



**UnB**

**Universidade de Brasília – UnB**

**Faculdade de Educação Física – FEF**

**Graduação em Bacharelado**

**Análise da aprendizagem tática e técnica de universitárias iniciantes em voleibol: estudo comparativo entre os métodos tradicional analítico e o *teaching games for understanding* (TGfU)**

**Marcelo Couto Jorge Rodrigues 150138873**

**Brasília - Distrito Federal  
2019**

**Universidade de Brasília – UnB**  
**Faculdade de Educação Física – FEF**  
**Graduação em Bacharelado**

**Análise da aprendizagem tática e técnica de universitárias iniciantes em voleibol: estudo comparativo entre os métodos tradicional analítico e o *teaching games for understanding* (TGfU)**

**Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Bacharelado em Educação Física, da Universidade de Brasília, como requisito para obtenção do grau de Bacharel em Educação Física.**

**Orientador: Prof. Dr. Felipe Rodrigues da Costa - Universidade de Brasília**

**Coorientador: Prof. Dr. Henrique de Oliveira Castro - Centro Universitário Estácio de Brasília**

**Brasília – Distrito Federal**

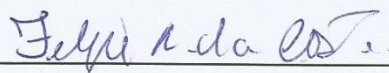
**2019**

**Análise da aprendizagem tática e técnica de universitárias iniciantes em voleibol: estudo comparativo entre os métodos tradicional analítico e o teaching games for understanding (TGfU)**

Trabalho de conclusão de curso, apresentado a Universidade de Brasília, como parte das exigências para a obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Brasília, 08 de julho de 2019.

**BANCA EXAMINADORA**



---

**Prof. Dr. Felipe Rodrigues da Costa**  
Universidade de Brasília – UnB



---

**Prof. Dr. Juan Carlos Perez Morales**  
Universidade de Brasília – UnB



---

**Prof. Dr. Henrique de Oliveira Castro**  
Centro Universitário Estácio de Brasília



---

**Prof. Iuri Scremin de Miranda**  
Universidade de Brasília - UnB

## **DEDICATÓRIA**

Dedico esse trabalho primeiramente aos meus pais, que sempre estiveram comigo em todas etapas da minha vida, e dessa vez não foi diferente. Sempre me apoiando e me dando o suporte necessário para alcançar meus objetivos. Dedico também aos meus amigos do CMB, sempre que precisei eles estiveram lá com alguma resenha para me animar nos momentos em que estive desanimado. Esses espero levar comigo para a vida toda. Dedico também aos meus amigos das outras cidades em que morei, mesmo não estando por perto, eu sei que ao chegar lá, serei recebido com muita festa.

Dedico também a todos aqueles que fizeram parte da minha vida nessa trajetória da graduação como, os amigos, professores e servidores. Todos esses me ajudaram a construir a pessoa que sou hoje.

Por fim, concluo agradecendo de novo meu pai que, mesmo a gente sendo um pouco distante, você me transformou no homem que sou hoje, você é o meu exemplo, meu herói. Agradeço também à minha mãe, mesmo nossa relação sendo recheada de discussões, você é a mulher que eu mais amo neste mundo. Amo vocês mais que tudo!

Celin

## **AGRADECIMENTOS**

Nessa reta final de minha graduação, me sinto-me muito feliz em poder registrar meus agradecimentos a todos que estiveram ao meu lado durante essa trajetória, nos momentos mais difíceis e mais felizes. Posso não demonstrar isso no meu dia a dia, mas sou imensamente grato aos meus pais, que sempre estiveram me dando apoio em todas as decisões que tomei. Sou grato principalmente por me darem muito amor e me mostrarem o carinho necessário para que eu conseguisse superar meus desafios. Agradeço aos meus amigos que sempre estiveram ao meu lado enquanto estive desanimado. E espero que no futuro eu também possa mudar a vida de cada uma dessas pessoas iguais elas mudaram a minha.

Marcelo Couto Jorge Rodrigues

## **RESUMO**

Este trabalho teve como objetivo analisar o aprendizado técnico e tático no voleibol a partir da comparação de dois métodos. Participaram do estudo 22 mulheres universitárias iniciantes com média de idade de 21,54 anos. As participantes foram divididas em dois grupos que receberam aulas de diferentes métodos. O grupo 1 realizou aulas pelo método Teaching Games for Understanding (TGfU) e o grupo 2 tradicional analítico. Ambos os grupos realizaram 12 aulas de seus respectivos métodos. Foram realizados jogos que foram filmados e analisados utilizando-se do Instrumento de Avaliação do Desempenho Técnico-tático do Voleibol (IAD-VB), o qual possibilitou a avaliação do nível de desempenho geral (DEG). Para as comparações intragrupo utilizou-se o teste t pareado nas comparações entre grupos, o teste t para amostras independentes. Como resultado do teste, reportou-se que no grupo 1 (TGfU) houve diferença significativa no DEG do pré para o pós-teste. Isso indica que o método TGfU se apresentou mais eficaz quando levamos em consideração o resultado intragrupo, porém não foi o suficiente para determinar que foi superior ao tradicional analítico na análise entre grupos.

**Palavras-chave:** Método de ensino, Instrumento de Avaliação do Desempenho Técnico-tático do Voleibol, Teaching Games for Understanding, Voleibol.

## **ABSTRACT**

This study aimed to analyze the technical and tactical learning in volleyball from the comparison of two methods. Twenty-two college women with a mean age of 21.54 years participated in the study. Participants were divided into two groups that received classes of different methods. Group 1 taught through Teaching Games for Understanding (TGfU) and traditional analytic group 2. Both groups performed 12 classes of their respective methods. Games were filmed and analyzed using the Technical-Tactical Performance Evaluation Instrument of Volleyball (IAD-VB), which enabled the evaluation of the general performance level (DEG). For the intragroup comparisons the paired t-test was used in the comparisons between groups, the t-test for independent samples. As a result of the test, it was reported that in group 1 (TGfU) there was a significant difference in the DEG from the pre to the post-test. This indicates that the TGfU method was more effective when we considered the intragroup result, but it was not enough to determine that it was superior to the traditional analytic in the analysis between groups.

**Key-words:** Método de ensino, Instrumento de Avaliação do Desempenho Técnico-tático do Voleibol, Teaching Games for Understanding, Voleibol.

## Sumário

|  |    |
|--|----|
| 1. INTRODUÇÃO .....  | 9  |
| 2. MATERIAIS E MÉTODOS.....  | 11 |
| 2.1 REVISÃO TEÓRICA .....  | 11 |
| 2.2 PESQUISA EXPERIMENTAL LONGITUDINAL .....   | 13 |
| 3. CAPÍTULO I. ESTUDO SOBRE OS MÉTODOS DE ENSINO DOS JOGOS<br>ESPORTIVOS COLETIVOS (JEC) ..... | 15 |
| 3.1 MÉTODO ANALÍTICO.....  | 16 |
| 3.2 MÉTODO TEACHING GAMES FOR UNDERSTANDING (TGfU).....  | 17 |
| 4. CAPÍTULO II REVISÃO TEÓRICA.....  | 18 |
| 5. CAPÍTULO III. RESULTADOS .....  | 21 |
| 6. CAPÍTULO III. DISCUSSÃO .....   | 23 |
| 7. CAPÍTULO IV. CONCLUSÕES .....   | 25 |
| REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....   | 26 |
| ANEXOS .....   | 29 |
| ANEXO 1 - Instrumento de Avaliação do Desempenho Técnico-Tático no Voleibol<br>(IAD-VB).....   | 29 |
| ANEXO 2 - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE.....                               | 35 |
| ANEXO 3 - Termo de Autorização para Utilização de Imagem e Som de Voz.....                     | 38 |
| para fins de pesquisa .....  | 38 |
| ANEXO 4 – Instrumento de Avaliação do Desempenho Técnico-tático no Voleibol ..                 | 39 |
| ANEXO 5 – Plano de Atividades Método Tradicional.....  | 40 |
| ANEXO 6 - Plano de Atividades Método TGfU.....   | 52 |

## 1. INTRODUÇÃO

Os jogos esportivos coletivos (JEC) ou modalidades esportivas coletivas possuem, como parte de sua natureza, uma relação de duplo sentido: cooperação entre companheiros de equipe e oposição entre adversários (MESQUITA; GRAÇA, 1998). No que se refere à sua forma estrutural, podemos classificá-los por suas semelhanças, em relação ao espaço de jogo (comum ou separado), participação de jogadores (simultânea ou alternada), disputa de bola (direta ou indireta) e movimentação da bola (circulação ou troca de passes) (MESQUITA, 2004).

Na atualidade, os JEC são utilizados como uma importante ferramenta para o auxílio no desenvolvimento de crianças, jovens e até adultos. Isso se deve às inúmeras capacidades trabalhadas durante uma boa aula que contempla essa família de jogos (GARGANTA, 1998). Corrêa et al. (2004) destacam que uma das principais precauções que os professores que ensinam essas modalidades têm estão relacionadas às formas de transmitir uma aprendizagem eficiente. Entretanto as modalidades possuem variáveis únicas que as tornam mais ou menos complexas.

Considerada uma das modalidades mais praticadas no Brasil, o voleibol se destaca por suas características específicas as quais o diferencia dos demais JEC, dentre elas: o envio do objeto de jogo (bola) é feito com a mão e deve ser passado por cima de um obstáculo (rede), a troca de passes acontece sem ser permitido agarrar a bola; o número de contatos na bola de cada equipe é limitado; todo o espaço de jogo é um alvo para o adversário; o erro técnico na maioria das vezes resulta em um ponto para o adversário; e a rotação dos jogadores é imposta pelas regras do jogo (GRAÇA, 1994).

A utilização da abordagem analítica (tradicional) para o ensino-aprendizagem-treinamento (E-A-T) ainda é muito utilizada para o aprimoramento da técnica, tanto no ambiente escolar, quanto nos centros de treinamento. Essa abordagem caracteriza-se pelo pressuposto de fragmentação do jogo em habilidades básicas, onde é deixada de lado a complexidade do jogo e o trabalho da tomada de decisão (TD). Dessa maneira, os alunos não adquirem autonomia para lidar com os problemas impostos pelas diferentes situações do jogo (MESQUITA; PEREIRA; GRAÇA, 2009). Normalmente, para se trabalhar o processo tático e aproximar às situações do jogo, utiliza-se, nesse método, o jogo formal ao final das sessões de treino. As limitações

do método analítico, quando comparado a outros procedimentos metodológicos, referem-se às dificuldades dos alunos quanto aos processos relacionados à tática e a TD, muito pouco explorado durante as aulas (COSTA; NASCIMENTO, 2004).

Em contrapartida ao método analítico, o método *Teaching Games for Understanding* (TGfU) –traduzido livremente no Brasil como “ensino dos jogos para compreensão”, rompe com a forma de ensinar por meio da técnica isolada, e prioriza o ensino do jogo por meio da compreensão tática dos processos de percepção e TD. O modelo propõe que os conteúdos passados durante as aulas devem ser baseados em pressupostos táticos por meio de série de jogos reduzidos, buscando a maior participação ativa dos alunos (COSTA et al., 2010).

No TGfU, estes jogos são adaptados quanto às regras, o espaço, o número de jogadores e o tempo de jogo. Porém, a estrutura tática do jogo deve se manter semelhante ao jogo formal. Dessa maneira, o aluno acaba compreendendo melhor a lógica do jogo, promovendo assim, respostas mais inteligentes às diversas situações que ocorrem durante o mesmo (BOLONHINI; PAES, 2009). Tal forma de conceber o ensino maximiza a participação dos alunos nas aulas e/ou treinos, uma vez que suprime os exercícios de longa espera para a execução motora e aumenta a motivação dos alunos para a prática do esporte, já que, desde o primeiro momento, estarão experimentando as características do jogo formal de forma reduzida (COSTA et al., 2010).

Este trabalho apresenta relevância ao nortear os profissionais que se identificam com o esporte ou com as práticas de ensino dos esportes coletivos com, então, informações sobre as vantagens e desvantagens de dois métodos muito utilizados e, a partir disso, colaborar da melhor forma possível na estruturação de aulas/treinos. Desta forma, o presente estudo objetiva analisar a eficácia dos métodos tradicional analítico e o *teaching games for understanding* no treinamento tático-técnico do voleibol.

## 2. MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo foi dividido em dois momentos metodológicos. O primeiro momento se deu pela organização de uma revisão teórica com o objetivo de analisar artigos que tratassem da comparação de métodos de E-A-T aplicadas ao voleibol. O segundo momento se deu por uma pesquisa experimental longitudinal, na qual foi aplicado uma sequência de aulas de voleibol utilizando-se dos métodos propostos no estudo, além disso, foram avaliados parâmetros táticos e técnicos.

### 2.1 REVISÃO TEÓRICA

A revisão teórica foi realizada a partir da busca de artigos na base de dados Scielo. A palavra-chave definida para a pesquisa foi “voleibol”. Foram analisados apenas artigos em português. Para serem incluídos na pesquisa, os artigos deveriam ser categorizados como “ensino” e testar ou comparar métodos de ensino aplicados na modalidade voleibol. A partir da palavra-chave foram encontrados 133 artigos que foram categorizados pelo pesquisador em 10 diferentes temas (conforme demonstrado na tabela 1) após a leitura dos títulos e resumos.

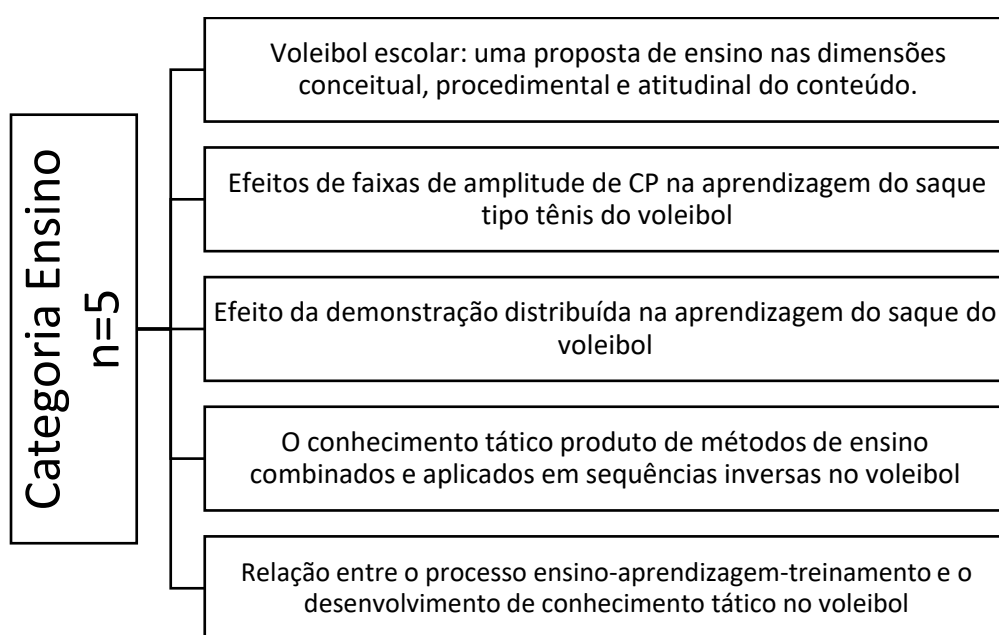
Tabela 1: Quantidade total de artigos analisados a partir de sua leitura (título e resumo) e suas categorizações de acordo com seus respectivos temas.

|                          |                                       |
|--------------------------|---------------------------------------|
| <b>Artigos<br/>n=133</b> | Produção Acadêmica n=2                |
|                          | Desempenho Tático n=21                |
|                          | Estudos Sociológicos n=15             |
|                          | Carga de Treinamento n=11             |
|                          | Gestão n=1                            |
|                          | Nutrição n=3                          |
|                          | Saúde Física n=43                     |
|                          | Construção e Validação de Testes n=14 |
|                          | Ensino n=5                            |
|                          | Fatores Psicológicos n=18             |

A construção dos temas se deu a partir do que cada um dos artigos se propusera a abordar. A partir disso, artigos que possuíam características em comum foram realocados da seguinte forma:

1. **Produção acadêmica:** Artigos que investigam o conhecimento acadêmico produzido sobre o voleibol.
2. **Desempenho tático:** Artigos que tratam da organização tática e seus efeitos em jogo.
3. **Estudos sociológicos:** Artigos que fazem uma análise sociológica de determinado grupo e/ou modalidade.
4. **Carga de treinamento:** Artigos que buscam analisar e/ou comparar as cargas de treinamento do voleibol.
5. **Gestão:** Artigos que buscam analisar a gestão do esporte e suas vertentes.
6. **Nutrição:** Artigos que buscam analisar o efeito da alimentação na prática do esporte.
7. **Saúde Física:** Artigos que contemplam desempenho físico e motor, lesões, fisiologia e as demais variáveis físicas nos jogadores.
8. **Construção e Validação de Testes:** Artigos que buscam construir, validar e comparar testes e/ou equipamentos para serem utilizados em pesquisas ou pela sociedade.
9. **Ensino:** Artigos que buscam analisar formas de ensinar o voleibol.
10. **Fatores psicológicos:** Artigos que tratam sobre fatores intrínsecos e extrínsecos em jogadores.

A partir dessa classificação, foram selecionados os cinco estudos que se encaixavam na categoria “ensino” (conforme retratado na Figura 1).



(Figura 1: Artigos pertencentes a categoria ensino)

## 2.2 PESQUISA EXPERIMENTAL LONGITUDINAL

Na pesquisa experimental, a amostra se constituiu de alunas de duas turmas da disciplina prática desportiva Voleibol Iniciantes da UnB. Foram 22 mulheres separadas em dois grupos de acordo com suas turmas na disciplina. A partir da aplicação de uma ficha de anamnese obteve-se as características descritas na tabela a seguir:

Tabela 2: Valores referentes a média da idade e nível de experiência no voleibol autodeclarado pela amostra.

|   | <b>TGfU n=14</b> | <b>Tradicional Analítico n=8</b> | <b>Total n=22</b> |
|---|------------------|----------------------------------|-------------------|
| Idade (média)                                     | 21,85 anos       | 21 anos                          | 21,54 anos        |
| Nível de experiência no voleibol de 1 a 4 (média) | 1,21             | 1,25                             | 1,22              |

Os critérios de inclusão foram estar matriculada na disciplina Prática Desportiva Voleibol Iniciantes da Universidade de Brasília (turma feminina) e aceitar participar da pesquisa de maneira voluntária. Os critérios de exclusão foram ter alguma lesão que inviabilizasse a participação efetiva das alunas, ter 25% ou mais de faltas ou faltar os dias estabelecidos para os testes.

Foi designado, para cada grupo, um método de ensino dos JEC. O G1 realizou o método TGfU (n=14) e o G2 realizou o método analítico (n=8). Foi realizado um pré-teste, construído pela análise de jogo utilizando-se do Instrumento de Avaliação do Desempenho Técnico-tático do Voleibol (IAD-VB). O pré-teste teve como objetivo fazer uma avaliação inicial do desempenho das alunas inseridas na situação de jogo formal. As participantes de ambos os grupos foram separadas em equipes para a realização das avaliações, que consistiu na observação de cada ação individual durante as partidas, que possuíram as regras do jogo formal, com dois sets de 25 pontos, sem “*tie-brake*”. Todas as equipes realizaram um jogo. Devido ao fato de as observações serem focadas na performance individual e para minimizar a influência de fatores externos nos resultados coletados, a seleção das equipes foi feita de forma aleatória.

Em seguida, a fase de intervenção constituiu na aplicação da sequência pedagógica de 12 sessões de treinamento dos métodos de E-A-T propostos para cada

grupo, em aulas com duração de 50 minutos, em dois dias da semana. Após as 12 sessões, foi realizado outro jogo e analisado utilizando-se do teste IAD-VB com o objetivo de averiguar se a utilização de distintos métodos de ensino teve interferência no desempenho das alunas em situação de jogo formal. Para manter o padrão de avaliação, no pós-teste, utilizou-se as mesmas equipes selecionadas no pré-teste como também os confrontos entre as equipes foram repetidos. Adequações nas equipes tiveram que ser realizadas devido a evasão ao longo do semestre pelas participantes. O planejamento de cada sessão de treinamento foi elaborado pelo pesquisador a partir de uma revisão de literatura sobre o assunto. (ANEXOS 5 e 6)

O Instrumento de Avaliação do Desempenho Técnico-Tático (ANEXOS 1 e 3) - IAD-VB (COLLET et al, 2011) contempla a avaliação das ações técnico-táticas do voleibol em seis fundamentos:

1. Saque: Ação que dá início a jogada colocando a bola em jogo.
2. Recepção: Leva em consideração o objetivo de recuperar a bola para a construção de um ataque aonde a qualidade da recepção tem relação direta como saque adversário.
3. Levantamento: Ação que busca facilitar o ataque por meio do toque ou da manchete.
4. Ataque: Considera-se quando a jogadora devolve a bola para o campo adversário com o objetivo da finalização.
5. Bloqueio: Correspondem as ações dos jogadores próximos a rede com o objetivo de interceptar a bola após o ataque.
6. Defesa: Possui objetivos semelhantes a recepção, porem leva em consideração a diferença de intervalo entre as últimas ações do adversário. (na defesa o tempo de resposta é menor que na recepção)

Essas ações são relacionadas aos componentes de ajustamento, eficiência, TD e eficácia (Anexo 1). Este instrumento possuiu os índices de validade de 92,9%, e de fidedignidade intra-avaliador (0,84) e inter-avaliadores (0,78). As análises dos jogos foram feitas pelo pesquisador deste estudo. Após a transcrição das avaliações realizadas por meio do instrumento IAD-VB, foi possível determinar os níveis de Desempenho Específico por Ação (DEA), os níveis de Desempenho Específico por Componente (DEC), e o nível de Desempenho Geral (DEG) do jogador, de acordo com as equações propostas pelo instrumento (COLLET et al., 2011) que leva em

consideração a quantidade de ações técnico-táticas realizadas pelo jogador e suas respectivas avaliações. A classificação do nível de desempenho das jogadoras, correspondente ao resultado percentual obtido pelas equações, e classificado como inadequado (0 a 33,3%), intermediário (33,4% a 66,6%) ou adequado (66,7% a 100%).

A variável explorada por esse trabalho foi o desempenho geral (DEG) pois considera o conjunto de todos os componentes da performance esportiva do voleibol, apresentando um resultado mais geral da amostra. Além disso, foi utilizado o parâmetro de tamanho de efeito ( $r$ ) para medir a força desses métodos de ensino sobre os resultados.

Ambos os jogos analisados no pré e pós testes foram filmados com duas câmeras digitais Canon Powershot SX 530 Hs, colocadas no fundo da quadra de cada equipe. As filmagens tiveram o consentimento das voluntárias, que receberam e assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (ANEXO 2) e o Termo de Autorização para Utilização de Imagem e Som de Voz, para fins de pesquisa (ANEXO 3).

Com relação ao tratamento estatístico dos dados, primeiramente testou-se a normalidade dos dados a partir do teste de Kolmogorov-Smirnov e Shapiro-Wilk com o nível de confiança  $p=0,05$ . Verificou-se que os dados comparados apresentam distribuição normal  $p=0,02$ . Desta forma foi utilizado o teste  $t$  de student para amostras pareadas.

### **3. CAPÍTULO I. ESTUDO SOBRE OS MÉTODOS DE ENSINO DOS JOGOS ESPORTIVOS COLETIVOS (JEC)**

As estruturas dos JEC possuem características em comum que consistem em: um espaço para jogar, alvos (metas), um implemento, companheiros, adversários e regras. Partindo então da compreensão que tática e técnica se inter-relacionam, vem a necessidade de organizar o conhecimento dessa família de jogos para a iniciação esportiva (GALATTI et al., 2017). Dessa forma, esses jogos são ensinados a luz de diferentes perspectivas, na qual cada uma possui uma característica e um enfoque quanto ao E-A-T (GARGANTA, 1998). Nesse capítulo iremos abordar as características, vantagens e desvantagens da pedagogia tradicional (destacando-se o método analítico) e o TGfU.

Em um estudo sobre E-A-T relacionado aos JEC, Garganta (1998) destaca que o ensino desses jogos não deve se limitar a uma transmissão de conhecimento técnico e nem a abordagem de capacidades condicionais e coordenativo-condicionais, importa desenvolver nos praticantes uma disponibilidade motora e mental, que rompa com a automatização de gestos motores e se centre na assimilação, princípios de gestão do espaço do jogo assim como a comunicação entre jogadores. Anos depois, Costa et al. (2007) verificaram que as novas abordagens metodológicas dos JEC se preocupam com a articulação da tática e técnica e, a partir disso, vêm a necessidade de que os profissionais tenham competência para a utilização de métodos de ensino no contexto pedagógico, tornando o ensino gradual, com o objetivo de gerar uma experiência e vivências gratificantes para o aluno. Galatti et al. (2017) confirmam o que os autores anteriores apontaram, na qual a construção de um método para a aprendizagem que utilize jogos ao longo do processo de ensino mostra-se extremamente efetiva pela diversidade e especificidade de conhecimentos. Para isso, precisa-se administrar ambientes de aprendizagem que tenham interação com o ambiente de jogo, se aproveitando das matrizes dos jogos que são manipuláveis, para que o desenvolvimento dos conteúdos possa garantir o resultado desejado.

### **3.1 MÉTODO ANALÍTICO**

Os métodos de ensino tradicionais, destacando-se para o presente estudo o método analítico, são aqueles que fragmentam o seu conteúdo a partir do aprendido por partes isoladas. Significa dizer que, para se aprender a jogar é necessário o domínio prévio de uma série de movimentos (técnicas) que se relacionam com os gestos da modalidade, obedecendo a um critério de complexidade, sendo ensinadas progressivamente. A utilização do jogo, nesse método, é retardada até que os alunos adquiram o rendimento técnico necessário para jogá-los (REIS, 1994). O objetivo é a aquisição das diferentes técnicas (no conceito de um modelo ideal de movimento) e dos gestos esportivos. Sua fácil implantação e o pressuposto de que para jogar é necessária a execução perfeita do movimento justifica a implementação desse método de ensino. Por outro lado, sua principal limitação é devido a dificuldade que os alunos possuem em transferir os elementos técnicos para a situação real de jogo (COSTA; NASCIMENTO, 2004).

A aplicação do método analítico caracteriza-se pela utilização, por parte do professor, da instrução direta. nele o processo de E-A-T é centrado no professor passando o conhecimento para o aluno que recebe passivamente. Baseado na estruturação de exercícios em série que levam o aluno, de forma progressiva, ao alcance da meta prevista. Transmitindo dessa forma, um jogo pouco criativo, na qual o aluno é pouco estimulado quanta a sua criatividade e aos processos de TD (OLIVEIRA; PAES, 2004 apud MOREIRA et al., 2013).

### **3.2 MÉTODO TEACHING GAMES FOR UNDERSTANDING (TGfU)**

No TGfU, a aprendizagem se dá com o objetivo de direcionar o desenvolvimento da compreensão do jogo, visando romper com a priorização do ensino das habilidades técnicas e priorizar o desenvolvimento da capacidade de jogo por meio da compreensão tática (GRAÇA; MESQUITA, 2007). Segundo essa proposta, o ensino do esporte é dado de forma contextualizada, por meio de jogos reduzidos e com regras adaptadas em relação ao jogo convencional, porém preservando sua lógica interna. O jogo é fundamental para o desenvolvimento das habilidades do aluno, o movimento deve sempre estar associado à sua percepção e a capacidade de criação e de se tomar decisões (BOLONHINI; PAES, 2009). É a partir do jogo que se tem a produção de conhecimento nas aulas, a partir do jogo se vivencia aspectos como: consciência dos princípios táticos do jogo, TD, melhoria dos gestos motores e a integração de aspectos táticos e técnicos para a melhora de performance (GRAÇA; MESQUITA, 2007).

Para se cumprir com os objetivos propostos pelo método é destacado por Bunker e Thorpe (1982) apud Holt et al. (2002) quatro princípios pedagógicos fundamentais:

1. Tipo de jogo: Deve ser selecionada para facilitar a transferência da compressão de problemas táticos comuns entre modalidades. Em sua organização deve ser contemplada em sua articulação horizontal (entre tarefas de dificuldade semelhantes) e articulação vertical (tarefas selecionadas de forma progressiva e se distinguindo pelo aumento de complexidade) (HOLT et al., 2002).
2. Modificação por representação: é a modificação do jogo formal através de sua simplificação, sem desvirtuar suas estruturas básicas. Tal como

mudança no espaço de jogo, tempo de duração, características dos equipamentos e materiais (HOLT et al., 2002).

3. Modificação por exagero: Tem como propósito situar o aluno de algum problema tático específico que a mera prática do jogo não consegue suprir. Tal como a manipulação das condições de jogo, prevalecendo aspectos de ataque ou defesa, superioridade ou inferioridade numérica ou forçar alguma ação tática (HOLT et al., 2002).
4. Complexidade tática: Está relacionada a progressão de formas de jogo com menor número de jogadores para outras com maior número, manipulando assim o grau de complexidade das tarefas, tornando mais claro a delimitação das restrições (constrangimentos) do jogo (HOLT et al., 2002).

#### **4. CAPÍTULO II REVISÃO TEÓRICA**

Nessa fase do estudo, foi realizada uma revisão teórica com o objetivo de analisar os cinco artigos que apresentam como temática de pesquisa o ensino do voleibol. A partir dessa análise, foi feita uma discussão com os principais conceitos abordados por esses artigos.

O primeiro artigo analisado é intitulado “Voleibol escolar: uma proposta de ensino nas dimensões conceitual, procedimental e atitudinal do conteúdo.”(BARROSO; DARIDO, 2011). Esse estudo teve como objetivo construir, analisar e implementar uma proposta de ensino do voleibol que tratasse das três dimensões do conteúdo: conceitual, procedimental e atitudinal, além de identificar as possibilidades e dificuldades do desenvolvimento dessa proposta. Foram realizados oito encontros com quatro professores com a utilização do método de pesquisa-ação, aonde foi feita uma intervenção direta com esses professores. A partir disso os resultados obtidos verificaram que as condições de trabalho são obstáculos para o desenvolvimento desse componente curricular. No entanto, os professores conseguem desenvolver um ensino de qualidade. Foi confirmado também a possibilidade de que as aulas possam ir além das dimensões procedimental, facilitando a abordagem das dimensões conceituais e atitudinais do voleibol. Além disso, a participação dos alunos é efetiva a partir da característica das aulas dos professores.

O segundo artigo analisado nessa revisão foi “Efeitos de faixas de amplitude de CP na aprendizagem do saque tipo tênis do voleibol” (UGRINOWITSCH et al., 2011). O estudo teve como objetivo investigar os efeitos de duas faixas de amplitude de Conhecimento e Performance (CP) na aprendizagem do saque tipo tênis do voleibol. Participaram da amostra 12 sujeitos de ambos os sexos, com idade média entre 10 e 12 anos, alunos de quatro escolas, iniciantes na aprendizagem do saque tipo tênis do voleibol. Os sujeitos foram divididos aleatoriamente em dois grupos experimentais, além do grupo controle que não recebeu feedback dos experimentadores após as execuções. O teste utilizado foi o de avaliação do saque do voleibol, que consistia em acertar um alvo demarcado com um círculo e suas respectivas pontuações na quadra adversária. O CP era fornecido verbalmente após aproximadamente cinco segundos da realização de cada saque. Os resultados desse estudo mostram que a faixa de CP mais ampla auxilia aprendizagem de habilidades motoras, e que a faixa mais estreita, apesar de auxiliar na mudança do padrão de execução, não foi suficiente para resultar em mudanças no desempenho.

O terceiro artigo tem como título “Efeito da demonstração distribuída na aprendizagem do saque do voleibol” (SANTOS-NAVES et al., 2014). Esse estudo teve como objetivo investigar o efeito da distribuição da demonstração no processo de aprendizagem de uma habilidade motora. Participaram 18 sujeitos que foram distribuídos em três grupos: G1 (oito demonstrações anteriores a prática), G2 (quatro demonstrações anteriores e quatro na 40ª tentativa) e G4 (duas anteriores, duas na 20ª, 2 na 40ª, duas nas 60ª tentativas). O experimento constituiu de pré-teste, que consistia em acertar um alvo demarcado com um círculo e suas respectivas pontuações na quadra adversária, com 10 tentativas, fase de aquisição com 80 tentativas e teste de retenção após 24 horas com 10 tentativas. Os resultados de desse estudo apontam que a demonstração utilizada antes da prática auxilia na aprendizagem dos ajustes paramétricos da tarefa e demonstração distribuída ao longo da sessão auxilia na aprendizagem do padrão de movimento.

O quarto artigo analisado tem como título “O conhecimento tático produto de métodos de ensino combinados e aplicados em sequencias inversas no voleibol”(LIMA; MATIAS; GRECO, 2012). Constituiu como objetivo desse estudo a investigação das diferenças entre os métodos de ensino situacional e tradicional no desenvolvimento do conhecimento tático declarativo e processual, analisando

também a influência da ordem de aplicação destes métodos no conhecimento tático nas sessões de E-A-T no voleibol. A amostra foi composta por 36 estudantes do sexo masculino, com a faixa etária de 12 a 14 anos, sendo 22 inscritos nas equipes escolares de voleibol e 14 não praticantes de voleibol (grupo controle). Um grupo iniciou o processo E-A-T pelo método situacional (GST) e outro pelo método tradicional (GTS). Ao final de 15 sessões o método foi invertido e realizado o mesmo número de sessões. Para a avaliação foram utilizados dois testes, um para o conhecimento declarativo e outro para o processual. O estudo encontrou como resultado que nenhum dos métodos de ensino empregados de forma isolada ou combinada apresentou um aumento no conhecimento tático declarativo. Porém, no GST, houve diferença no conhecimento tático processual convergente (inteligência tática) e divergente (criatividade tática) além de uma melhora quanto os conhecimentos táticos processuais. Indicando que a sequência de treinamentos referentes ao GST proporcionou melhoras relevantes na inteligência e na criatividade tática dos jogadores.

O último artigo analisado foi “Relação entre o processo de ensino-aprendizagem-treinamento e o desenvolvimento do conhecimento tático no voleibol” (LIMA; MARTINS-COSTA; GRECO, 2011). O estudo teve como objetivo verificar em que medida o processo de E-A-T adotado por um treinador foi capaz de promover o desenvolvimento do conhecimento tático declarativo de atletas de voleibol. Participaram do estudo 12 jogadoras com idade média de 13,9 anos e experiência média de treinamento da modalidade em clubes de um ano. Foi aplicado um teste de conhecimento tático no início e final das sessões de treino registradas. Foi observado a partir da análise da sessão de treino que as atividades relacionadas ao desenvolvimento da técnica ocupavam 57,5% do tempo total de treinamento, enquanto apenas 29,9% foram destinados ao aperfeiçoamento tático. Tendo isso em vista, os resultados desse estudo apontam que não foi verificado aumento do conhecimento tático das voluntárias ao serem submetidas a uma estrutura de treinamento com característica predominantemente analítica.

De acordo com os artigos descritos acima, o uso de métodos mais voltados ao ensino da técnica não apresenta resultados positivos quanto ao processo E-A-T em relação ao conhecimento tático declarativo e processual. Além disso, aumentar a tolerância quanto a taxa de erro durante o feedback também pareceu ser melhor, o

que pode mostrar que fazer correções imediatas e não deixar o aluno ter liberdade para errar, pode não ser o melhor caminho para o ensino mais eficiente. Além disso, mostra que uma sequência de treinamentos aonde o aluno é abordado com métodos mais situacionais estimula a inteligência e criatividade tática, além de estimular o envolvimento dos alunos nas aulas.

## 5. CAPÍTULO III. RESULTADOS

Os resultados referidos dizem respeito ao segundo momento da pesquisa, que se trata da análise dos dados do grupo 1 (TGfU) e do grupo 2 (tradicional analítico) obtidos pelo teste do IAD-VB. A variável explorada por esse teste foi o desempenho geral (DEG) pois considera o conjunto de todos os componentes da performance esportiva do voleibol, apresentando um resultado mais geral da amostra.

Foi utilizado o teste t para amostra independentes para se ter uma comparação entre grupos no pré-teste, a partir dos resultados da Tabela 3 podemos afirmar que os dois grupos foram estatisticamente iguais no início do tratamento. Portanto, é possível comprar os grupos ao final do tratamento, ou seja, no-pós teste (Tabela 4).

Tabela 3: Valores referentes a comparação dos grupos no pré-teste, por meio do teste t para amostras independentes.

| Independent Samples Test |                             |                              |                 |                       |
|--------------------------|-----------------------------|------------------------------|-----------------|-----------------------|
|                          |                             | t-test for Equality of Means |                 |                       |
|                          |                             | Sig. (2-tailed)              | Mean Difference | Std. Error Difference |
| <b>DEG Pré</b>           | Equal variances assumed     | ,903                         | -,46339         | 3,76064               |
|                          | Equal variances not assumed | ,910                         | -,46339         | 4,01678               |

Tabela 4: Valores referentes a média e desvio padrão (D.P) no pré e pós-teste de ambos os grupos.

|                | <b>Pré-teste</b> |         | <b>Pós-teste</b> |         |
|----------------|------------------|---------|------------------|---------|
|                | Média            | D.P.    | Média            | D.P.    |
| <b>Grupo 1</b> | 37,6179          | 7,72025 | 41,5521          | 5,55433 |
| <b>Grupo 2</b> | 38,0813          | 9,74771 | 42,1250          | 7,69833 |

Partindo do pressuposto de normalidade dos dados e, considerando que os resultados obtidos conformaram distribuição normal, recorreu-se ao teste t pareado nível de significância ( $p < 0,05$ ) com o intuito de identificar se ocorreu alguma significância entre os dados coletados entre o pré e pós-teste intragrupos. O teste t pareado (Tabela 5) reportou que houve apenas diferença significativa nos valores do desempenho geral entre pré-teste e pós-teste do grupo 1 ( $t = -2,663$ ;  $df = 13$ ;  $p = 0,020$ ).

Tabela 5: Valores referentes ao teste t pareado do desempenho geral (DEG) intragrupos. Assumindo nível de significância  $p = (0,05)$ .

| Paired Samples Test <sup>a</sup> |                   |   |        |    |                 |
|----------------------------------|-------------------|---|--------|----|-----------------|
|                                  |                   | Paired Differences                        | t      | df | Sig. (2-tailed) |
|                                  |                   | 95% Confidence Interval of the Difference |        |    |                 |
|                                  |                   | Upper                                     |        |    |                 |
| <b>Grupo 1</b>                   | DEG Pré e DEG Pós | -,74301                                   | -2,663 | 13 | ,020            |
| <b>Grupo 2</b>                   | DEG Pré e DEG Pós | 1,68035                                   | -1,670 | 7  | ,139            |

Os dados da Tabela 6 apresentam o nível de desempenho geral das alunas de acordo com o IAD-VB para o grupo que foi contemplado pelo método TGfU. Verificou-se que no pré-teste, cinco alunas encontravam-se no nível de desempenho inadequado enquanto as outras 9 se encontravam no intermediário. Após a aplicação das intervenções o grupo apresentou melhora, tendo em vista que todas as alunas passaram a ser classificadas com um desempenho geral intermediário.

Tabela 6: Quantidade de alunas por classificação de acordo com o nível de desempenho geral (DEG) do IAD-VB no pré e pós-teste do grupo 1 (TGfU)

| Nível de Desempenho | Inadequado (0 a 33,3%) |                 | Intermediário (33,4 a 66,6%) |                 |
|---------------------|------------------------|-----------------|------------------------------|-----------------|
|                     | Média DEG              | Média DEG       | Média DEG                    | Média DEG       |
|                     | 11,1 a 22,2 (%)        | 22,3 a 33,3 (%) | 33,4 a 44,4 (%)              | 44,5 a 55,6 (%) |
| <b>Pré-teste</b>    |                        | 5               | 6                            | 3               |
| <b>Pós-teste</b>    |                        |                 | 11                           | 3               |

Já os dados da Tabela 7 apresentam o nível de desempenho geral das alunas que foram submetidas ao método tradicional analítico. Podemos ver que também houve certa melhora, tendo em vista o quantitativo de alunas que passaram da classificação inadequado para a intermediário.

Tabela 7: Quantidade de alunas por classificação de acordo com o nível de desempenho geral (DEG) do IAD-VB no pré e pós-teste do grupo 2 (Tradicional analítico)

| <b>Nível de desempenho</b> | <b>Inadequado<br/>(0 a 33,3%)</b> |                    | <b>Intermediário<br/>(33,4 a 66,6%)</b> |                    |
|----------------------------|-----------------------------------|--------------------|---|--------------------|
| <b>Média DEG</b>           | 11,1 a 22,2<br>(%)                | 22,3 a 33,3<br>(%) | 33,4 a 44,4<br>(%)                      | 44,5 a 55,6<br>(%) |
| <b>Pré-teste</b>           | 1                                 | 1                  | 3                                       | 3                  |
| <b>Pós-teste</b>           |                                   | 1                  | 4                                       | 3                  |

## 6. CAPÍTULO III. DISCUSSÃO

A investigação acerca da evolução do desempenho técnico-tático nos JEC está relacionada a necessidade da avaliação dos jogadores, o ensino deve ter como base a identificação do nível de desempenho dos praticantes para determinar as etapas da aprendizagem a serem abordadas. A participação dos jogadores nas situações de jogo requer o envolvimento de aspectos relacionados a execução técnica (eficiência) e o resultado obtido com a execução dos movimentos (eficácia). Outros aspectos como movimentações e posturas realizadas antes, durante e depois do contato com a bola (ajustamento) e as escolhas tomadas durante um jogo (tomada de decisão) são primordiais para o desempenho do jogador (Collet et al., 2011). Nesse estudo, foi avaliado o nível do desempenho geral (DEG) que se apropria desses quatro componentes para se dar uma avaliação geral, segundo o IAD-VB para os dois grupos G1 (TGfU) e G2 (tradicional analítico).

O teste t pareado apontou que houve melhora significativa ( $p=0,20$ ) nos valores do DEG do pré para o pós-teste do grupo 1, que teve o ensino a partir do método TGfU. Além disso, ao somarmos o número de ações realizadas por esse grupo, houve um acréscimo de 112 ações se compararmos o pré-teste com o pós-teste. Essa melhora confere com o estudo de (LAYNE; PIIPARI, 2016) aonde o grupo que recebeu aulas com uma proposta mais global, teve uma taxa de ações maior que o grupo tradicional. Isso é um bom exemplo de que ao utilizarmos uma sequência de treinamento onde o aluno é posto a solucionar problemas técnicos-táticos a partir da compreensão da lógica do jogo, acentua o seu desenvolvimento. Além disso, por ser

um método menos monótono, proporciona maior autonomia, permitindo aos alunos maior envolvimento no jogo (COSTA et al., 2010; GRAÇA; MESQUITA, 2007; LIMA; MATIAS; GRECO, 2002).

Ao colocarmos as alunas do grupo 1 (TGfU) separadas por nível de desempenho de acordo com o IAD-VB (Tabela 6), podemos notar que todas pertencentes a classificação inadequada (média < 33,3%) tiveram uma evolução no desempenho geral e passaram para a classificação intermediária (33,4 a 66,6%). Em contrapartida, no grupo 2 (tradicional analítico), analisando a Tabela 7, é notado que nem todas as alunas pertencentes a classificação inadequada (média < 33,3%) conseguiram aumentar seu desempenho geral após intervenção de forma que passassem para o nível intermediário (33,4 a 66,6%). Sendo assim, notamos que temos resultados mais positivos ao utilizarmos o método TGfU. Hastie, De Ojeda e Calderón (2011) em sua revisão, ao selecionarem artigos que utilizam a Pedagogia do Esporte comparada com o método tradicional analítico de ensino, tiveram como resultado situações parecidas, aonde na maioria dos artigos, ambos os métodos surtiram efeitos positivos aos grupos, entretanto apenas os grupos que tiveram as intervenções com a Pedagogia do Esporte apresentaram melhora no entendimento do jogo e na aquisição dos aspectos táticos. Demonstrando que, utilizar métodos que priorizam o ensino por meio da compreensão tática apresenta mais vantagens do que utilizar métodos que priorizam a fragmentação do conteúdo a partir do aprendizado por partes isoladas.

Em relação as comparações intragrupos, o tamanho do efeito ( $r$ ), que representa a força dos métodos de ensino empregados sobre os resultados do DEG, apresentou valores considerados grandes,  $r > 0,37$  (ESPÍRITO-SANTO; DANIEL, 2018). Desta forma, é destacado que a utilização de ambos os métodos teve muito impacto nos resultados, confirmando que a utilização do método TGfU trouxe mais vantagens à amostra. Além disso, outros fatores (motivação e pressão competitiva) que podem influenciar no momento do jogo e não foram foco de avaliação no presente estudo podem ter acarretado um maior tamanho de efeito, tal como o baixo nível de experiência na modalidade pelas alunas.

## **7. CAPÍTULO IV. CONCLUSÕES**

No grupo 1 (TGfU) houve diferença significativa no DEG do pré para o pós-teste. Isso indica que o método TGfU se apresentou mais eficaz quando levamos em consideração o resultado intragrupo, porém não foi o suficiente para determinar que foi superior ao tradicional analítico na análise entre grupos. Confirmando que a pesquisa na pedagogia do esporte não procura verificar qual o método é superior, e sim, qual método é o mais adequado conforme os objetivos do professor e as necessidades do grupo.

O DEG, leva em consideração a análise de ações técnicas e táticas realizadas pelo jogador como um todo. Nesse estudo procuramos ter uma avaliação mais geral utilizando essa variável para ambos os grupos. Para uma avaliação mais completa, são necessários estudos que analisem os níveis do DEA, os níveis do DEC, e o DEG.

A amostra foi submetida a doze aulas em seus respectivos métodos, contudo esta é quantidade mínima indicada para se obter melhora significativa no conhecimento técnico/tático. Outros fatores limitantes são, a inexperiência daquele que ministrou as aulas, por se tratar de um aluno da graduação em Educação Física Bacharelado e fatores externos que não eram passíveis de serem controlados, como a motivação da amostra em participar das aulas e evasões durante o semestre. É recomendado estudos com uma amostra maior e com maiores quantidades de sessões de treinamento para os respectivos métodos de ensino.

## 8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARROSO, A. L. R.; DARIDO, S. C. Voleibol escolar: uma proposta de ensino nas dimensões conceitual, procedimental e atitudinal do conteúdo. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 24, n. 2, p. 179–194, 2011.

BOLONHINI, S. Z.; PAES, R. R. A proposta pedagógica do teaching games for understanding: reflexões sobre a iniciação esportiva. **Pensar a Prática**, v. 12, n. 2, p. 1–4, 2009.

BUNKER, D.; THORPE, R. A model for the teaching of games in secondary schools. **Bulletin of Physical Education**, 18,1,5-8,1982.

COLLET, C. et al. Construção e validação do instrumento de avaliação do desempenho técnico-tático no voleibol. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v. 13, n. 1, p. 43–51, 2011.

CORRÊA, U. C.; SILVA, A. S.; PAROLI, R. Efeitos de diferentes métodos de ensino na aprendizagem do futebol de salão. **Motriz**, v. 10, n. 2, p. 79–88, 2004.

COSTA, H. C. M. et al. Efeito do processo de treinamento técnico-tático no nível de conhecimento declarativo de jovens praticantes de voleibol. **Revista Mineira de Educação Física**, v. 15, n. 2, p. 5–19, 2007.

COSTA, I. et al. O Teaching Games for Understanding (TGfU) como modelo de ensino dos jogos desportivos coletivos. **Revista Palestra**, v. 10, p. 69–77, 2010.

COSTA, L. C. A.; NASCIMENTO, J. V. O ensino da técnica e da tática: novas abordagens metodológicas. **Revista da Educação Física/UEM.**, v. 15, n. 2, p. 49–56, 2004.

ESPÍRITO-SANTO, H.; DANIEL, F. Calculating and reporting effect sizes on scientific papers (3): Guide to report regression models and ANOVA effect sizes. **Portuguese Journal of Behavioral and Social Research**, v. 4, n. 1, p. 43–60, 2018.

GALATTI, L. R.; BETTEGA, O. B.; PAES, R. R.; REVERDITO, R. S.; SEOANE, A. M., & SCAGLIA, A. J. O ensino dos jogos esportivos coletivos: Avanços metodológicos dos aspectos estratégico-tático-tecnicos. **Pensar a Prática**, v. 20(3), n. , p. 639–654, 2017.

GARGANTA, J. O ensino dos jogos desportivos colectivos. Perspectivas e tendências. **Movimento (ESEF/UFRGS)**, n. 8, p. 19–27, 1998.

GRAÇA, A. Os Comos e os Quandos no Ensino dos Jogos. In GRAÇA, A.; OLIVEIRA, J. (Orgs) **O ensino dos Jogos Desportivos**. Porto: Universidade do Porto, 1994.

GRAÇA, A.; MESQUITA, I. A investigação sobre os modelos de ensino dos jogos desportivos. v. 7, n. 3, p. 401–421, 2007.

HASTIE, P. A.; DE OJEDA, D. M.; CALDERÓN, A. A review of research on sport education: 2004 to the present. **Physical Education and Sport Pedagogy**, v. 16, n. 2, p. 103–132, 2011.

HOLT, N.L.;STREAN, W.B.; BENGOCHEA, E,G. Expanding the teaching games for understanding model: new avenues for future reseach and practice. **Journal of Teaching in Physical Education**, 21,2, 162-176,2002.

LAYNE, T. E.; PIIPARI, S. Y. Effects of the Sport Education Model on University Students Game Performance and Content Knowledge in Basketball. **Journal of Sports Research**, v. 2, n. 2, p. 24–36, 2016.

LIMA, C. O. V.; MARTINS-COSTA, H. C.; GRECO, P. J. Relação entre o processo de ensino-aprendizagem-treinamento e o desenvolvimento do conhecimento tático no voleibol. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 25, n. 2, p. 251–261, 2011.

LIMA, C. O. V.; MATIAS, C. J. A. D. S.; GRECO, P. J. O conhecimento tático produto de métodos de ensino combinados e aplicados em sequências inversas no voleibol. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 26, n. 1, p. 129–147, 2012.

MESQUITA I. M. R.; PEREIRA, F. R. M.; GRAÇA, A. B. Modelos de ensino dos jogos desportivos : investigação e ilações para a prática. **Motriz**, v. 15, n. 4, p. 944–954, 2009.

MESQUITA I. **Ensinar a aprender**: tarefa prioritária do treinador de joves. In: **Seminário Internacional treino de jovens**. Instituto do Desporto de Portugal, Lisboa, p. 39-49, 2004.

MESQUITA I. O ensino do voleibol; uma proposta metodológica. In: GRAÇA A; OLIVEIRA J. **O ensino dos jogos desportivos coletivos**. Porto: FCDEF-UP, 1998. p.153-199.

MOREIRA,; MATIAS, SILVA; GRECO. A influência dos métodos de ensino-aprendizagem-treinamento no conhecimento tático processual no futsal. **Motriz. Revista de Educacao Fisica.**, Rio Claro, v. 19, n. 1, p. 84-98, Mar. 2013.

REIS, HELOISA HELENA BALDY dos. *O ensino dos jogos esportivizados na escola*. 1994. Dissertação (Mestrado em Educação Física) UFSM, Santa Maria.

SANTOS-NAVES, S. P. et al. Efeito da demonstração distribuída na aprendizagem do saque do voleibol. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 28, n. 4, p. 629–639, 2014.

UGRINOWITSCH, H. et al. Efeitos de faixas de amplitude de CP na aprendizagem do saque tipo tênis do voleibol. **Motriz. Revista de Educacao Fisica**, v. 17, n. 1, p. 82–92, 2011.

## 9. ANEXOS

### 9.1 ANEXO 1 - Instrumento de Avaliação do Desempenho Técnico-Tático no Voleibol (IAD-VB)

Indicadores de observação do **saque**, com relação ao ajustamento, eficiência,

| <b>Componente</b>        | <b>Indicadores</b>   |
|--------------------------|--|
| <b>Ajustamento</b>       | <b>AS1:</b> orienta os apoios para o alvo, posicionando o corpo na direção em que pretende sacar;<br><b>AS2:</b> depois de sacar, desloca-se rapidamente para ocupar o espaço na defesa;<br><b>AS3:</b> depois de sacar, coloca-se na defesa na posição de expectativa (pernas afastadas, joelhos semiflexionados, tronco inclinado à frente). |
| <b>Eficiência</b>        | <b>EFS1:</b> coloca o pé contrário do membro superior dominante à frente no momento de bater a bola;<br><b>EFS2:</b> lança a bola com o membro superior não dominante na altura adequada à frente do eixo do corpo;<br><b>EFS3:</b> bate a bola com o membro superior dominante em extensão.   |
| <b>Tomada de decisão</b> | <b>TDS1:</b> coloca a bola em jogo;<br><b>TDS2:</b> direciona a bola para determinado jogador (tática coletiva);<br><b>TDS3:</b> direciona a bola no espaço livre ou entre dois jogadores ou saca com a máxima potência.   |
| <b>Eficácia</b>          | <b>S1:</b> erro de saque;<br><b>S2:</b> continuidade da ação pela equipe adversária;<br><b>S3:</b> ponto.  |

tomada de decisão e eficácia.

Indicadores de observação da **recepção**, com relação ao ajustamento, eficiência, tomada de decisão e eficácia.

| <b>Componente</b>        | <b>Indicadores</b>  |
|--------------------------|---|
| <b>Ajustamento</b>       | <p><b>AR1:</b> desloca-se para ocupar posição no espaço provável de queda da bola;</p> <p><b>AR2:</b> coloca-se em posição de expectativa e ajusta a sua posição em função da proximidade das linhas laterais (pé esquerdo a frente quando estiver mais próximo da linha a sua esquerda ou pé direito a frente quando estiver mais próximo da linha a sua direita) antes do contato;</p> <p><b>AR3:</b> depois de receber, desloca-se para realizar a próxima ação (ataque ou cobertura).</p> |
| <b>Eficiência</b>        | <p><b>EFR1:</b> membros inferiores semiflexionados e apoiados no chão no momento do contato;</p> <p><b>EFR2:</b> posiciona o corpo atrás da bola e contata a bola no meio dos apoios;</p> <p><b>EFR3:</b> contata a bola na plataforma formada pelos antebraços com os membros superiores e extensão membro (manchete) ou contata a bola acima e à frente do nível da testa (toque)</p>   |
| <b>Tomada de decisão</b> | <p><b>TDR1:</b> envia a bola diretamente à quadra adversária;</p> <p><b>TDR2:</b> mantém a bola em jogo na própria equipe, porém sem direcionamento (coloca a bola para cima);</p> <p><b>TDR3:</b> antecipa-se e direciona a bola para a zona de levantamento.</p>  |
| <b>Eficácia</b>          | <p><b>R1:</b> erro de recepção;</p> <p><b>R2:</b> continuidade da ação pela própria equipe ou pela equipe adversária (ao enviar a bola diretamente à quadra adversária);</p> <p><b>R3:</b> ponto (ao enviar a bola diretamente à quadra adversária) ou coloca a bola na zona de levantamento adequadamente</p>  |

Indicadores de observação do **levantamento**, com relação ao ajustamento, eficiência, tomada de decisão e eficácia.

| <b>Componente</b>        | <b>Indicadores</b>   |
|--------------------------|--|
| <b>Ajustamento</b>       | <b>AL1:</b> desloca-se rapidamente para a posição do levantamento;<br><b>AL2:</b> ajusta a posição corporal de acordo com a trajetória da bola;<br><b>AL3:</b> estabiliza a posição corporal em função da zona de finalização do ataque (levantamento no plano frontal).   |
| <b>Eficiência</b>        | <b>EFL1:</b> contata a bola na plataforma formada pelos antebraços com os membros superiores e extensão membro (manchete) ou contata a bola acima e à frente do nível da testa (toque); <b>EFL2:</b> coordena a flexão e extensão dos membros superiores e inferiores;<br><b>EFL3:</b> no momento do contato, orienta a posição corporal para a zona de finalização do ataque. |
| <b>Tomada de decisão</b> | <b>TDL1:</b> mantém a bola em jogo na própria equipe, porém sem direcionamento (coloca a bola para cima);<br><b>TDL2:</b> imprime força e o direcionamento adequado para que a bola chegue ao jogador que realiza o ataque;<br><b>TDL3:</b> coloca a bola no jogador que está mais bem posicionado e com bloqueio mais baixo ou o melhor jogador da equipe (maior pontuador).  |
| <b>Eficácia</b>          | <b>L1:</b> erro de levantamento;<br><b>L2:</b> continuidade da ação pela própria equipe;<br><b>L3:</b> proporciona o ataque sem bloqueio ou com bloqueio simples ou quebrado.  |

Indicadores de observação do **ataque**, com relação ao ajustamento, eficiência, tomada de decisão e eficácia.

| <b>Componente</b>        | <b>Indicadores</b>  |
|--------------------------|---|
| <b>Ajustamento</b>       | <b>AA1:</b> aguarda a realização do levantamento para iniciar a corrida de aproximação (vai para o ponto de partida de ataque);<br><b>AA2:</b> adéqua a chamada de ataque de acordo com a trajetória e velocidade do levantamento;<br><b>AA3:</b> ajusta a velocidade do movimento do braço de ataque em função do bloqueio adversário.   |
| <b>Eficiência</b>        | <b>EFA1:</b> posiciona o pé contrário do membro superior dominante ligeiramente à frente;<br><b>EFA2:</b> coordena a flexão e extensão dos membros inferiores com o pêndulo dos membros superiores;<br><b>EFA3:</b> aborda a bola acima e à frente do corpo com o braço dominante estendido no momento do contato com a bola, ou contata a bola na plataforma formada pelos antebraços com os membros superiores e extensão membro (manchete), ou contata a bola acima e à frente do nível da testa (toque) |
| <b>Tomada de decisão</b> | <b>TDA1:</b> mantém a bola em jogo, porém sem direcionamento;<br><b>TDA2:</b> direciona a bola à determinado jogador (tática coletiva);<br><b>TDA3:</b> desvia a bola do bloqueio atacando no espaço livre da quadra adversária ou explora o bloqueio.  |
| <b>Eficácia</b>          | <b>A1:</b> erro de ataque;<br><b>A2:</b> continuidade da ação pela equipe adversária;<br><b>A3:</b> ponto.  |

Indicadores de observação do **bloqueio**, com relação ao ajustamento, eficiência, tomada de decisão e eficácia.

| <b>Componente</b>        | <b>Indicadores</b>  |
|--------------------------|---|
| <b>Ajustamento</b>       | <p><b>AB1:</b> adota a posição corporal com os braços levantados próximo à rede no momento do saque da própria equipe ou do primeiro toque da equipe adversária;</p> <p><b>AB2:</b> ajusta a posição corporal de acordo com a trajetória da bola e ao braço de ataque do adversário;</p> <p><b>AB3:</b> desloca-se rapidamente e ajusta o tempo de salto à velocidade e altura da execução do ataque.</p> |
| <b>Eficiência</b>        | <p><b>EFB1:</b> coordena a flexão e extensão dos membros inferiores com a extensão dos membros superiores;</p> <p><b>EFB2:</b> durante a fase aérea, os membros superiores invadem o espaço aéreo adversário;</p> <p><b>EFB3:</b> retorna ao solo em equilíbrio.</p>  |
| <b>Tomada de decisão</b> | <p><b>TDB1:</b> não efetua bloqueio na sua zona de responsabilidade;</p> <p><b>TDB2:</b> efetua bloqueio defensivo;</p> <p><b>TDB3:</b> antecipa a ação do levantamento do adversário e efetua bloqueio ofensivo.</p>   |
| <b>Eficácia</b>          | <p><b>B1:</b> erro de bloqueio (toque na rede, bloqueio para fora, etc.);</p> <p><b>B2:</b> continuidade da ação pela própria equipe ou pela equipe adversária;</p> <p><b>B3:</b> ponto</p>   |

Indicadores de observação do **saque**, com relação ao ajustamento, eficiência, tomada de decisão e eficácia.

| <b>Componente</b>        | <b>Indicadores</b>   |
|--------------------------|--|
| <b>Ajustamento</b>       | <p><b>AD3:</b> desloca-se para local provável de queda da bola (antecipação) em função da ação do ataque adversário;</p> <p><b>AD2:</b> ajusta a posição corporal na zona de responsabilidade que ocupa em função da formação do bloqueio;</p> <p><b>AD1:</b> ajusta a sua posição em função da proximidade das linhas laterais (pé esquerdo à frente quando estiver mais próximo da linha à sua esquerda ou pé direito à frente quando estiver mais próximo da linha à sua direita) antes do contato.</p> |
| <b>Eficiência</b>        | <p><b>EFD1:</b> membros inferiores semiflexionados e apoiados no chão, no momento do contato;</p> <p><b>EFD2:</b> posiciona o corpo atrás da bola e contata a bola no meio dos apoios;</p> <p><b>EFD3:</b> contata a bola na plataforma formada pelos antebraços com os membros superiores e extensão membro (manchete), ou contata a bola acima e à frente do nível da testa (toque).</p>   |
| <b>Tomada de decisão</b> | <p><b>TDD1:</b> defende a bola e envia diretamente para a quadra adversária;</p> <p><b>TDD2:</b> mantém a bola em jogo na própria equipe, porém sem direcionamento (coloca a bola para cima);</p> <p><b>TDD3:</b> imprime força e o direcionamento adequado para que a bola chegue à zona de levantamento.</p>   |
| <b>Eficácia</b>          | <p><b>D1:</b> erro de defesa;</p> <p><b>D2:</b> continuidade da ação pela equipe adversária;</p> <p><b>D3:</b> continuidade da ação pela própria equipe.</p>   |

## 9.2 ANEXO 2 - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE

Te convidamos a participar do Trabalho de Conclusão de Curso **“Análise da aprendizagem tática e técnica de universitárias iniciantes em voleibol: um estudo comparativo entre métodos tradicional e TGfU”**, sob a responsabilidade do pesquisador Felipe Rodrigues da Costa, professor da Faculdade de Educação Física da Universidade de Brasília e Marcelo Couto Jorge Rodrigues, alunos da Faculdade de Educação Física da Universidade de Brasília.

Esta pesquisa tem por objetivo analisar dois métodos de ensino dos esportes coletivos sob o olhar do voleibol analisando o aprendizado técnico e tático e a participação de iniciantes em voleibol após a aplicação de aulas utilizando o TGfU comparado com o método tradicional de ensino do voleibol. O procedimento metodológico captará a tática e a técnica das participantes antes e depois das aulas.

Tal estudo traz como benefícios poder aprofundar ainda mais sobre a forma de se ensinar o voleibol, contribuindo para a sistematização de aulas de maior qualidade, além de considerar os resultados oriundos da prática de atividade física, trazendo assim benefícios para o aspecto psicológico e físico dos dois grupos em questão.

Você receberá todos os esclarecimentos necessários antes e no decorrer da pesquisa e lhe asseguramos que seu nome não aparecerá, sendo mantido o mais rigoroso sigilo pela omissão total de quaisquer informações que permitam identificá-lo(a).

A sua participação se dará a partir de 15 sessões de treinamento, durante uma hora em dois dias da semana. Será utilizado o Instrumento de Avaliação do Desempenho Técnico-tático do Voleibol (IAD-VB). O mesmo será aplicado antes e depois das 15 sessões de treinamento, para observar se houve evolução. O IAD-VB é um teste em que as participantes serão filmadas jogando voleibol, e de acordo com o rendimento, será atribuído uma nota para cada ação técnica e tática da jogadora. As filmagens ficarão em sigilo podendo ser vistas apenas pela equipe de pesquisadores.

Você não terá nenhum custo, nem qualquer vantagem financeira. Você será esclarecido em qualquer aspecto que desejar e estará livre para participar ou recusar-se. A sua participação é voluntária e a recusa em participar não acarretará qualquer penalidade ou modificação na forma em que é atendido(a) pelo pesquisador que tratará a sua identidade com padrões profissionais de sigilo. Você não será identificado em nenhuma publicação.

A pesquisa oferece as participantes os riscos e lesões comuns da prática de uma atividade física podendo ter contato, como torções, luxações e fraturas. Porém, a pesquisa será conduzida com este tipo de preocupação, procurando evitar tal situação. Você pode se recusar a participar de qualquer procedimento a qualquer questão que lhe traga constrangimento, podendo desistir de participar da pesquisa em qualquer momento sem nenhum prejuízo para a você. Todas as despesas que você tiver relacionadas diretamente ao projeto de pesquisa (passagem para o local da pesquisa, alimentação no local da pesquisa ou exames para realização da pesquisa) serão cobertas pelo pesquisador responsável.

Caso haja algum dano direto ou indireto decorrente de sua participação na pesquisa, você poderá ser indenizado, obedecendo-se as disposições legais vigentes no Brasil.

Os resultados da pesquisa serão divulgados na Universidade de Brasília podendo ser publicados posteriormente. Os dados e materiais serão utilizados somente para esta pesquisa e ficarão sob a guarda do pesquisador por um período de cinco anos, após isso serão destruídos.

Se tiver qualquer dúvida em relação à pesquisa, por favor telefone para: Felipe Rodrigues da Costa, no telefone 61 9903 2727.

Este projeto foi Aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Ciências da Saúde (CEP/FS) da Universidade de Brasília. O CEP é composto por profissionais de diferentes áreas cuja função é defender os interesses dos participantes da pesquisa em sua integridade e dignidade e contribuir no desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos. As dúvidas com relação à assinatura do TCLE ou os direitos do participante da pesquisa podem ser obtidos através do telefone: (61) 3107-1947 ou do e-mail [cepfs@unb.br](mailto:cepfs@unb.br) ou [cepfsunb@gmail.com](mailto:cepfsunb@gmail.com), horário de atendimento de 10:00hs às 12:00hs e de 13:30hs às 15:30hs, de segunda a sexta-feira.

Este documento foi elaborado em duas vias, uma ficará com o pesquisador responsável e a outra com o você.

---

Nome / assinatura do responsável

---

Pesquisador Responsável

Nome e assinatura

Brasília, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_.

Em caso de dúvidas com respeito aos aspectos éticos desta pesquisa, você poderá consultar:

CEP - Comitê de Ética em Pesquisa/UnB. Faculdade de Ciências da Saúde -  
Campus Darcy Ribeiro. Universidade de Brasília Brasília DF 70.904-970 Brasil. **(61)**  
**31071947**

Pesquisador Responsável: Felipe Rodrigues da Costa  
Endereço: Centro Olímpico. Campus Universitário Darcy Ribeiro, Brasília - DF,  
70910-900.  
Email: [fcostavix@gmail.com](mailto:fcostavix@gmail.com).  
Telefone: (61) 9903 2727.

Pesquisador: Marcelo Couto Jorge Rodrigues  
Endereço: Centro Olímpico. Campus Universitário Darcy Ribeiro, Brasília - DF,  
70910-900.  
Email: [marcelocirodrigues@gmail.com](mailto:marcelocirodrigues@gmail.com)  
Telefone: (61) 98384 1604.

### **9.3 ANEXO 3 - Termo de Autorização para Utilização de Imagem e Som de Voz para fins de pesquisa**

Eu, \_\_\_\_\_, autorizo a utilização da minha imagem e som de voz, na qualidade de participante no Trabalho de Conclusão de Curso “Análise da aprendizagem tática e técnica de universitárias iniciantes em voleibol: um estudo comparativo entre métodos tradicional e TGfU”, sob responsabilidade do professor Felipe Rodrigues da Costa, vinculado à Faculdade de Educação Física da Universidade de Brasília.

Minha imagem e som de voz podem ser utilizados apenas para fins acadêmicos tal como análise de dados por parte da equipe de pesquisa.

Tenho ciência de que não haverá divulgação da minha imagem nem som de voz por qualquer meio de comunicação, sejam elas televisão, rádio ou internet, exceto nas atividades vinculadas ao ensino e a pesquisa explicitada acima. Tenho ciência também de que a guarda e demais procedimentos de segurança com relação às imagens e sons de voz são de responsabilidade do pesquisador responsável.

Deste modo, declaro que autorizo, livre e espontaneamente, o uso para fins de pesquisa, nos termos acima descritos, da minha imagem e som de voz.

Este documento foi elaborado em duas vias, uma ficará com o pesquisador responsável pela pesquisa e a outra com o(a) participante.

---

Assinatura do (a) participante

---

Assinatura do pesquisador



## 9.5 ANEXO 5 – Plano de Atividades Método Tradicional

| <b>Aula 1 Tradicional</b>  |  |
|--|--|
| <b>Tema da aula:</b> Passe de toque  |  |
| <b>Materiais:</b> Bolas de voleibol, cones e barbante  |  |
| <b>Espaço:</b> Ginásio poliesportivo   |  |
| <b>Duração:</b> 50 minutos   |  |
| <p style="text-align: center;"><b>Introdução (aquecimento)</b></p> <p>Corrida envolta da quadra de vôlei, ao som do apito as alunas devem fazer as seguintes ações;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Um apito: fazer o movimento do passe.</li> <li>• Dois apitos: fazer o movimento da manchete.</li> <li>• Três apitos: fazer o movimento do passe e manchete em sequência.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Desenvolvimento</b></p> <p>Em duplas, as alunas ficarão uma de frente para a outra executando as trocas de passes da maneira que será demonstrada pelo professor.</p> <p>As técnicas de passe serão:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Passe efetuado da posição fundamental do vôlei, segurando a bola sobre a cabeça empurrando a bola em direção à colega;</li> <li>• Lançando a bola o mais alto possível para que a outra aluna entre debaixo da bola e a segurando;</li> <li>• Passe com a aluna lançando a bola para cima com as duas mãos e efetuando um toque para a colega, que vai segurar a bola e repetir o procedimento;</li> <li>• Uma jogadora manda a bola para a outra que irá devolver de toque;</li> <li>• Toques livres.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Desfecho</b></p> <p>Dinâmicas na rede</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• As alunas fazem uma fila e devem uma de cada vez fazer o passe para um dos 3 professores que estarão do outro lado da quadra, começando da posição 2 passando pela posição 3 até chegar na posição 4, voltando depois para o final da fila;</li> <li>• Em duplas devem se deslocar pela quadra fazendo passes de toque por cima da rede.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Jogo formal</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jogo formal 6x6 com as regras convencionais do voleibol.</li> </ul> |  |

## Aula 2 Tradicional

**Tema da aula: Passe de toque**

**Materiais: Bolas de voleibol, cones e barbante**

**Espaço: Ginásio poliesportivo**

**Duração: 50 minutos**

### Introdução (aquecimento)

Corrida envolta da quadra de vôlei, ao som do apito as alunas devem fazer as seguintes ações;

- Um apito: fazer o movimento do passe.
- Dois apitos: fazer o movimento da manchete.
- Três apitos: fazer o movimento do passe e manchete em sequência.

### Desenvolvimento

Em duplas, uma das alunas ficará sentada enquanto a outra ficará em pé, as duas executando as trocas de passes da forma que será demonstrada pelo professor:

As técnicas de passe serão:

- Uma aluna da dupla sentada na arquibancada, jogadora sentada deve fazer o toque sem poder levantar;
- A jogadora em pé jogar a bola para cima enquanto a sentada deve se deslocar e fazer o passe, depois voltando para arquibancada;
- Jogadora em pé joga uma bola curta e a sentada deve se deslocar, passar de toque e voltar para o lugar que estava;
- Jogadora em pé joga bola em qualquer direção para o colega que deve se deslocar e fazer o toque.

### Desfecho

Dinâmicas na parede

- Toque individual na parede visando cada vez mais se afastar da mesma;
- Toques na parede em Duplas.

### Jogo formal

- Jogo formal 6x6 com as regras convencionais do voleibol.

### **Aula 3 Tradicional**

**Tema da aula: Passe de toque**

**Materiais: bolas de voleibol, cones e barbante**

**Espaço: Ginásio poliesportivo**

**Duração: 50 minutos**

#### **Introdução (aquecimento)**

Corrida envolta da quadra de vôlei, ao som do apito as alunas devem fazer as seguintes ações;

- Um apito: fazer o movimento do passe.
- Dois apitos: fazer o movimento da manchete.
- Três apitos: fazer o movimento do passe e manchete em sequência.

#### **Desenvolvimento**

Em trios, as participantes deverão fazer as seguintes ações:

- Troca de passes na parede em trios;
- Troca de passes em linha reta na qual a aluna do meio deve ficar alternando entre passes de frente e passes de costas;
- Em uma formação triangular, uma aluna faz o passe para uma das outras duas que deverá se deslocar até a bola e fazer o passe de volta para quem jogou. As funções serão alternadas;
- Passes em trios de maneira livre.

#### **Desfecho**

- Três alunas do lado da rede, professor lança a bola para elas que deverão fazer os 3 passes depois devolver para outro professor que estará do outro lado da rede.
- Jogo 3x3 de um ponto, as alunas estarão em 3 filas no fundo da quadra, cada vez um trio entra para jogar sacando, caso façam o ponto elas continuam em quadra, enquanto o time que perder sai e volta para fila.

#### **Jogo formal**

- Jogo formal 6x6 com as regras convencionais do voleibol.

## Aula 4 Tradicional

**Tema da aula: Passe de manchete**

**Materiais: Bolas de voleibol, cones e barbante**

**Espaço: Ginásio poliesportivo**

**Duração: 50 minutos**

### Introdução (aquecimento)

Corrida envolta da quadra de vôlei, ao som do apito as alunas devem fazer as seguintes ações;

- Um apito: Fazer o movimento do passe
- Dois apitos: Fazer o movimento da manchete.
- Três apitos: movimento do passe e manchete em sequência.

### Desenvolvimento

Em duplas, as alunas ficarão uma de frente para a outra executando as trocas de passes de manchete da maneira que será demonstrada pelo professor:

As técnicas de manchete serão:

- A aluna jogará a bola para cima, deixará quicar e depois fará a manchete para a colega;
- Mesma atividade da anterior, porém sem deixar a bola quicar;
- A aluna dominará a bola efetuando a manchete para si mesmo e depois passará a bola para a colega que repetirá o processo;

Em duplas, com uma das participantes sentada num banco e a outra de pé, com um pé ligeiramente à frente um do outro:

- Jogadora de pé deve jogar a bola para a aluna sentado que deverá apenas devolver a bola de manchete sem se levantar;
- Mesma da atividade anterior, porém com a aluna levantando do banco, a progressão se estende para aluna em pé jogando a bola a frente da jogadora sentada e depois para os lados, visando o deslocamento da aluna sentada.

### Desfecho

- Serão colocados cones no chão em linha reta, as alunas deverão se movimentar lateralmente aonde receberão a bola na primeira ponta dos cones e depois na última na qual deverão receber de manchete as duas vezes e depois voltar para as filas.
- As alunas em 3 filas no final da quadra, o professor fará um ataque para uma das três primeiras, que deverá receber e dar continuidade ao lance, o objetivo do trio é passar a bola para o outro lado da rede. No final de cada lance as três voltam para o final da fila.

### Jogo formal

- Jogo formal 6x6 com as regras convencionais do voleibol.

## **Aula 5 Tradicional**

**Tema da aula: Passe de manchete**

**Materiais: Bolas de voleibol, cones e barbante**

**Espaço: Ginásio poliesportivo**

**Duração: 50 minutos**

### **Introdução (aquecimento)**

Corrida envolta da quadra de vôlei, ao som do apito as alunas devem fazer as seguintes ações;

- Um apito: Fazer o movimento do passe
- Dois apitos: Fazer o movimento da manchete.
- Três apitos: movimento do passe e manchete em sequência.

### **Desenvolvimento**

Em duplas, as alunas ficarão uma de frente para a outra executando as trocas de passes de manchete da maneira que será demonstrada pelo professor:

- Uma aluna ficará atrás da outra próximo a uma parede, a jogadora de trás jogará a bola na parede e a da frente fará uma manchete em direção a parede e depois devolver a bola para trás
- Troca de manchetes em trio.

### **Desfecho**

- Um aluno de cada vez entra na quadra e deve receber a bola do professor de manchete e tentar devolver na mão do professor;
- Professor na posição 3 e as alunas na linha de fundo, professor joga a bola para cima com a direção de cair fora do campo, o jogador se desloca para tentar passar a bola de costas;
- Coluna de jogadoras na posição 4, professor na posição 5 lança a bola para cair no meio do campo, a jogadora corre para a bola de costas para o professor e passa a bola para o outro campo;

### **Jogo formal**

- Jogo formal 6x6 com as regras convencionais do voleibol.

## Aula 6 Tradicional

**Tema da aula: Saque**

**Materiais: Bolas de voleibol, cones e barbante**

**Espaço: Ginásio poliesportivo**

**Duração: 50 minutos**

### Introdução (aquecimento)

Em duplas, uma aluna de frente para outra na qual elas deverão fazer as seguintes ações:

- Jogar a bola para a outra com uma as duas mãos;
- Jogar a bola com as duas mãos;
- Jogar a bola para baixo juntamente com um salto fazendo ela quicar e chegar na outra colega;
- Cortada para baixo fazendo a bola quicar e chegar na mão da colega.

### Desenvolvimento

Atividades em dupla alternando entre saque por cima e por baixo:

- Uma de frente para a outra nas laterais da quadra, uma das alunas irá efetuar o saque por baixo visando acertar a mão da colega que irá dominar a bola com uma manchete e segurar a bola, repetindo o processo;
- Uma das alunas saca na parede enquanto a outra recebe de manchete;
- Uma aluna de cada lado da rede, tentarão passar a bola por meio do saque;
- Na mesma forma da atividade anterior porém efetuando uma manchete.

### Desfecho

Trabalho de Saque e recepção.

- Em duas filas (A e B), fila A sacando e a fila B do outro lado da quadra recebendo de manchete.
- Na mesma formação, porém com uma fila a mais recebendo (C), a fila A irá sacar para B ou C que irá tocar a bola para o professor que irá levantar a bola de volta para B ou C atacarem.

### Jogo formal

- Jogo formal 6x6 com as regras convencionais do voleibol.

## **Aula 7 Tradicional**

**Tema da aula: Ataque**

**Materiais: Bolas de voleibol, cones, bambolês e barbante**

**Espaço: Ginásio poliesportivo**

**Duração: 50 minutos**

### **Introdução (aquecimento)**

Em duplas, uma aluna de frente para outra na qual elas deverão fazer as seguintes ações:

- Jogar a bola para a outra com uma as duas mãos;
- Jogar a bola com as duas mãos;
- Jogar a bola para baixo juntamente com um salto fazendo ela quicar e chegar na outra colega;
- Cortada para baixo fazendo a bola quicar e chegar na mão da colega.

### **Desenvolvimento**

Em filas e o professor na rede (posição 3), o professor lançará a bola para a posição do ataque, o aluno deverá fazer a passada de ataque pisando em bambolês no chão e segurar no ponto mais alto. Progressões:

- A aluna corta a bola;
- A aluna passa para o professor que devolve para o ataque;
- Uma aluna faz o levantamento para outra.

### **Desfecho**

O professor saca para um trio, que deve recepcionar e dar continuidade a ação.

### **Jogo formal**

- Jogo formal 6x6 com as regras convencionais do voleibol.

## **Aula 8 Tradicional**

**Tema da aula: Ataque**

**Materiais: Bolas de voleibol, cones e barbante**

**Espaço: Ginásio poliesportivo**

**Duração: 50 minutos**

### **Introdução (aquecimento)**

Em duplas, uma aluna de frente para outra na qual elas deverão fazer as seguintes ações:

- Jogar a bola para a outra com uma as duas mãos;
- Jogar a bola com as duas mãos;
- Jogar a bola para baixo juntamente com um salto fazendo ela quicar e chegar na outra colega;
- Cortada para baixo fazendo a bola quicar e chegar na mão da colega;
- Saltando e cortando para baixo.

### **Desenvolvimento**

Em filas e o professor na rede (posição 3, o aluno deverá fazer a passada de ataque pisando em bambolês no chão e segurar no ponto mais alto.

Progressões:

- Uma aluna levanta a para a outra atacar;
- A aluna que irá atacar passa para a levantadora que devolve para o ataque;
- A levantadora passa para a aluna que vai atacar fazer a recepção de volta para a levantadora que faz o passe para o ataque na mesma.

### **Desfecho**

Será feito um jogo 6x6 tático no qual o professor que dá início a jogada, podendo lançar a bola para qualquer uma das equipes e o tempo todo pausando o jogo pra fazer correções técnicas e táticas.

### **Jogo formal**

- Jogo formal 6x6 com as regras convencionais do voleibol.

## Aula 9 Tradicional

**Tema da aula: Exercícios combinados**

**Materiais: Bolas de voleibol**

**Espaço: Duas quadras de voleibol**

**Duração: 50 minutos**

### Introdução (aquecimento)

Em duplas, uma aluna de frente para outra na qual elas deverão fazer as seguintes ações:

- Jogar a bola para a outra com uma as duas mãos;
- Jogar a bola com as duas mãos;
- Jogar a bola para baixo juntamente com um salto fazendo ela quicar e chegar na outra colega;
- Cortada para baixo fazendo a bola quicar e chegar na mão da colega;
- Saltando e cortando para baixo.

### Desenvolvimento

O professor mandará a bola para a aluna que deverá devolver a bola para o professor que estará na posição 3.

- Aluna deverá lançar a bola de manchete
- Aluna deverá lançar a bola de toque
- Mesma atividade em uma posição diferente de quadra

Três alunas do outro lado da rede, professor joga a bola para elas que deverão fazer os três passes depois devolver para o professor que estará do outro lado de quadra.

### Desfecho

Jogo 3x3 e 4x4 de um ponto, as alunas em 3 filas no fundo de quadra estarão sacando, caso façam o ponto elas continuam em quadra, o time que perder sai e volta para fila.

### Jogo formal

- Jogo formal 6x6 com as regras convencionais do voleibol.

## **Aula 10 Tradicional**

**Tema da aula: Exercícios combinados**

**Materiais: Bolas de voleibol, cones e barbante**

**Espaço: Quadra de voleibol**

**Duração: 50 minutos**

### **Introdução (aquecimento)**

Em duplas, uma aluna de frente para outra na qual elas deverão fazer as seguintes ações:

- Jogar a bola para a outra com uma as duas mãos;
- Jogar a bola com as duas mãos;
- Jogar a bola para baixo juntamente com um salto fazendo ela quicar e chegar na outra colega;
- Cortada para baixo fazendo a bola quicar e chegar na mão da colega;
- Saltando e cortando para baixo.

### **Desenvolvimento**

As alunas fazem uma fila e devem uma de cada vez, fazer e receber o passe a um dos 3 professores do outro lado da quadra, começando da posição 2, indo para 3 ate chegar na 4.

Em duplas devem se deslocar pela quadra fazendo passes por cima da rede. Professor em uma posição da quadra e a aluna em outra, que deverá correr ate a bola e passar para o outro lado de quadra. Com as progressões:

- Passes mais longos
- Passes mais curtos

### **Desfecho**

Exercícios de ataque e defesa

- Um grupo sacando e outro recebendo
- Um grupo atacando e outro levantando (ataque de saída e entrada de rede)

### **Jogo formal**

- Jogo formal 6x6 com as regras convencionais do voleibol.

## **Aula 11 Tradicional**

**Tema da aula: Dinâmicas de jogo**

**Materiais: Bolas de voleibol, cones e barbante**

**Espaço: Quadra de voleibol**

**Duração: 50 minutos**

### **Introdução (aquecimento)**

Em duplas, uma aluna de frente para outra na qual elas deverão fazer as seguintes ações:

- Jogar a bola para a outra com uma as duas mãos;
- Jogar a bola com as duas mãos;
- Jogar a bola para baixo juntamente com um salto fazendo ela quicar e chegar na outra colega;
- Cortada para baixo fazendo a bola quicar e chegar na mão da colega;
- Saltando e cortando para baixo.

### **Desenvolvimento**

As alunas irão estar distribuídas em três filas, uma menina atacando, outra levantando, e uma na outra quadra recepcionando o ataque e devolvendo a bola para o professor que estará na posição 3 recebendo as bolas como um levantador.

Na mesma dinâmica as alunas dessa vez irão se dividir em uma aluna sacando e outras duas recebendo no fundo da outra quadra.

Ao terminarem as 3 alunas trocam de filas.

### **Desfecho**

Jogo 6x6 com as alterações:

- Só podendo passar de manchete
- Só podendo passar de toque
- O ponto só é garantido caso a bola seja passada por meio de um ataque

### **Jogo formal**

- Jogo formal 6x6 com as regras convencionais do voleibol.

## **Aula 12 Tradicional**

**Tema da aula: Dinâmicas de jogo**

**Materiais: Bolas de voleibol, cones e barbante**

**Espaço: Quadra de voleibol**

**Duração: 50 minutos**

### **Introdução (aquecimento)**

Em duplas, uma aluna de frente para outra na qual elas deverão fazer as seguintes ações:

- Jogar a bola para a outra com uma as duas mãos;
- Jogar a bola com as duas mãos;
- Jogar a bola para baixo juntamente com um salto fazendo ela quicar e chegar na outra colega;
- Cortada para baixo fazendo a bola quicar e chegar na mão da colega;
- Saltando e cortando para baixo.

### **Desenvolvimento**

Será feito um jogo 2x2, 3x3 e 4x4 com quadra reduzida.

### **Desfecho**

Jogo 6x6 sem saque, na qual duas alunas que estiverem de fora que começarão a jogada jogando a bola do lado de fora da quadra.

-Só é considerado ponto se forem feitos os 3 toques na bola antes de passar a bola para a outra quadra.

### **Jogo formal**

- Jogo formal 6x6 com as regras convencionais do voleibol.

## 9.6 ANEXO 6 - Plano de Atividades Método TGfU

| <b>Aula 1 TGfU</b>   |  |
|--|--|
| <b>Tema da aula:</b> Passe de toque  |  |
| <b>Materiais:</b> Bolas de voleibol, cones e barbante  |  |
| <b>Espaço:</b> Ginásio poliesportivo   |  |
| <b>Duração:</b> 50 minutos   |  |
| <p style="text-align: center;"><b>Introdução (aquecimento)</b></p> <p>Uma aluna será a pegadora, ela e as demais alunas deverão correr somente sobre as linhas da quadra de vôlei dessa forma se familiarizando com a quadra, ao ser pega a aluna vira a pegadora.</p> <p style="text-align: center;"><b>Desenvolvimento</b></p> <p>Em grupos de quatro alunas que deverão ficar na atrás da linha do fundo da quadra, ao sinal do professor, elas deverão trocar passes entre si e se deslocar, visando ultrapassar a linha determinada pelo professor. Variações para a atividade:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pode segurar a bola antes de dar o passe;</li> <li>• A jogadora que der o passe deverá ficar parada;</li> <li>• Não poderão ser efetuados manchetes;</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Desfecho</b></p> <p>Jogos reduzidos aonde só pode se passar de toque.</p> <p>Jogo 1x1 e 2x2 com as variações:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Deve segurar a bola durante todos os toques;</li> <li>• Apenas pode segurar a bola durante o primeiro toque;</li> <li>• Não podendo mais segurar a bola.</li> </ul> <p>Jogo 1x1+1, sendo que esse +1 é o coringa e joga como levantador para as duas equipes. Variações:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Deve segurar a bola durante todos os toques;</li> <li>• Apenas pode segurar a bola durante o primeiro toque;</li> <li>• Não podendo mais segurar a bola.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Jogo formal</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jogo formal 6x6 com as regras convencionais do voleibol</li> </ul> |  |

## **Aula 2 TGfU**

**Tema da aula: Passe de toque**

**Materiais: Bolas de voleibol, cones e barbante**

**Espaço: Ginásio poliesportivo**

**Duração: 50 minutos**

### **Introdução (aquecimento)**

A turma será separada em grupos de seis a oito integrantes. Dispostos em roda, tendo cada pessoa uma bola em mãos, é dado um comando para lançarem a bola acima da cabeça, a fim de que caia no mesmo lugar do qual saiu. Porém, quem irá recepcionar essa bola será o colega do lado, pois, enquanto a bola está no ar, todos deverão dar um passo para o mesmo lado, a tempo de receber a bola que o colega lançou.

### **Desenvolvimento**

Jogos reduzidos aonde só pode se passar de toque

Jogo 1x1, 2x2 e 4x4 com as variações:

- Deve segurar a bola durante todos os toques;
- Apenas pode segurar a bola durante o primeiro toque;
- Não podendo mais segurar a bola.

### **Desfecho**

Jogo 6x6 aonde a quadra será dividida em 4 quadrantes, cada um valendo uma pontuação. O jogo seguirá a dinâmica do voleibol, sendo a pontuação realizada a partir da queda da bola nas zonas enumeradas. Exemplo: a bola tocando o solo na zona de três, vale três pontos.

### **Jogo formal**

- Jogo formal 6x6 com as regras convencionais do voleibol.

### **Aula 3 TGfU**

**Tema da aula: Passe de toque**

**Materiais: bolas de voleibol, cones e barbante**

**Espaço: Ginásio poliesportivo**

**Duração: 50 minutos**

#### **Introdução (aquecimento)**

Será feito uma dinâmica com 3 ou 4 jogadoras e uma no meio, as jogadoras deverão fazer passes para as colegas enquanto a jogadora do meio deve encostar na bola, ao encostar, a pessoa que tocou na bola antes vai para o meio, caso uma pessoa erre o passe, deverá trocar com a pessoa do meio.

#### **Desenvolvimento**

Jogos reduzidos aonde só pode se passar de toque:

- Jogo 2x0, nesse jogo a dupla irá jogar contra elas mesmas, sendo que a bola pode quicar uma vez no chão.
- Jogo 1x1+1 e 2x1+1, sendo que esse +1 é o coringa e joga como levantador para as duas equipes.

#### **Desfecho**

Jogo 6x6 na qual a pontuação é a a partir de quantos passes o time fez antes de pontuar. Exemplo: caso o time faça 5 passes ao jogar para o outro lado da quadra e a bola cair, esse time ganha 5 pontos. As seguintes progressões serão feitas:

- Limite de 5 passes;
- Caso o time erre, o outro time que ganha os pontos de acordo com a quantidade de passes e o mesmo deu.

#### **Jogo formal**

- Jogo formal 6x6 com as regras convencionais do voleibol.

## **Aula 4 TGfU**

**Tema da aula: Passe de manchete**

**Materiais: Bolas de voleibol, cones e barbante**

**Espaço: Ginásio poliesportivo**

**Duração: 50 minutos**

### **Introdução (aquecimento)**

Em duplas, o objetivo do aquecimento consiste em tocar nos joelhos da sua dupla, podendo se esquivar e tentar tirar a mão da colega a aluna que conseguir mais toques vence.

### **Desenvolvimento**

Em duplas, uma de frente para outra, deverão fazer uma troca de passes com o objetivo de chegar ao outro lado da quadra. Sempre uma de costas e a outra de frente. Após chegar no final da quadra elas voltam.

Jogos reduzidos aonde só pode se passar de manchete:

- Jogo 1x1;
- Jogo 1x1+1, sendo que esse +1 é o coringa e joga como levantador e poderá passar de toque para as duas equipes.

### **Desfecho**

Jogo 6x6 na qual a aluna que errar sai do jogo e executa manchetes fora de quadra com as outras jogadoras. Ganha o time que eliminar todas da quadra adversaria. Progressão:

- Se a equipe conseguir fazer um ponto direto, sem que possa ser considerado um erro individual da outra equipe, a equipe que pontuou retorna uma de suas integrantes;
- Só pode utilizar a manchete.

### **Jogo formal**

- Jogo formal 6x6 com as regras convencionais do voleibol.

## **Aula 5 TGfU**

**Tema da aula: manchete**

**Materiais: Bolas de voleibol, cones e barbante.**

**Espaço: Ginásio poliesportivo**

**Duração: 50 minutos**

### **Introdução (aquecimento)**

Em duplas, o objetivo do aquecimento consiste em tocar nos joelhos da sua dupla, podendo se esquivar e tentar tirar a mão da colega a aluna que conseguir mais toques vence.

### **Desenvolvimento**

Jogos reduzidos aonde só pode se passar de manchete:

- Jogo 1x1;
- Jogo 2x1
- Jogo 3x1
- Jogo 3x2

### **Desfecho**

Com um time de cada lado, quantidade de pessoas por time ilimitada, o jogo consiste em um jogo de vôlei convencional porém não terá limite de quadra, a rede será segurada por dois monitores que fazem movimentos aleatórios, podendo diminuí-la, abaixá-la ou até mesmo trocar de posição, os times devem se movimentar de acordo com o movimento da rede.

### **Jogo formal**

- Jogo formal 6x6 com as regras convencionais do voleibol.

## **Aula 6 TGfU**

**Tema da aula: Saque**

**Materiais: Bolas de voleibol, cones e barbante.**

**Espaço: Ginásio poliesportivo**

**Duração: 50 minutos**

### **Introdução (aquecimento)**

Será feito um pique na qual a jogadora receber o toque da pega devera ficar parada com as mãos para cima, para poder andar de novo outra aluna deve chegar perto e tocar na mão estendida da colega. Após um tempo mais pegos serão designados.

### **Desenvolvimento**

Dividido em dois times, o objetivo é tentar deixar o máximo de bolas no campo adversário no tempo que será determinado pelo professor. Ao final do tempo é contado as bolas e o time que conseguir colocar mais bolas no campo adversário ganha. As alunas só podem efetuar o saque do fundo da quadra. Variações:

- Saque por baixo;
- Saque por cima.

### **Desfecho**

A quadra será dividida em 12 zonas, as alunas devem sacar visando acertar uma delas, ao acertar ela se desloca para a zona e lá fica. A próxima jogadora deve sacar na zona em que a companheira de time está, se conseguir, escolhe uma zona para ficar, se não, volta para fila. Objetivo é que todas as alunas estejam em suas zonas.

Quadra será dividida em 6 áreas de acordo com as posições do voleibol. Cada área equivale a uma pontuação, o time que conseguir ter o maior somatório de pontos ganha.

### **Jogo formal**

- Jogo formal 6x6 com as regras convencionais do voleibol.

## **Aula 7 TGfU**

**Tema da aula: Ataque**

**Materiais: Bolas de voleibol, cones e barbante.**

**Espaço: Ginásio poliesportivo**

**Duração: 50 minutos**

### **Introdução (aquecimento)**

Será feito um jogo chamado 5 corta, em grupos, as alunas deverão passar a bola entre si, no quinto toque da bola, a jogadora deverá dar uma cortada visando acertar as pernas da colega. Caso acerte, ganha um ponto. Caso a outra jogadora consiga fazer uma manchete na bola cortada, ponto para quem defendeu.

### **Desenvolvimento**

Em equipes, o objetivo da dinâmica será marcar um gol fazendo ação de cortada voleibol. A distância entre o gol e o local de ataque será da linha de 7 metros da quadra de handball. Uma aluna deverá levantar para a outra da seguinte maneira:

- A aluna que irá atacar levanta para a colega que irá segurar a bola e depois passar;
- A aluna que irá atacar levanta para a colega que passa a bola diretamente.

### **Desfecho**

Jogos reduzidos 2x2 e 3x3 com levantador fixo, na qual o objetivo principal é ter continuidade no jogo, então todas as jogadoras da quadra são do mesmo time, a jogadora que está atacando deverá cortar na mão da defensora, para que ela possa receber e passar a bola para sua levantadora dando assim, continuidade a ação:

- No primeiro momento o levantador irá segurar a bola antes de passar para o atacante;
- Jogo sem poder segurar a bola.

### **Jogo formal**

- Jogo formal 6x6 com as regras convencionais do voleibol.

## **Aula 8 TGfU**

**Tema da aula: Ataque**

**Materiais: Bolas de voleibol, cones e barbante.**

**Espaço: Ginásio poliesportivo**

**Duração: 50 minutos**

### **Introdução (aquecimento)**

Será feito um jogo chamado 5 corta, em grupos, as alunas deverão passar a bola entre si, no quinto toque da bola, a jogadora deverá dar uma cortada visando acertar as pernas da colega. Caso acerte, ganha um ponto. Caso a outra jogadora consiga fazer uma manchete na bola cortada, ponto para quem defendeu.

### **Desenvolvimento**

Utilizando a rede convencional serão feitos jogos 4x4 utilizando metade da rede, serão 2 jogos simultâneos por quadra. Cada jogador terá uma função específica, será um atacante, um levantador e 2 defensores. Com a progressão:

- Os defensores devem segurar a bola ao receber;
- O levantador deve segurar a bola ao defender;
- Não é permitido segurar mais a bola.

### **Desfecho**

Será um jogo 6x6 aonde apenas o levantador pode ficar à frente da linha dos 3, ou a pessoa que for atacar. Para receber também é permitido entrar na área, porem após a ação, deverá sair dela.

### **Jogo formal**

- Jogo formal 6x6 com as regras convencionais do voleibol.

## Aula 9 TGfU

**Tema da aula: Serie de jogos**

**Materiais: Bolas de voleibol**

**Espaço: Duas quadras de voleibol**

**Duração: 50 minutos**

### Introdução (aquecimento)

A turma será separada em grupos de seis a oito integrantes. Dispostos em roda, tendo cada pessoa uma bola em mãos, é dado um comando para lançarem a bola acima da cabeça, a fim de que caia no mesmo lugar do qual saiu. Porém, quem irá recepcionar essa bola será o colega do lado, pois, enquanto a bola está no ar, todos deverão dar um passo para o mesmo lado, a tempo de receber a bola que o colega lançou.

### Desenvolvimento

Jogo 6x6 na qual a aluna que errar sai do jogo e executa manchetes fora de quadra com as outras jogadoras. Ganha o time que eliminar todas da quadra adversaria. Progressão:

- Se a equipe conseguir fazer um ponto direto, sem que possa ser considerado um erro individual da outra equipe, a equipe que pontuou retorna uma de suas integrantes.

### Desfecho

Jogo 6x6 na qual a pontuação é a a partir de quantos passes o time fez antes de pontuar. Exemplo: caso o time faça 3 passes ao jogar para o outro lado da quadra e a bola cair, esse time ganha 3 pontos. As seguintes progressões serão feitas:

- Limite de 5 passes;

### Jogo formal

- Jogo formal 6x6 com as regras convencionais do voleibol.

## Aula 10 TGfU

**Tema da aula: Serie de jogos**

**Materiais: Bolas de voleibol**

**Espaço: Quadra de voleibol**

**Duração: 50 minutos**

### Introdução (aquecimento)

As alunas deverão formar grupo e trabalhar os seguintes aspectos:

- Passes só de toque
- Passes só de manchete
- Um jogo de 5 corta

### Desenvolvimento

Jogos reduzidos

- Utilizando uma quadra reduzida, farão um jogo de 3x0, na qual a mesma dupla irá jogar contra elas mesmas, podendo a bola quicar uma vez no chão
- Jogo 2x1+1 na qual esse +1 é o coringa e jogará para a equipe que tiver a posse da bola
- Jogo 3x1+1 na qual esse +1 é o coringa e jogará para a equipe que tiver a posse da bola

Nesses jogos cada jogadora terá uma função predeterminada (1 levantador e dois defensores/atacantes)

### Desfecho

Utilizando a rede convencional serão feitos jogos 4x4 utilizando metade da rede, serão 2 jogos simultâneos por quadra. Cada jogador terá uma função específica, será um atacante, um levantador e 2 defensores.

### Jogo formal

- Jogo formal 6x6 com as regras convencionais do voleibol.

**Aula 11 TGfU****Tema da aula: Serie de jogos****Materiais: Bolas de voleibol****Espaço: Quadra de voleibol****Duração: 50 minutos****Introdução (aquecimento)**

As alunas deverão formar grupo e trabalhar os seguintes aspectos:

- Passes só de toque
- Passes só de manchete
- Um jogo de 5 corta

**Desenvolvimento**

Jogo 3x3 e 4x4 de um ponto, as alunas em 3 filas no fundo de quadra estarão sacando, caso façam o ponto elas continuam em quadra, o time que perder sai e volta para fila.

**Desfecho**

Jogo 6x6 com as alterações:

- Só podendo passar de toque
- Só podendo passar de manchete
- O ponto só é garantido caso a bola seja passada por meio de um ataque

**Jogo formal**

- Jogo formal 6x6 com as regras convencionais do voleibol.

## Aula 12 TGfU

**Tema da aula: Serie de jogos**

**Materiais: Bolas de voleibol**

**Espaço: Quadra de voleibol**

**Duração: 50 minutos**

### Introdução (aquecimento)

As alunas deverão formar grupo e trabalhar os seguintes aspectos:

- Passes só de toque
- Passes só de manchete
- Um jogo de 5 corta

### Desenvolvimento

Jogo 6x6 na qual a aluna que errar sai do jogo e executa manchetes fora de quadra com as outras jogadoras. Ganha o time que eliminar todas da quadra adversaria. Progressão:

- Se a equipe conseguir fazer um ponto por meio de uma cortada, ela pode retornar uma aluna para o seu lado do campo.

### Desfecho

Jogo 6x6 na qual a pontuação é a a partir de quantos passes o time fez antes de pontuar. Exemplo: caso o time faça 3 passes ao jogar para o outro lado da quadra e a bola cair, esse time ganha 3 pontos. As seguintes progressões serão feitas:

- Caso o time consiga passar a bola por meio de uma cortada, o time ganha o dobro de pontos naquela jogada

### Jogo formal

- Jogo formal 6x6 com as regras convencionais do voleibol.