade esportiva bastante complexa para ser ensinada aos iniciantes e requer diversos métodos de aprendizagem para a iniciação de crianças. Segundo a Federação Internacional de Voleibol (FIVB), desde que o Mini Vôlei foi inventado no início dos anos 60, inúmeros métodos foram testados para ensinar e para ajudar as crianças a jogarem voleibol. Tradições e experiências em vários países influenciaram este processo, mas nenhum se mostrou o melhor. Porém, a partir dos anos 80 e baseado nestas experiências, ficou claro que o processo de aprendizagem do voleibol deveria levar em consideração a idade entre 09 e 13 anos, bem como a forma simplificada e prazerosa de aprender brincando e jogando. Estes são os conceitos do Mini Vôlei.

#### **3.2. Metodologia Compartilhar de Iniciação ao Voleibol**

A Metodologia Compartilhar de Iniciação ao Voleibol foi baseada no processo de iniciação da Federação Internacional de Voleibol (FIVB) chamado de Mini Vôlei. Este método vem sendo aprimorado pelos profissionais que atuam nos diversos projetos do Programa Socioesportivo do Instituto Compartilhar pelo Brasil e além de ensinar o voleibol, busca transmitir valores do esporte para a formação do cidadão. Portanto, o foco não é de formação de atletas.

#### ***Diferenciais da Metodologia Compartilhar de Iniciação ao Voleibol***

- Visão integral sobre a formação da criança e do adolescente  
O esporte é o instrumento de motivação para os alunos aprenderem uma modalidade e, no decorrer das atividades, sejam estimulados pelos professores a experienciar valores como cooperação, responsabilidade, respeito, autonomia, superação e autoestima, manifestados na prática esportiva. Em todos os momentos da aula, os alunos experimentam na prática a qualidade de relações que estes podem trazer. Cada valor é focado em categorias diferentes, de acordo com a fase motora e psicossocial dos alunos. Além das aulas, são realizadas ações esportivas e sociais que estimulam a convivência e proporcionam momentos de lazer. Estas atividades são elaboradas de maneira lúdica para incentivar a

participação, diversão e a integração dos atores envolvidos no projeto (alunos, familiares, parceiros, etc.).

- *Redimensionar para incluir*

Seguindo os conceitos de facilitar a aprendizagem do Voleibol, são redimensionadas as quadras, altura da rede, peso da bola e número de jogadores por quadra. O Compartilhar divide os alunos por categoria, de acordo com a idade e para um aprendizado completo, o aluno deve passar por todas elas (Mini 2x2, Mini 3x3, Mini 4x4 e Vôlei), nas quais as dificuldades vão crescendo proporcionalmente à evolução técnica e maturação dos alunos em cada faixa etária. Assim, a quadra vai ficando maior, com mais alunos em cada lado, a rede mais alta, a bola chega ao peso oficial aos poucos, e as regras vão deixando de ser simples até chegarem às regras oficiais. Os fundamentos técnicos também têm uma sequência ideal de aprendizagem, com pontos chave a serem observados pelo professor para cada uma das categorias. Desta forma, para o aluno passar de uma categoria para outra, ele deve – sempre que possível - conseguir realizar o fundamento com nível adequado de postura e movimento. Para melhor aproveitamento do espaço disponível, no quadro que segue, o Compartilhar sugere o número de miniquadras que podem ser montadas por área;

- *Aprender jogando*

Todo o processo da metodologia estimula o aluno a aprender o voleibol o mais próximo possível da situação de jogo. As aulas devem ser estimulantes e divertidas em todas as suas etapas, sendo que na última parte deve haver um “jogo” para que o aluno coloque em prática o conteúdo aprendido durante a parte anterior, quando foram transmitidos os fundamentos;

- *Materiais utilizados*

Acreditando que o material empregado serve de motivação direta para os envolvidos, o Instituto Compartilhar oferece a seus núcleos bolas, redes, bases e material de apoio em quantidade e qualidade compatíveis para a melhor eficácia do aprendizado. Durante as aulas, uma bola por aluno estimula o contato constante, permitindo o aumento das ações positivas e, conseqüentemente, um melhor acervo motor que facilitará muito a aprendizagem;

- *Planejamento*

A utilização do planejamento é muito importante para o bom andamento das aulas, pois por meio dele o professor consegue estabelecer uma sequência adequada de conteúdos que facilitam o aprendizado do aluno. Serve também como ferramenta para avaliar os caminhos, construir um referencial futuro e reavaliar todo o processo. Portanto é contínuo e dinâmico, podendo ser alterado e reelaborado no decorrer das ações.

Com o planejamento o professor será capaz de melhorar a sua prática didática e favorecer o aluno com aulas sequenciais, visando um objetivo. Com base na experiência adquirida, o Instituto Compartilhar recomenda a utilização de um planejamento anual, mensal e de aula, que possibilitam ao professor uma visualização completa de todo o trabalho realizado com cada turma;

- Formação Continuada de Professores**  
O Instituto Compartilhar investe constantemente na capacitação dos profissionais de educação física que atuam nos projetos, com visitas técnicas anuais por parte do pessoal de coordenação. E, a cada dois anos, realiza um Simpósio de Professores e Coordenadores IC que convida os profissionais de todos os núcleos, durante cerca de uma semana, para o aprimoramento da metodologia e a troca de experiências. O simpósio tem ocorrido em Curitiba/PR.
- Excelência no atendimento aos alunos**  
O Instituto Compartilhar assegura o máximo de atenção a todos os participantes por meio de uma proporção ideal de alunos por professor e de professor por espaço de aula. Os alunos são nivelados por idade ou habilidade técnica, mantendo o bom andamento das aulas e para que eles consigam realizar os objetivos propostos e mantenham a motivação durante as aulas. O professor deve estimular alguns momentos de atividades conjuntas em que o nivelamento não é o critério mais importante.
- Valores do Esporte transferidos para a formação do cidadão**  
A cooperação, responsabilidade, respeito e autonomia são valores vivenciados no âmbito esportivo e são salientados na Metodologia Compartilhar de Iniciação ao Voleibol aos alunos, para que experimentem na prática a qualidade de relações que estes podem trazer. A autoestima e a superação também são trabalhadas pelos professores.

Além da Metodologia Compartilhar de Iniciação ao Voleibol, o Instituto Compartilhar acredita na importância do acompanhamento de indicadores para medir a efetividade de suas ações. O Sistema Gerencial Instituto Compartilhar (Sigic) cadastra e acompanha todo o desenvolvimento do aluno, verifica a participação em eventos, gera relatórios comparativos do núcleo e entre projetos, além de permitir a emissão de fichas de frequência de cada turma. Já o Sistema de Monitoramento e Avaliação do Compartilhar (Simac), que utiliza indicadores quantitativos e qualitativos, busca acompanhar os processos de implantação e execução dos projetos, além de verificar os efeitos do esporte no comportamento das crianças e adolescentes em diversos ambientes.

### 3.3. Dimensões da quadra, idade, altura da rede e formas de jogo por categorias

CATEGORIA	IDADES	JOGO	TAMANHO DA QUADRA	Nº DE QUADRAS (por área**)	ALTURA DA REDE *
Mini 2x2	9 e 10	2 x 2	3,5m x 7,0m	3 ou 4	1,80m a 2,00m
Mini 3x3	11 e 12	3 x 3	4,5m x 12,0m	2 ou 3	2,00m a 2,15m
Mini 4x4	13	4 x 4	7,0m x 14,0m	1 ou 2	2,10m a 2,20m
Vôlei	14 e 15	6 x 6	9,0m x 18,0m	1	2,20m a 2,30m

\* A variação da altura da rede acontece de acordo com a altura dos alunos e o trabalho a ser realizado.

### **Material estrutural e didático-pedagógico**

A montagem das quadras é feita de forma que possibilite bom aproveitamento do espaço e ajustes às diferentes proporções de cada categoria (altura de rede, tamanho da quadra). Para montar as quadras, os locais podem utilizar os kits móveis ou furos nas próprias quadras onde serão encaixados os postes de mini vôlei. A definição da melhor opção será feita levando-se em conta, principalmente, o tipo de piso da quadra e a facilidade para transporte e guarda dos kits.

Outros materiais diferenciados são utilizados como recursos didático-pedagógicos tais como cones (para movimentação nos exercícios); bancos suecos (para iniciação dos movimentos de cortada e manchete); colchões, arcos, cordas, trave de equilíbrio, etc.

### **3.4 Estruturação das Turmas**

O número de alunos por turma é determinado pelo número de quadras para cada uma das categorias e também pelo número de alunos por professor. Observando esses critérios conseguimos manter a qualidade das aulas.

Considerando uma relação ideal na quantidade de alunos por quadra podemos contar as equipes jogando em cada quadra mais um jogador na espera para cada lado da quadra. Ou então, contar as equipes jogando e mais um equipe completa esperando em cada quadra.

Exemplo:

Categoria Mini 3x3 para uma área com duas quadras

12 jogadores + 4 esperando (um aluno por cada meia quadra) = 16 alunos

12 jogadores + 6 esperando (duas equipes de três alunos) = 18 alunos

Para manter as aulas motivadoras, os alunos são nivelados por dois critérios principais:

- **Idade:** cada categoria apresenta uma faixa etária (ano de nascimento) de referência. Normalmente esse critério é respeitado. Apenas quando um aluno não possui o nível técnico referente àquela idade, ele muda de categoria. Essa adequação pode ocorrer quando o aluno tiver um nível técnico muito inferior (categoria anterior) ou um nível técnico muito superior (próxima categoria).
- **Habilidade técnica:** pode ocorrer com a formação de turmas de diferentes níveis técnicos dentro da categoria ou até mesmo dentro da própria turma, fazendo a divisão nas quadras no momento do jogo e/ou realização dos exercícios. Esse procedimento é importante para que os alunos consigam realizar os objetivos propostos e mantenham a motivação durante as aulas. Porém, deve-se estimular momentos de atividades conjuntas em que o nivelamento não é o critério mais importante.

### **3.5 Estruturação da Aula**

As aulas acontecem duas vezes por semana, com 50 ou 60 minutos de duração cada e são divididas basicamente em três partes:

1ª parte – Aquecimento e técnica individual;

Duração: 10min para aulas de 50min e 15min para aulas de 60min.

2ª parte – Principal (desenvolvimento dos fundamentos);

Duração: 25min para aulas de 50min e 30min para aulas de 60min.

3ª parte – Jogo (aplicação das técnicas e táticas).

Duração: 15min

O objetivo principal da metodologia é fazer com que o aluno jogue, pois o jogo é o maior fator de motivação para quem inicia. Além disso, busca-se que a criança tenha o maior contato possível

com a bola durante toda aula. Os conteúdos são desenvolvidos de forma dinâmica, com bastante movimentação, fazendo com que a criança vivencie situações de jogo e aprenda a desenvolvê-lo o tempo todo.

Porém, uma aula dentro do conceito da Metodologia Compartilhar de Iniciação ao Voleibol deve ser vista como uma ação mais completa envolvendo todos os aspectos da sua estrutura. Esta estrutura de aula consiste na organização de material antes e após a aula e na organização da aula propriamente dita, que é dividida em três partes. Apesar da estrutura ser a mesma para todas as categorias, a organização da aula apresenta características específicas. Assim, cada categoria enfatiza um dos valores prioritários (cooperação, responsabilidade, respeito e autonomia) e utiliza a logística que melhor se enquadra no objetivo proposto para esta faixa etária. Por isso, cada uma das partes da aula apresenta uma organização voltada para fortalecer determinado valor.

Organização do material	<b>Aula</b>			Organização do material
	Aquecimento	Principal	Jogo	

O Compartilhar sugere algumas práticas de intervenção complementar que acrescentam o aprendizado de valores e podem ser realizadas antes ou depois dos três momentos de aula. A roda do diálogo propõe que os professores levantem questões sobre comportamentos morais que levam os alunos à reflexão; na troca de papéis o aluno vivencia outras realidades como a do professor e do árbitro, por exemplo. Diário de superação e mural das emoções faz com que as crianças passem a se perceber, façam uma autoavaliação e consigam expor em um papel ou na conversa.

### 3.7. Encadeamento dos fundamentos do jogo de vôlei

Compreender a sequência de fundamentos durante o jogo de vôlei é importante para elaborar corretamente os exercícios da segunda parte da aula na metodologia. Abaixo as sequências possíveis de cada fundamento de jogo:

<b>A primeira ação do aluno é:</b>	<b>A segunda ação é:</b>	<b>Quando:</b>	<b>Terceira ação é:</b>
Recepção de saque	Abrir para atacar	Mini 3x3, atacantes Mini 4x4 e Vôlei	Atacar Realizar cobertura de ataque
	Posicionar-se para defesa (caso passe tenha sido direto para outro lado)	Mini 3x3, Mini 4x4 e Vôlei	
	Posicionar-se para bloqueio (caso passe tenha sido direto para outro lado)	Vôlei posição 2 e 4	
Levantamento	Cobrir o ataque	Mini 3x3, Mini 4x4 e Vôlei	Fazer cobertura e continuar o jogo

Ataque	Posicionar-se para bloqueio	Vôlei	Bloquear
	Abrir para contra-ataque	Mini 3x3, Mini 4x4 e Vôlei	Atacar
	Posicionar-se para defesa	Mini 3x3 e Mini 4x4	Defender
Bloqueio	Abrir para contra-ataque	Vôlei	Atacar
	Posicionar-se para outro bloqueio	Mini 3x3, Mini 4x4 e Vôlei	Bloquear
	Abrir para defesa	Vôlei	Defender
	Levantar	Mini 3x3, Mini 4x4 e Vôlei	Fazer cobertura de ataque
Defesa	Cobrir o ataque (após levantamento)	Mini 3x3, Mini 4x4 e Vôlei	
	Abrir para contra-ataque	Mini 3x3, atacantes Mini 4x4 e Vôlei	
	Posicionar-se para defesa (se a defesa foi direto para o outro lado)	Mini 3x3, Mini 4x4 e Vôlei	
	Posicionar-se para bloqueio (se a defesa foi direto para o outro lado)	Vôlei posição 2 e 4	

## 4 DIVISÃO POR CATEGORIAS

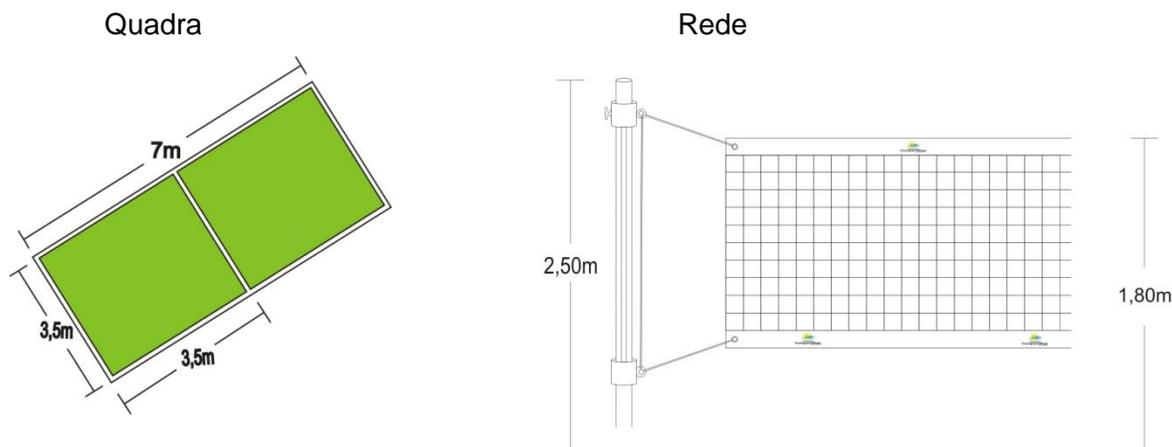
### 4.1 Mini 2x2

Mini 2x2 → 9 e 10 anos → Valor: Cooperação

#### 6.1 Introdução

As ações motoras desta etapa são caracterizadas pelas habilidades de agarrar, lançar e bater na bola, procurando cumprir os seguintes objetivos: enviar a bola por cima da rede, dosar a energia transmitida à bola, dissociar a ação dos membros em relação ao tronco e adquirir noções elementares da relação espaço e tempo.

#### 4.1.1 Estrutura



#### 4.1.2 Conteúdos

- Desenvolvimento de habilidades motoras;
- Aumento do acervo motor: correr, saltar, quicar, lançar, receber, rebater, manipular, etc.;
- Gesto técnico do toque;
- Gesto técnico do saque por baixo;
- Gesto técnico da manchete;
- Passe (predominantemente de toque);
- Levantamento (toque);
- Ataque em forma de largada;
- Sistemas de jogo:
  - 1x1 com domínio.
  - 2x2 segurando a bola;
  - 2x2 jogo direto.

#### 4.1.3 Construção do Jogo

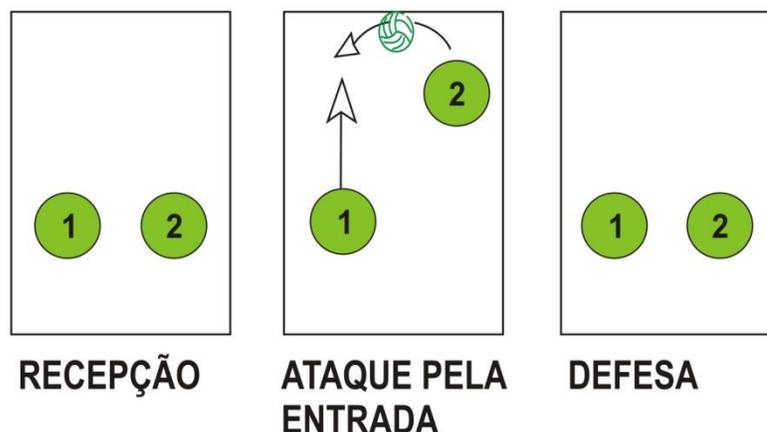
Para o desenvolvimento do jogo no Mini 2x2, com os três toques e posicionamento tático correspondente à categoria, alguns passos são seguidos até que o domínio técnico do toque seja suficiente para dar continuidade ao jogo. Permite-se que o aluno segure a bola em diferentes fases do jogo até que ele seja capaz de realizar o fundamento, não mais por meio de dois movimentos (segurar e realizar a ação). Desta forma, a sequência pedagógica mais apropriada é:

- Os alunos podem segurar a 1ª bola (vem do saque), a 2ª bola (bola para o levantamento) e 3ª bola (bola para o ataque);
- Os alunos podem segurar a 1ª e a 2ª bola;
- O próximo passo é segurar somente a 1ª bola;
- Não pode mais segurar nenhuma bola, fazendo o jogo direto.

Obs.: Em todas as fases do Mini 2x2, estimula-se a realização dos três toques, buscando uma preparação adequada para as demais categorias e o conceito de jogo coletivo que o voleibol proporciona.

#### 4.1.4 Tática de Jogo

- Inicia-se com dois jogadores dividindo a quadra em duas metades. O passe é feito próximo à rede;
- Quem não recebe a bola desloca para a rede para realizar o levantamento;
- O levantamento é alto entre a rede e o atacante. Após o levantamento, o levantador volta à sua posição inicial, protegendo o fundo de quadra;
- Após o ataque, o atacante também retorna a posição inicial da quadra para continuar o jogo.



#### 4.2 Mini 3x3

Mini 3x3 → 11 e 12 anos → Valor: Responsabilidade

##### 4.2.1 Introdução

Na categoria Mini 3x3 o aumento das dimensões da quadra e o número de jogadores impõem uma maior relação de cooperação e organização entre eles, aproximando-se da organização coletiva do voleibol. Há o aperfeiçoamento dos fundamentos técnicos individuais e do jogo, possibilitando uma complexidade e variedade maior nas situações de jogo.

Devido à maior complexidade, e para que haja compreensão e bom rendimento, os exercícios para cada aula devem ser em pequena quantidade (3 a 4) e realizados com maior duração (tempo maior de repetição). Os exercícios devem ser objetivos, situações próximas à realidade do jogo e realizados na forma de desafios.

Nesta fase, existe maior domínio sobre o corpo e o aparelho vestibular (equilíbrio), e os sistemas cerebrais de análise estão quase maduros, possibilitando o aprendizado de movimentos complexos em crianças preparadas em uma fase anterior. Ocorrem também alterações físicas no tônus, força, aparelho respiratório e estirão.

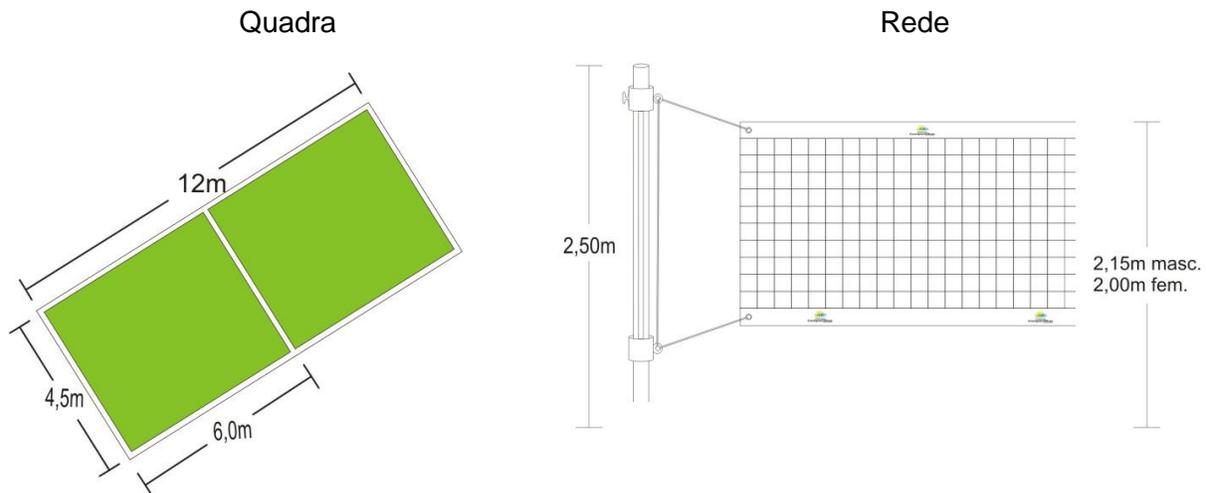
Segundo Gallahue, citado por Ladewig (1996), na fase de movimentos especializados, em que as habilidades locomotoras e manipulativas estão sendo refinadas progressivamente, a faixa etária de 11 a 13 anos encontra-se no estágio aplicativo, onde se identificam:

- Funções cognitivas mais sofisticadas, aumento das experiências e da base do conhecimento, que facilitam as tomadas de decisões;

- Ênfase colocada na forma, habilidades, precisão e aspectos quantitativos do desempenho do movimento.

“Consiste na melhor etapa para o aprendizado, o que não foi aprendido nesta fase só será aprendido posteriormente a custo de muito esforço” (WEINECK, 1999).

#### 4.2.2 Estrutura



#### 4.2.3 Conteúdos

- Aperfeiçoamento do gesto técnico;
  - Toque;
  - Manchete;
  - Saque;
- Aperfeiçoamento do passe;
  - Toque;
  - Manchete;
- Gesto técnico e aperfeiçoamento do levantamento;
  - Levantamento para frente (toque);
  - Levantamento para trás (toque);
  - Levantamento com manchete;
- Movimentação para cobertura de ataque;
- Gesto técnico e aperfeiçoamento do movimento de ataque (cortada);
  - Largada;
  - Movimentação de braço/encaixe no ataque (cortada);
  - Passada de ataque;
- Gesto técnico da defesa;
  - Controle de bola e direcionamento;
  - Defesa com deslocamento;
- Gesto técnico do bloqueio;

- Marcação na frente da bola;
- Movimento de braço/posicionamento das mãos;
- Sistemas de defesa;
  - Por leitura;
  - Correspondente na largada.

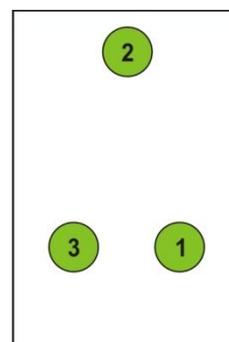
#### 4.2.4 Construção do Jogo

Com relação ao Mini 2x2, há a inclusão de um jogador próximo à rede no meio da quadra e os jogadores do fundo posicionam-se da mesma maneira, um ao lado do outro. Os jogadores do fundo são responsáveis pelo passe/recepção, ataque, defesa e contra-ataque. O jogador próximo à rede é responsável pelos levantamentos, cobertura de ataque e bloqueio. O levantamento pode ser realizado para a entrada ou para a saída de rede. O rodízio das posições passa a ser obrigatório e quando o mesmo acontece, o jogador que está na rede (posição 2) vai para o saque e entra no fundo à direita da quadra (posição 1), o jogador que estava nessa posição vai para o fundo à esquerda da quadra (posição 3) e quem estava na posição 3 vai para próximo da rede no meio da quadra (posição 2).

#### 4.2.5 Tática de Jogo

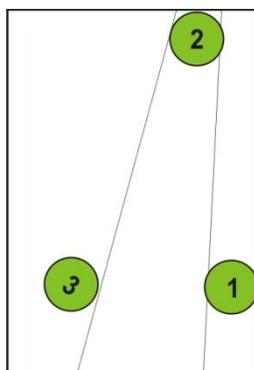
##### Posição de passe/recepção:

- Função do jogador 1 = recepção e ataque;
- Função do jogador 2 = levantador;
- Função do jogador 3 = recepção e ataque.



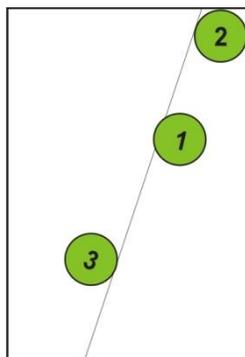
PASSE/RECEPÇÃO

##### Sistema defensivo 1:



SIST. DEFENSIVO 1

- Sistema defensivo por leitura, durante a ação de ataque (da equipe adversária), o jogador da **posição 2** (levantador) se posiciona para o bloqueio, sendo que os jogadores das **posições 3 e 1** se deslocam para efetuar a defesa, de acordo com o posicionamento do bloqueio, e fazem o ajuste lateralmente, saindo da “sombra” do bloqueio. O jogador da **posição 1** fica a direita do bloqueio e o jogador da **posição 3** fica a esquerda.

Sistema defensivo 2:

SIST. DEFENSIVO 2

- Durante a ação de ataque (da equipe adversária), o jogador da **posição 2** se posiciona para o bloqueio, sendo que os jogadores das **posições 3 e 1** se deslocam para efetuar a defesa. O jogador da **posição 1** é responsável pela defesa da bola largada, e o jogador da **posição 3** posiciona-se a esquerda do bloqueio para realizar a defesa do ataque na diagonal. *Quando o ataque é realizado pela saída de rede as funções dos jogadores 1 e 3 se invertem.*

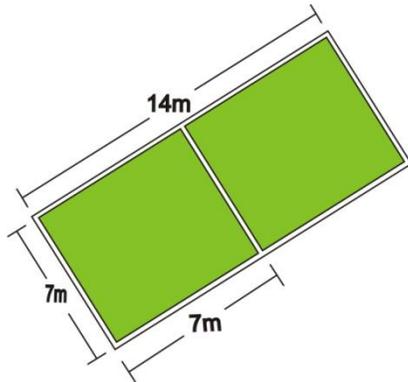
**4.3 Mini 4x4****4.3.1 Introdução**

Esta é a categoria de consolidação de todos os fundamentos e de ações que mais se aproximam ao jogo de vôlei. A quadra, que anteriormente era mais comprida do que larga no Mini 3x3 (4,5 x 6,0m), passa agora ao formato quadrado (7,0 x 7,0m) para facilitar a adaptação à quadra oficial de vôlei.

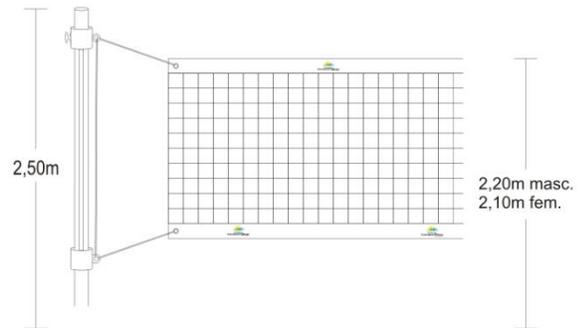
- Devido ao bom nível de rendimento alcançado em todos os fundamentos, verifica-se maior facilidade na continuidade do jogo, tornando-o mais dinâmico, com mais força e velocidade;
- Propicia o desenvolvimento da tática individual e coletiva;
- É o momento de consolidação dos fundamentos, principalmente a cortada;
- No primeiro momento o saque é por baixo, mas com a evolução do trabalho há a introdução do saque por cima, que por sua vez também provoca uma necessidade de adaptação da recepção. Sugerimos então a recepção feita com três jogadores, pois além da dificuldade do saque, com mais velocidade e força, há também o aumento das dimensões da quadra;
- O bloqueio continua sendo simples para favorecer o aprendizado e desenvolvimento de sistemas defensivos importantes para o jogo de vôlei: defesa em semicírculo, defesa com correspondente na largada, etc.;
- Devido à maior complexidade do jogo, torna-se fundamental a comunicação entre os jogadores principalmente com bola em jogo.

### 4.3.2 Estrutura

Quadra



Rede



### 4.3.3 Conteúdos

- Aperfeiçoamento do gesto técnico;
  - Toque;
  - Manchete;
  - Saque;
- Aperfeiçoamento do passe;
- Aperfeiçoamento do levantamento de frente e de costas;
- Aperfeiçoamento do ataque;
  - Passada/direcionamento;
- Aperfeiçoamento do bloqueio;
  - Movimento de braços/posicionamento das mãos;
- Aperfeiçoamento da defesa;
  - Deslocamentos;
  - Posicionamento, relação bloqueio x sistema de defesa;
  - Iniciar defesa alta;
  - Iniciar queda (rolamento, parafuso e lateral);
  -
- Saque por cima gesto técnico;
- Sistemas de defesa;
  - 1x3 por leitura;
  - 1x3 correspondente largada;
  - 3x1 com bloqueio fechando corredor.

#### 4.3.4 Construção do Jogo

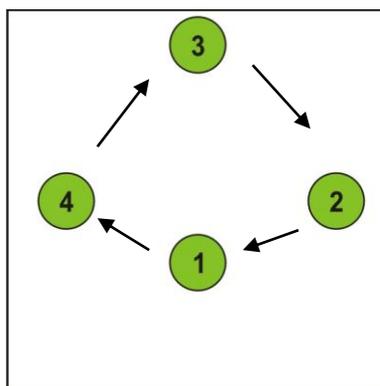
Acompanhando a progressão das categorias, no Mini 4x4 é acrescentado mais um jogador no fundo da quadra. Junto com os outros dois jogadores ele é responsável pelo passe, cobertura de ataque e defesa - esse jogador não pode realizar ataques e ou contra-ataques saltando. O jogador próximo à rede continua sendo o responsável pelos levantamentos, cobertura de ataque e bloqueios.

O rodízio é obrigatório e acontece da seguinte maneira:

- jogador que está à direita da quadra (posição 2) vai para o saque e entra no fundo no meio da quadra (posição 1);
- jogador que estava na posição 1 vai para a esquerda da quadra ( posição 4);
- jogador que estava na posição 4 vai para próximo da rede no meio da quadra (posição 3);
- jogador que estava na posição 3 vai para a direita da quadra (posição 2)

#### 4.3.5 Rodízio

O jogador que está na posição do fundo que realiza o saque.

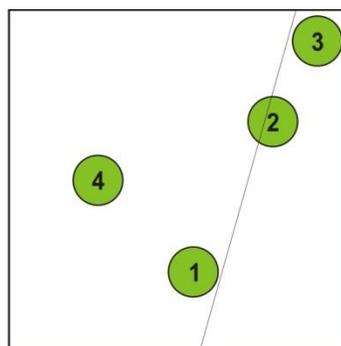
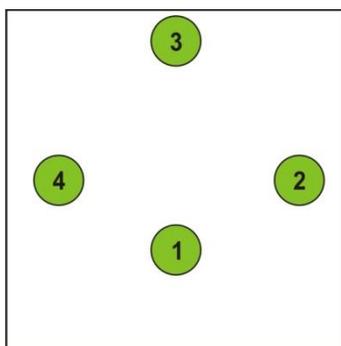


#### 4.3.6 Tática de Jogo

##### Sistema 1 – 3

##### **PASSE/RECEPÇÃO**

O **sistema 1-3 por leitura** acontece com o levantador partindo para a ação de bloqueio e os outros três jogadores saindo lateralmente da sombra do bloqueio. Para um ataque de ponta da equipe adversária, o jogador (2) “correspondente” ao bloqueio, afasta e posiciona-se à direita do mesmo para a defesa de um ataque no corredor. Os demais jogadores (1 e 4) realizam a defesa de um ataque na diagonal com o jogador 1 como referência de posicionamento de defesa, à esquerda do bloqueador.



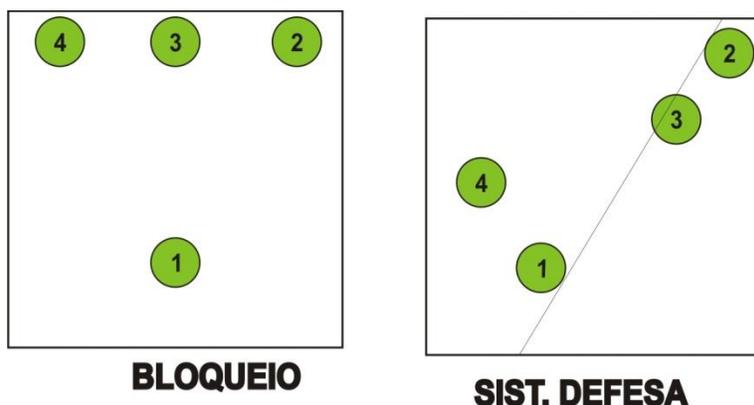
##### **SIST. DEFESA COM O CORRESPONDENTE NA LARGADA**

O **sistema 1-3 com o correspondente na largada** acontece com o levantador partindo para a ação de bloqueio com o jogador respectivo partindo para a largada e os demais jogadores posicionando-se para a diagonal na defesa do ataque. Para um ataque de ponta da equipe adversária, o jogador (2) correspondente movimenta-se próximo ao bloqueio

para defender as ações de largada. Os demais jogadores (1 e 4) realizam a defesa de um ataque na diagonal com o jogador 1 como referência de posicionamento de defesa, à esquerda do bloqueador.

### Sistema de defesa 3 – 1

Em um próximo sistema os jogadores de ponta e saída realizam o bloqueio, com o levantador entrando para a largada. Para um ataque de ponta da equipe adversária, o jogador (3) levantador, movimenta-se próximo ao bloqueio para defender as ações de largada. Os demais jogadores (1 e 4) realizam a defesa de um ataque na diagonal com o jogador (1) como referência de posicionamento de defesa, a esquerda do bloqueador.



## 4.4 Vôlei



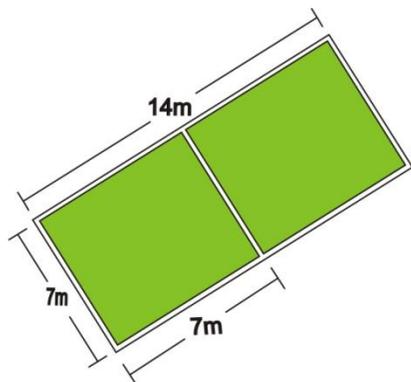
### 4.4.1 Introdução

Esta é a categoria para a qual todos os alunos são preparados para chegar e para qual toda progressão pedagógica da Metodologia Compartilhar de Iniciação ao Voleibol é direcionada. Obviamente nem todos os alunos terão habilidades e aptidão para serem jogadores ou jogadoras de voleibol em nível competitivo. Mas será nesta fase o início do período de especialização na modalidade, com a incorporação de habilidades técnicas mais refinadas, sistemas táticos mais complexos e uma aptidão física mais específica ao voleibol (agilidade, potência de salto, etc.).

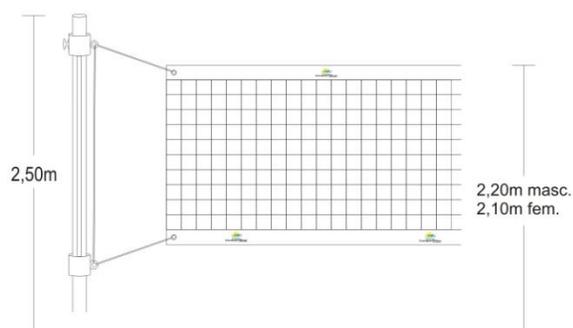
Mesmo assim, o objetivo da metodologia é continuar estimulando a aprendizagem dentro de padrões de qualidade de movimento que permitam a este aluno ser um praticante de voleibol nas demais fases da sua vida, competindo em nível escolar, universitário, ou local, praticando o esporte de forma lúdica e visando melhor qualidade de vida.

#### 4.4.2 Estrutura

Quadra



Rede



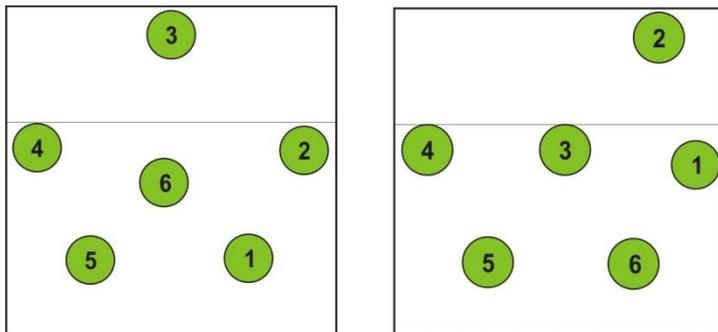
#### 4.4.3 Conteúdos

- Aperfeiçoamento do gesto técnico;
  - Toque;
  - Manchete;
  - Saque por baixo;
  - Saque por cima;
- Aperfeiçoamento do passe;
- Aperfeiçoamento do levantamento de frente/costas;
- Aperfeiçoamento do ataque;
- Aperfeiçoamento do bloqueio;
  - Movimento de braço (entrada);
  - Deslocamento lateral e misto;
- Aperfeiçoamento da defesa;
  - Deslocamentos;
  - Posicionamentos conforme sistema jogo/defesa;
- Sistemas de jogo;
  - 6x0, levantador posicionado na 3;
  - 6x0, levantador posicionado na 2;
  - 6x0, levantador posicionado na 1;
- Sistemas de defesa;

#### 4.4.4 Construção do Jogo

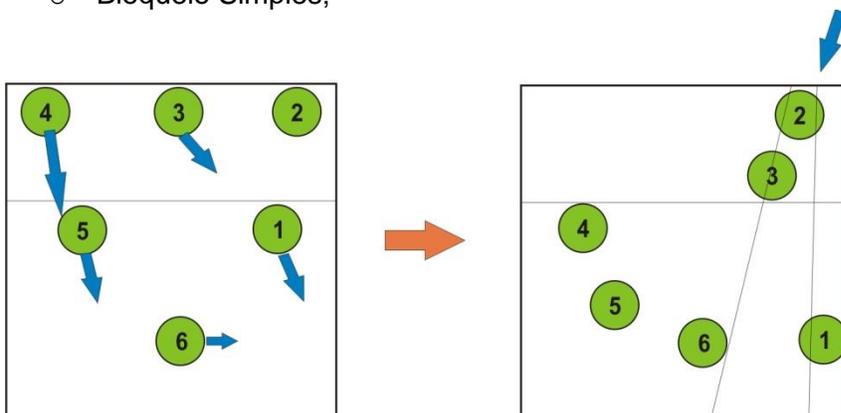
Nesta categoria o número de jogadores é o oficial (6 jogadores), sendo que os sistemas de passe e defesa determinam o posicionamento e funções dos jogadores.

**Sistemas de passe/recepção:**

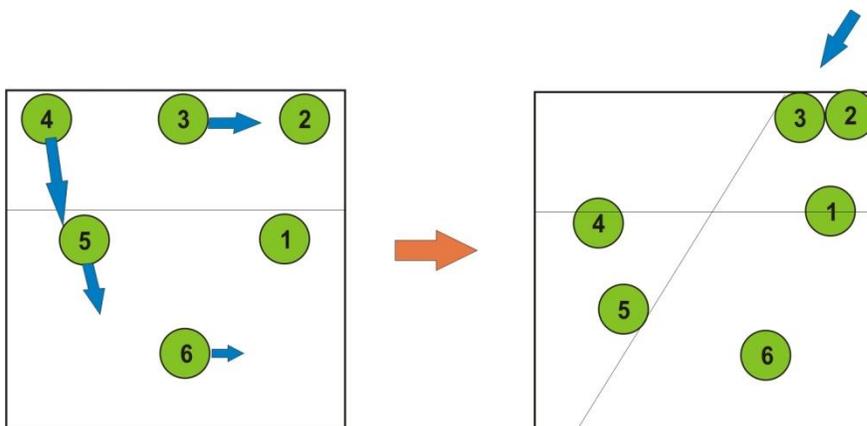


**Sistemas de defesa**

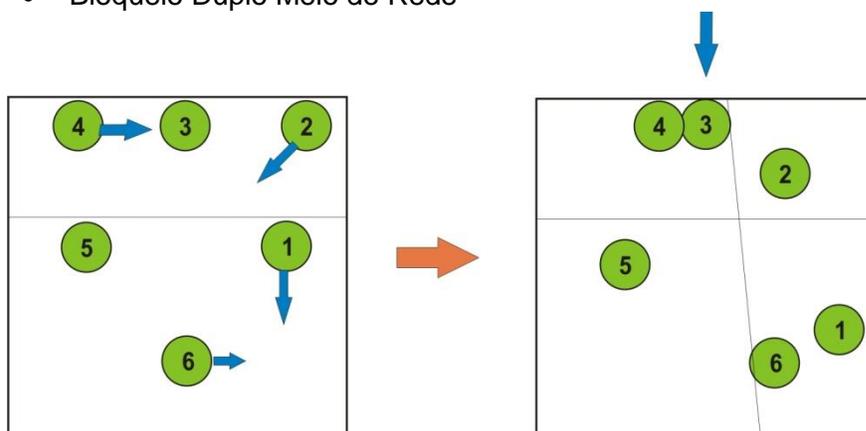
- Bloqueio Simples;



- Bloqueio Duplo na Entrada da Rede



- Bloqueio Duplo Meio de Rede



#### 4.5 Regras Básicas de Cada Categoria:

Categorias	Regras Básicas
Mini 2x2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saque por baixo;</li> <li>• Proibido tocar na rede;</li> <li>• Não há bloqueio;</li> </ul>
Mini 3x3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saque por baixo;</li> <li>• Proibido tocar na rede;</li> <li>• Deve-se respeitar o rodízio;</li> <li>• Bloqueio simples.</li> </ul>
Mini 4x4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ataque realizado somente pela entrada e saída de rede;</li> <li>• Bloqueio simples;</li> <li>• Recepção e defesa realizadas com três jogadores;</li> <li>• Saque por baixo;</li> <li>• O jogador que realiza o saque vai para o meio da quadra e não ataca, assumindo uma função de jogador de defesa.</li> </ul>
Vôlei	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Segue as regras oficiais de voleibol.</li> </ul>

## 5 PONTOS CHAVE

Com o objetivo de destacar os pontos mais importantes de cada fundamento e aprimorar a avaliação e correção dos professores para os erros mais comuns cometidos pelos alunos, sugerimos alguns pontos-chave a serem observados em cada fundamento nas diferentes categorias.

O quadro a seguir serve de referência e vem sendo aplicado pelos professores de todos os projetos socioesportivos do Instituto Compartilhar, podendo ser alterado baseado nas experiências vivenciadas.

<b>TOQUE</b>	Mini 2x2	Mini 3x3	Mini 4x4	Vôlei
Posicionamento do corpo embaixo da bola, com a bola acima e à frente da cabeça	X	X	X	X
Mãos acima da cabeça com os cotovelos semiabertos	X	X	X	X
Mãos abertas com os polegares e indicadores formando um "triângulo"	X	X	X	X
Contato da bola realizado com todos os dedos	X	X	X	X
Pernas afastadas na largura dos ombros	X	X	X	X
Braços estendidos no final do movimento		X	X	X
Joelhos semi-flexionados com um dos pés à frente			X	X
Extensão das pernas no final do movimento			X	X

<b>MANCHETE</b>	Mini 2x2	Mini 3x3	Mini 4x4	Vôlei
Posicionamento do corpo atrás da bola	X	X	X	X
Braços estendidos	X	X	X	X
Mãos sobrepostas e polegares unidos	X	X	X	X
Contato da bola no antebraço	X	X	X	X
Pernas afastadas na largura dos ombros	X	X	X	X
Joelhos semi-flexionados com um dos pés à frente		X	X	X
Tronco levemente inclinado para frente		X	X	X
Transferência do peso para frente após contato com a bola			X	X

<b>SAQUE POR BAIXO</b>	Mini 2x2	Mini 3x3	Mini 4x4	Vôlei
Pernas afastadas na largura dos ombros	X	X	X	
Perna contrária ao braço que golpeia a bola deve estar à frente	X	X	X	
Segurar a bola à frente, na altura do quadril e na linha do braço que golpeará a bola	X	X	X	
Tronco levemente inclinado	X	X	X	
Manter a bola na mão até o momento do contato	X	X	X	
Contato na bola com a mão fechada e palma da mão voltada para cima	X	X	X	

<b>SAQUE POR CIMA</b>	Mini 2x2	Mini 3x3	Mini 4x4	Vôlei
Pernas afastadas na largura dos ombros				X
Perna contrária ao braço que golpeará a bola deve estar à frente				X
Cotovelo na linha/acima do ombro e a mão atrás da cabeça antes do lançamento da bola				X
Bola lançada acima da cabeça e na linha do braço que golpeará a bola				X
Contato realizado com a palma da mão acima da linha da cabeça				X
Braço estendido no final do movimento				X

<b>CORTADA</b>	Mini 2x2	Mini 3x3	Mini 4x4	Vôlei
Perna contrária ao braço do ataque levemente à frente		X	X	X
Saltar com os dois pés atrás da linha da bola		X	X	X
Golpe na bola com o braço estendido no ponto mais alto		X	X	X
Encaixe da bola com a mão espalmada		X	X	X
Última passada mais ampla realizada com a entrada do calcanhar			X	X
Movimentação dos dois braços para ataque (puxada)			X	X

<b>BLOQUEIO</b>	Mini 2x2	Mini 3x3	Mini 4x4	Vôlei
Pernas afastadas na largura dos ombros		X	X	X
Posicionamento na frente da bola		X	X	X
Corpo afastado da rede (distância do antebraço)		X	X	X
Salto equilibrado com pés paralelos		X	X	X
Flexão de joelhos de aproximadamente 90°			X	X
Salto estendendo os braços e projetando as mãos abertas para a quadra adversária			X	X

## 6 PLANEJAMENTO

A utilização do planejamento é muito importante para o bom andamento das aulas, pois por meio dele o professor consegue estabelecer uma sequência adequada de conteúdos que facilitam o aprendizado do aluno. Serve também como ferramenta para avaliar os caminhos, construir um referencial futuro e reavaliar todo o processo. Portanto é contínuo e dinâmico, podendo ser alterado e reelaborado no decorrer das ações.

Com o planejamento o professor será capaz de melhorar a sua prática didática e favorecer o aluno com aulas sequenciais, visando um objetivo. Apesar de cada categoria incluir o conteúdo básico que deve ser aprendido e permitir que o aluno “avance”, a elaboração do planejamento depende das características de cada turma.

Com a finalidade de proporcionar sempre a melhor aula aos alunos, são sugeridos a utilização dos planejamentos anual, mensal e de aula, que possibilitam ao professor uma visualização completa de todo o trabalho realizado com cada turma.

Com base na experiência adquirida, o Instituto Compartilhar recomenda a utilização de um planejamento anual padrão, em que os conteúdos estão distribuídos por uma sequência de números de aulas, suficientes para o aprendizado dos alunos. Porém, como cada núcleo apresenta alunos com habilidades diferentes, o professor tem a oportunidade de aplicar aulas complementares para reforçar o aprendizado dos alunos, sem que o planejamento fique atrasado na sua unidade. Com essa estrutura de planejamento anual, os conteúdos obrigatórios de cada categoria serão cumpridos e o professor terá liberdade para adaptar as particularidades que acontecerem durante o ano.

O planejamento anual é acompanhado do planejamento mensal, que contém a descrição de objetivo de cada aula, direcionando os pontos principais que o professor deve observar nos alunos para uma boa aprendizagem do conteúdo proposto.

Além do planejamento mensal, o professor tem um planejamento de aula, que segue um modelo para descrição de logística, formação de alunos e controle, entre outros, que facilita ao professor a organização das aulas. O professor deverá descrever um exercício referência por meio do qual ele pretende atingir o objetivo proposto. Como uma ferramenta de avaliação do professor, o mesmo dispõe de uma ficha de acompanhamento de aula, que faz menção a aplicação dos princípios da metodologia, além de permitir a professor a reflexão sobre a sua prática pedagógica.

As aulas iniciais para os núcleos novos devem ser de apresentação da metodologia e do material, além de melhor conhecimento dos alunos inscritos. Assim, será possível aguardar até que todos os alunos efetuem a matrícula e as turmas fiquem completas. Após esse período, o planejamento deve ser seguido.

Toda última aula do mês deverá ser destinada a jogos e a atividades sobre os valores, ou seja, essa aula não conta no bloco de conteúdos, mas é obrigatória no final do mês. Nesta data o professor proporcionará aos alunos um espaço para aplicação dos conteúdos trabalhados durante o mês, por meio de campeonatos dentro da turma ou simplesmente jogos. Além disso, também será orientada uma atividade referente ao valor da categoria, que deve ocupar, no máximo, os 15 minutos iniciais da aula.

Na próxima página, exemplo de planejamento anual:



## 7 DESENVOLVIMENTO DE VALORES

### 7.1 Introdução

Além da iniciação esportiva – e com o objetivo de assegurar a formação integral da criança e do adolescente – a Metodologia Compartilhar de Iniciação ao Voleibol incorpora o desenvolvimento de valores. Embora inerente à prática esportiva, pois o esporte ensina a ganhar e a perder, a trabalhar em equipe, a lidar com diferenças e a respeitar a si mesmo e aos outros, esta vivência pode ser potencializada se conduzida de forma sistemática por um professor de educação física capacitado e com visão educacional. Desta forma, o esporte passa a ser um meio para que crianças e adolescentes interessados em aprender uma modalidade e assimilem valores para formação de um cidadão pleno no decorrer das atividades.

A metodologia trabalha quatro valores principais: cooperação, responsabilidade, respeito e autonomia. Em cada categoria é focado um deles prioritariamente, escolhido de acordo com a fase motora e psicossocial da criança ou adolescente. Outros dois valores, superação e autoestima, são elaborados transversalmente, por estarem presentes em todas as etapas da metodologia. A autoestima será o foco com os alunos menores, de 8 a 11 anos, enquanto a superação será voltada aos alunos maiores, de 12 a 15 anos.

O documento final que rege a transmissão destes valores é resultado de um estudo dos profissionais do Compartilhar – reunindo professores de educação física e uma psicóloga esportiva – que foi fundamentado nos estágios de desenvolvimento psicológico (Teoria Cognitiva de Piaget e Teoria da Universalidade dos Princípios Morais de Kohlberg). Foram estudados também documentos internacionais como a Carta Olímpica, Código de Ética Esportiva do Conselho da Europa e a Declaração dos Direitos Humanos da ONU.

### 7.2 Trabalhando valores

O Compartilhar sistematizou o ensino de valores e elaborou um quadro comparativo de valor e contravalor para que o professor possa compreender quando o aluno está ou não incorporando o que lhe é transmitido através de comportamentos observáveis.

#### Valores Principais:

Valor: COOPERAÇÃO - Mini 2x2	Contravalor: INDIVIDUALISMO
<p><u>Intervenções na Prática</u></p> <p><u>1º Momento de Aula:</u> Jogos cooperativos para aquecimento, exercícios de aquecimento envolvendo cooperação.</p> <p><u>2º Momento de Aula:</u> Logística em forma de rodízio, em que todos os alunos estão realizando ações, inclusive ajudando no recolhimento, entrega ou lançamento das bolas.</p> <p><u>3º Momento de Aula:</u> Os alunos cooperam jogando com colegas diferentes a cada aula.</p> <p>Atividade permanente: Organização de material (trazer, montar, refazer, guardar, etc). Participação de todos os alunos.</p>	

Valor: RESPONSABILIDADE - Mini 3x3	Contravalor: NEGLIGÊNCIA
<p><u>Intervenções na Prática</u></p> <p>O professor elabora um quadro de responsabilidades definindo as funções de cada aluno.</p> <p><u>1º Momento da Aula:</u> Exercícios técnicos de aquecimento onde um aluno depende do outro para a sequência do exercício.</p> <p><u>2º Momento de Aula:</u> Logística alternada. Enquanto um dos grupos realiza os exercícios, o outro grupo fica pegando bolas.</p> <p><u>3º Momento de Aula:</u> Em uma aula quem escolhe as equipes é o professor, na outra os alunos.</p>	

Valor: RESPEITO - Mini 4x4	Contravalor: TRANSGRESSÃO
<p><u>Intervenções na Prática</u></p> <p>O professor, com os alunos, elabora um quadro de responsabilidades definindo as funções de cada aluno: organização do material, escolha das equipes e execução da chamada.</p> <p><u>1º Momento da Aula:</u> Os alunos trabalham a maioria dos aquecimentos em duplas, sendo que as mesmas não devem se repetir.</p> <p><u>2º Momento de Aula:</u> Logística alternada. Um ou mais alunos devem participar da aplicação do exercício.</p> <p><u>3º Momento de Aula:</u> Em uma aula quem escolhe as equipes é o professor, na outra os alunos escolhem, conforme a escala.</p>	

Valor: AUTONOMIA - Vôlei	Contravalor: HETERONOMIA
<p><u>Intervenções na Prática</u></p> <p>Os alunos elaboram um quadro de responsabilidades definindo as funções de cada um: organização do material, escolha das equipes e execução da chamada.</p> <p><u>1º Momento da Aula:</u> Em algumas aulas é proposto aos alunos que ministrem o aquecimento, proporcionando a capacidade de escolha e comando de atividades.</p> <p><u>2º Momento de Aula:</u> Logística alternada. Um ou mais alunos deve participar da aplicação do exercício. Em algumas aulas os alunos podem propor uma sequência de exercícios.</p> <p><u>3º Momento de Aula:</u> Em uma aula quem escolhe as equipes é o professor, na outra os alunos escolhem conforme a escala.</p>	

**Valores Transversais:**

Valor: SUPERAÇÃO	Contravalor: CONFORMISMO
Valor: AUTOESTIMA	Contravalor: BAIXA AUTOESTIMA

### 7.3 Clima Motivacional

Tratando-se de um processo formativo, a relação professor-aluno é determinante. O professor deve ser antes de tudo um portador de valores; o aluno aprenderá a estimar e apreciar, a menosprezar e recusar, ou seja, “valorizar” o que espelhe em seu professor. Lembrando também, que a aprendizagem ocorre por observação, a criança imita algum comportamento porque este é recompensado. Sendo assim, a mera exposição a modelos de comportamentos – por exemplo, agressivos – seja na vida real ou em filmes, leva à aprendizagem. Neste sentido, o conteúdo do que se ensina não é, talvez, o mais importante. O que importa definitivamente é “como” se ensina. O ambiente de aula é fundamental para que as crianças sintam-se à vontade e motivadas para realizar as tarefas. O clima motivacional bem orientado caracteriza-se por um ambiente de colaboração e ajuda mútua, valorização do trabalho duro, do esforço e da melhora pessoal, além da clarificação da contribuição e do papel de cada aluno nas rotinas de êxito. O professor deve evitar: dar atenção e reforço direcionados aos alunos mais talentosos, responder negativamente a erros cometidos e comparar seus alunos uns com os outros.

E para que o professor obtenha sucesso em tornar-se modelo de comportamento é necessário que esteja imerso em um processo de constante autoavaliação e reflexão.

O professor deve proporcionar a comunicação entre ele e seus alunos, compartilhar vivências, comunicar uma visão de mundo e da vida, construir amizades, fazer passar a sabedoria pelo pensamento e emoções do aluno, transmitir uma mensagem durante suas aulas, reconhecer publicamente condutas esperadas, controlar condutas indesejáveis e reforçar a generalização de certos comportamentos para o ambiente escolar, familiar e outros.

Para a criação de um Clima Motivacional de aula orientado para a educação em valores, além dos aspectos citados acima, o professor deve:

- Ser capaz de entender o esporte como um meio para o aperfeiçoamento do indivíduo;
- Fazer com que pais e alunos entendam a finalidade do programa socioesportivo;
- Atuar com coerência em todos os momentos, não sendo intransigente agora e permissivo depois, sem que haja razões que justifiquem tal mudança de atitude. Os alunos precisam de um código de conduta para apegar-se;
- Reforçar a conduta de seus alunos positivamente (elogiar os bons comportamentos esportivos); isto melhorará a execução e o bem-estar na experiência esportiva;
- Não se sentir tentado a formar equipes vitoriosas a qualquer custo;
- Fomentar os princípios do espírito esportivo e *fair play*;
- Ser criativo ao promover atividades cooperativas mais que competitivas, sem que isto elimine a possibilidade de alcançar um objetivo;
- Enfatizar a ideia de que a atividade física é um hábito recomendável para qualidade de vida;
- Ser consciente da importância de suas expectativas sobre os alunos e a influência destas sobre eles.

## 7.4 Aspectos Comportamentais do Professor

O professor deve apresentar uma postura ética e profissional, além de uma conduta pedagógica adequada em todas as relações em que está inserido.

<b><u>Professor Aluno</u></b>	<b><u>Professor Tarefa</u></b>	<b><u>Professor Instituição</u></b>	<b><u>Características Pessoais</u></b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Liderança</li> <li>- Coerência</li> <li>- Autocontrole</li> <li>- Sensibilidade para reforçar ou controlar comportamentos</li> <li>- Interação</li> <li>- Diálogo e reflexão</li> <li>- Vínculo afetivo</li> <li>- Função mediadora</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Motivação</li> <li>- Aperfeiçoamento</li> <li>- Didática</li> <li>- Criatividade</li> <li>- Organização</li> <li>- Controle de aula</li> <li>- Comprometimento</li> <li>- Orientação para resultados (estabelecimento de metas e expectativas realistas)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aperfeiçoamento pessoal e profissional constante</li> <li>- Organização</li> <li>- Ética</li> <li>- Comprometimento (pontualidade, uniforme, assiduidade, prazos administrativos, etc.)</li> <li>- Bom relacionamento interpessoal (cordialidade, boa comunicação, respeito, etc.).</li> <li>- Excelência (fazer o melhor sempre)</li> <li>- Proatividade</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Autoconfiança</li> <li>- Assertividade</li> <li>- Autocontrole</li> <li>- Perseverança</li> <li>- Disposição a desafios</li> <li>- Adaptação a mudanças</li> <li>- Análise crítica</li> </ul>

## 8 REALIZAÇÃO E ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS ESPORTIVOS

A realização de eventos esportivos é de extrema importância para a motivação das crianças e adolescentes. Nestes eventos eles têm a possibilidade de interagir com outros participantes de diferentes origens e mostrar o que aprenderam no desenvolvimento das aulas. É também um importante momento de aprendizado, pois alguns sentimentos como nervosismo e irritação afloram e é preciso saber lidar com eles. Para o professor é uma oportunidade de avaliação do progresso técnico do aluno, observando-o fora do ambiente de aula.

Se a realização do evento é importante, a estrutura e organização ganham maior destaque, para que os benefícios destas atividades sejam alcançados e a motivação dos alunos não se transforme em frustração. Para promover um evento em que a prioridade seja a alegria de jogar dos participantes, o Instituto Compartilhar segue alguns conceitos.

O papel do professor na organização de eventos a partir destes conceitos é fundamental. Por apresentarem formatos diferenciados do que as crianças e adolescentes estão acostumados, é comum que a dinâmica e os objetivos não sejam compreendidos de imediato. Com a correta orientação do professor, os participantes logo entendem a estrutura do evento e aproveitam muito as diferentes possibilidades oferecidas.

### 8.1 Conceitos Principais

#### 8.1.1 Participação no maior número de jogos

Os eventos realizados pelo Instituto Compartilhar apresentam aspectos organizacionais que primam pela participação das crianças e adolescentes no maior número de jogos possível. Desta forma, todos podem ganhar e perder diversas vezes, aprendendo a conviver com estes sentimentos, sem dar ênfase demais a vitórias ou derrotas.

Toda oportunidade de interagir com outros colegas e expor o nível de habilidade gera ansiedade e expectativa nos participantes. O sistema de eliminatória simples ou em poucos jogos frustra a preparação das crianças e adolescentes, pois os participantes são eliminados sem ter a chance de corrigir pequenas falhas ou de se acostumar com sentimentos de nervosismo e irritação que aparecem em situações diferentes dos jogos em horário de aula.

A opção de jogar o maior número de vezes permite que os participantes tenham mais tempo para se adaptar a situações de jogar com pessoas diferentes dos colegas de turma e, durante as partidas, observar como seu desempenho pode ser melhorado.

Outra preocupação com a participação dos alunos é o tempo que estes ficam esperando para jogar. Se o tempo de espera entre um jogo e outro é muito longo, as crianças e jovens se cansam e vão embora, deixando de aproveitar todo o evento. A duração dos jogos é inversamente proporcional ao número de crianças que estão aguardando, ou seja, a pontuação máxima dos jogos pode ser diminuída para que os jogos não sejam tão longos e todos possam jogar o maior número de vezes.

### **8.1.2 Trabalhando Valores**

Todos os eventos são permeados por ações que desenvolvem diferentes valores como o respeito, o trabalho em equipe, a amizade, a solidariedade e a autonomia, entre outros. Além desses valores, atividades culturais também são integradas aos eventos esportivos.

O desenvolvimento desses valores é muitas vezes realizado de forma simples e em situações de jogo normais. Ou seja, não necessita alterações no andamento dos jogos, apenas algumas estratégias diferentes das habituais e adaptações para delegar funções aos próprios participantes.

Além de jogarem o maior número de vezes, os times podem ser formados por crianças ou adolescentes de diferentes turmas, ou de diferentes escolas. Isso possibilita que os participantes conheçam outras pessoas e criem novos laços de amizade. Para desenvolver a responsabilidade é possível colocar os adolescentes para organizar as equipes, definir o formato do evento e em muitos casos até como árbitros de outros jogos.

Em todos os eventos, o técnico ou professor não fica próximo à quadra. Assim desenvolve-se a autonomia e espírito de equipe dos participantes, pois as decisões precisam ser tomadas pelos jogadores, saindo da dependência do técnico ou professor como a pessoa que dita o que deve ser feito.

As atividades culturais são sempre relacionadas com a cultura local e o que acontece de mais importante no país. Diversos temas, desde eventos esportivos como a Copa do Mundo e os Jogos Olímpicos até manifestações culturais como folclore e danças regionais, podem ser trabalhadas por meio de apresentações, cartazes e pesquisas dos alunos, enriquecendo ainda mais os eventos.

### **8.1.3 Estrutura**

Na montagem da estrutura para eventos, o objetivo é montar o maior número de quadras das diferentes categorias, para viabilizar o maior número de jogos por participante e não deixá-los esperando por muito tempo.

A estrutura básica para realização de um evento para 200 crianças e com todas as categorias compreende os seguintes materiais:

- Montar 3 quadras de Mini 2x2 (referência 2 kits);
- Montar 3 quadras de Mini 3x3 (referência 2 kits);
- Montar 2 quadras de Mini 4x4 (referência 2 kits);
- Montar 1 quadra de Vôlei (postes normais)
- 3 redes de Mini 2x2;
- 3 redes de Mini 3x3;
- 2 redes de Mini 4x4;
- 1 rede de Vôlei;
- 9 bolas (1 bola para cada quadra de cada categoria);
- Placas indicativas (local de inscrição, indicação de categoria, entrada na quadra, saída, banheiros, etc.);
- Marcação da área de jogo. Esta marcação pode ser feita com cones, fitas ou cordas, impedindo que os participantes passem no meio da quadra, organizando também a entrada e saída dos jogadores.

Essa estrutura poderá ser adaptada ao espaço e quantidade de material disponível e também ao maior número de participantes de determinada categoria. Se for necessário otimizar espaço e materiais, os jogos das categorias podem acontecer em horários separados com a seguinte sugestão de divisão:

- Período da manhã: Mini 2x2 e Mini 3x3;
- Período da tarde: Mini 4x4 e Vôlei.

Sugerimos a distribuição de categorias com idades próximas jogando no mesmo horário para evitar possíveis conflitos por comportamentos e atitudes diferentes entre mais novos e mais velhos.

## 9 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

GALLAHUE, D. L. & OZMUN, J. C. *Understanding motor development: infants, children, adolescents*. 2 ed. Indianapolis: Brown & Benchmark Publishers, 1995.

FILIN, V.P. *Desporto juvenil, teoria e prática*. Londrina: Centro de Informações Desportivas, 1996.

MAGILL, R. *Aprendizagem Motora: conceitos e aplicações*. 5 ed. São Paulo: Edgard Bluncher Ltda. 2000.

WEINECK, J. *Treinamento ideal*. Manole, São Paulo; 1999