

PAULO ALEXANDRE BRUGGEMAM

MINI-VOLEIBOL: TEORIA E PRÁTICA

Monografia apresentada à Disciplina de Seminário de Monografia como requisito de conclusão de Licenciatura em Educação Física, do Departamento de Educação Física, Setor de Ciências Biológicas, da Universidade Federal do Paraná.

PROFESSOR ORIENTADOR: WANDERLEY MARCHI JR

“Eduque os meninos, e não será preciso castigar os homens” (PITÁGORAS).

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, que iluminou meus passos por esse longo caminho até o término deste curso. Agradeço também a meus pais, minha irmã e minha namorada que estiveram junto comigo durante toda esta jornada, e que me ajudaram sempre quando eu precisei de apoio. Agradeço ao professor Wanderley Marchi Jr, que me orientou sempre da maneira mais positiva para a condução deste trabalho de conclusão do curso de Licenciatura em Educação Física. E finalmente, agradecer novamente a Deus, que me deu o privilégio de fazer bons amigos nestes quatro anos de curso.

SUMÁRIO

RESUMO	vi
1.0 INTRODUÇÃO	1
1.1 PROBLEMA	1
1.2 JUSTIFICATIVA	1
1.3 OBJETIVOS	2
1.3.1 GERAL	2
1.3.2 ESPECÍFICOS.....	2
1.4 HIPÓTESE	2
1.5 PERGUNTA NORTEADORA	3
2.0 REVISÃO DE LITERATURA	4
2.1 MINI-VOLEIBOL: O QUE A TEORIA PROPÕE	4
2.1.1 CONSIDERAÇÕES INICIAIS SOBRE O MINI-VOLEIBOL	4
2.1.2 O QUE SE ENSINA NO MINI-VOLEIBOL	5
2.1.3 FASES DO MINI-VOLEIBOL.....	6
2.1.4 PREPARAÇÃO FÍSICA PARA O MINI-VOLEIBOL	9
2.1.5 AS REGRAS DO MINI-VOLEIBOL.....	10
2.1.6 ASPECTOS TÁTICOS DO MINI-VOLEIBOL.....	11
2.2 REXONA: O MINI-VOLEIBOL COLOCADO EM PRÁTICA	12
2.2.1 HISTÓRICO DO CENTRO REXONA	12
2.2.2 METODOLOGIA UTILIZADA PELO REXONA.....	13
2.2.3 ESTRUTURAÇÃO DAS AULAS.....	14
2.2.4 DIMENSÕES DA QUADRA, IDADE E ALTURA DA REDE	15
2.2.5 CATEGORIAS: CARACTERÍSTICAS GERAIS E REGRAS BÁSICAS.....	15
2.2.5.1 BABY-VÔLEI	15
2.2.5.2 MINI-VÔLEI 3 X 3	16
2.2.5.3 MINI-VÔLEI 4 X 4	17
2.2.5.4 VÔLEI	18
2.2.6 CONTEÚDOS POR CATEGORIA	19
3.0 COMPARAÇÃO DE METODOLOGIAS: TEORIA X PRÁTICA	21

4.0 METODOLOGIA	24
5.0 CONCLUSÃO	25
6.0 REFERÊNCIAS	28

RESUMO

O estudo fez uma comparação entre temáticas, a teoria e a prática das metodologias sobre o Mini-Voleibol. O objetivo foi verificar se a prática contempla todos os aspectos citados pela teoria. Para fazer as comparações foi feito uma revisão de literatura sobre os autores que tratam do Mini-Voleibol e pela prática foi descrita a metodologia preconizada pelo Centro Rexona de Excelência do Voleibol. E através da análise e comparação das metodologias ficou evidenciado de que a prática contempla todos os aspectos relatados pela teoria.

1.0 INTRODUÇÃO

O presente estudo surge com a finalidade de afrontar o Mini-Voleibol citado pela literatura, com o preconizado e utilizado pelo Centro Rexona de Excelência do Voleibol, buscando apontar diferenças e afinidades entre teoria e prática e o porquê que estas acontecem.

1.1 PROBLEMA

Muito se fala em treinamento desportivo precoce, onde crianças cada vez mais cedo surgem no esporte, mas também saindo cada vez mais cedo devido ao excesso de treinos, gerando contusões cada vez mais sérias. O Mini-Voleibol seria uma ótima saída para a iniciação das crianças no Voleibol, sem treinamentos forçados, mas sim, treinamentos adequados a cada faixa etária, indo assim adaptando o indivíduo as realidades e necessidades do esporte que pretende iniciar.

Nem todos os alunos terão a oportunidade de estar convivendo com um ambiente que se utilize do Mini-Voleibol como metodologia, mas em contraponto, muitas crianças, principalmente as de classe mais baixa, praticam dessa técnica mas a sua maneira. Exemplo disso acontecem quando as crianças improvisam bolas, redes, dentre outras coisas.

Isso seria um aspecto muito importante para o estudo do Mini-Voleibol e também um maior incentivo para o mesmo, mostrando o que a literatura traz sobre o Mini-Voleibol. Assim pode-se também mostrar que o Mini-Voleibol vem sendo tratado de maneira coerente por um centro especializado nesta prática.

1.2 JUSTIFICATIVA

O estudo do Mini-Voleibol se faz necessário por ser um interessante sistema que atende as expectativas tanto do desenvolvimento quanto da aprendizagem. GIONÉDIS(1992) E realmente, através de um estudo bibliográfico sobre o Mini-Voleibol é que se pode mostrar como essa metodologia funciona e segundo os autores quais são suas vantagens para os seus praticantes.

A outra parte do estudo também se faz de grande importância por que irá ser feito um relato de como é que funciona na prática a metodologia do Mini-Voleibol,

podendo visualizar diferenças entre a prática e a teoria e se as mesmas realmente existirem, os porquês que levam a estas diferenças.

Este estudo sobre o Mini-Voleibol se faz de grande importância, já que segundo MONTEIRO(1966), o Mini-Voleibol é uma mudança muito interessante do Voleibol, adaptando-se ao aluno e movimentando mais o jogo, tornando-o muito mais atraente. Este jogo amplia todas as possibilidades do jogador. E sendo assim, com esse aprendizado mais interessante e ampliando as possibilidades dos jogadores, esta revisão sobre a metodologia do Mini-Voleibol se faz necessária, estimulando cada vez mais a prática do Voleibol, através do Mini-Voleibol, trazendo sempre mais pessoas ao esporte e quem sabe, futuros atletas do Voleibol.

1.3 OBJETIVOS

1.3.1 GERAL:

Revisar a literatura através de autores que tratem sobre o Mini-Voleibol e que relatem a metodologia de trabalho que utilizam, comparando com a metodologia do Centro Rexona de Excelência do Voleibol para verificar possíveis diferenças e semelhanças entre as duas formas de se trabalhar o Mini-Voleibol.

1.3.2 ESPECÍFICOS:

- Revisar a literatura sobre a metodologia do Mini-Voleibol.
- Descrever a metodologia do Mini-Voleibol utilizada pelo Centro Rexona de Excelência do Voleibol.
- Comparar as idéias das duas metodologias citadas nos itens anteriores.

1.4 HIPÓTESE

- A prática do Mini-Voleibol feita pelo Rexona contempla todos os aspectos da metodologia proposta pela teoria.

1.5 PERGUNTA NORTEADORA

Existem diferenças entre a metodologia proposta pelo Centro de Excelência do Voleibol (Rexona) e as metodologias levantadas na revisão de literatura?

2.0 REVISÃO DE LITERATURA

Neste capítulo será contido de três grandes tópicos, que conterão o que a teoria e prática propõem e também uma discussão sobre os tópicos anteriores.

2.1 MINI-VOLEIBOL: O QUE A TEORIA PROPÕE

Nesse sub-capítulo será feita uma revisão de literatura sobre os autores que tratem do Mini-Voleibol, relatando qual a metodologia que os mesmos utilizam, o que propõem, no que se baseiam e quais os melhores métodos a serem utilizados, os porquês de se utilizar o Mini-Voleibol.

2.1.1 Considerações iniciais sobre o Mini-Voleibol

O Mini-Voleibol, ou vôlei 3 contra 3 em campo reduzido e com regras adaptadas às crianças, é a resposta ao problema do seu desenvolvimento e expansão. É um jogo completo, que flui livremente, exprimindo gestos naturais. É um jogo para crianças entre 9-13 anos. Além disso, é apropriado para iniciantes mais velhos que ainda não estejam preparados para o jogo normal. (MINI-VOLEIBOL, 2004)

Segundo BAACKE(1972), o Mini-Voleibol oferece uma forma de jogo adaptável às necessidades e capacidades de crianças de 9 a 12 anos, de acordo com os bons princípios de ensinamento.

MONTEIRO(1966) coloca o Mini-Voleibol como uma modificação interessante que se adapta aos alunos, tornando o aprendizado mais movimentado e mais atraente. Este jogo amplia todas as possibilidades do jogador.

Os requisitos aprendizagem específicos para o Mini-Voleibol se adquirem mediante jogos de movimento e exercícios em forma de jogo, cuja estrutura e condições de jogo o principiante já conhece. Os jogos de movimentos e as formas de jogo são modificadas sob pontos de vista didáticos, para introduzir o principiante à ação do jogo. (GOTSCH, 1983)

Em linhas gerais, o Mini-Voleibol é um meio e não um fim. Consiste numa nova metodologia, num processo pedagógico empolgante que proporciona as crianças iniciarem-se no Voleibol numa tenra idade e de uma forma atraente e

totalmente revolucionária para os padrões atuais. Não se resume somente numa redução do campo e número de participantes, mas numa notável relação espaço – tempo compatível com as idades e habilidades individuais. Todo esse complexo voltado para um desenvolvimento integral da criança, mantendo-a permanentemente interessada e atuante, independente da fase que se encontre. (SILVA,1999)

2.1.2 O que se ensina no Mini-Voleibol

No Mini-Voleibol ensinamos apenas as técnicas fundamentais que são necessárias ao jogo: (BAACKE, 1972)

- saque – por baixo e tipo tênis
- recepção de saque – de toque e manchete
- passe / levantada – de toque (em pé), de toque (agachado), de manchete
- ataque – de toque (passar a bola para o outro lado), largada e cortada
- bloqueio – simples
- defesa – de toque (em pé ou agachado)
 - de toque (com rolamento)
 - defesa (de manchete, com mergulho, com um braço)

Outros elementos também são ensinados, como tática, aspectos psicossociais e pedagógicos. No aspecto tático: (NOVIDADES, 2004)

- Deslocamentos e passes em ângulos
- Relações no campo:
 - Indivíduo
 - Indivíduo e os companheiros
 - Indivíduo e os adversários

No aspecto psicossocial:

- Participação e interesse
- Integração ao grupo
- Concentração e observação

No aspecto pedagógico:

- Situações de jogo
- Situações – problema
- Situações de tomada de consciência = eleição do gesto esportivo

A demonstração dos métodos, jogos e exercícios é o melhor meio de ensinamento. Portanto, as diferentes técnicas devem ser ensinadas por meio de aulas práticas. (BAACKE, 1972a)

As explicações devem ser breves, expressivas e compreensivas a todos. Nessa fase as intensas execuções formam as primeiras impressões motrizes, impressões estas que tem um grande significado para uma acentuada representação do movimento estudado. Durante o aprendizado dos fundamentos deve se aplicar dois métodos; o global e o por partes, sendo que se parte do global, caso seja complexo (exista necessidade) passa-se ao por partes (neste método ficar o menor tempo possível para que a criança automatize a parte falha mas não perca a idéia do todo) e assim que possível voltar ao global. (SILVA, 1999)

2.1.3 Fases do Mini-Voleibol

O Mini-Voleibol é constituído de algumas fases, que irão adaptando o aluno até que o mesmo consiga adaptar-se ao Voleibol propriamente dito. Na literatura fora encontrado duas classificações de fases que o Mini-Voleibol utiliza.

Segundo CORDEIRO(1995) citado por SILVA(1999), a classificação do Mini-Voleibol acontece em 04 etapas, sendo:

1º Etapa : Base para o Mini-Voleibol:

Deve-se fazer a familiarização da criança com a bola, quadra e rede; ensinando as posturas básicas e movimentações na quadra: segurando, arremessando e rolando diferentes tipos de bola (futebol, basquete, tênis), proporcionar a prática de diferentes tipos de jogos para desenvolver qualidades físicas como velocidade, agilidade, força e reação, sendo o jogo 1x1.

2º Etapa : Preparação para o Mini-Voleibol:

Introdução da manchete e saque por baixo, permitindo um jogo simples, 2x2, desenvolvendo o passe em situações de ataque e defesa.

Há contínuo desenvolvimento na preparação física básica, através de movimentos rápidos na direção da bola, rolamentos, saltos de diferentes formas.

São ensinados os primeiros princípios táticos, como formação inicial, movimentos de acordo com as situações de jogo, cooperação com colega, observação do oponente e posicionamento na quadra.

3º Etapa : Introdução e Aperfeiçoamento do Mini-Voleibol:

Esta etapa pode ser dividida em 02 fases:

Fase "A" – Introdução do saque tipo tênis e do ataque para melhora do sistema ofensivo; a manchete para recepção de saque e da defesa, para melhora do sistema defensivo.

Na preparação física deve-se desenvolver mergulhos e saltos com corrida. Realização de pequenos jogos e Mini-Voleibol 3x3 com regras adaptadas e sistema básico e tático de ataque e defesa.

Fase "B" – Introdução do bloqueio e melhora dos fundamentos e habilidades técnicas e táticas com diferentes variações de ataque e melhora no levantamento, habilidades de defesa com queda, rolamento e mergulho.

Desenvolve-se a resistência na preparação física e o Mini-Voleibol 4x4.

4º Etapa : Transição:

Período de adaptação e mudança do Mini-Voleibol para o Voleibol normal, pois todos os elementos básicos estão disponíveis através das 03 etapas iniciais.

As regras do Mini-Voleibol seguem as seguintes modificações:

01– Número menor de jogadores por equipe, de acordo com a etapa do processo de ensino / aprendizagem.

02– O tamanho da quadra é menor, segundo idade e nível de jogo, requerendo menor força e movimento, reduzindo o número de interrupções.

03– A altura da rede é menor, proporcionando as crianças atacarem e defenderem, de acordo com sua estatura e habilidade de salto

04– O tamanho e peso da bola e de menor circunferência e mais leve, adaptadas as mãos e força das crianças.

05– As regras são adaptadas, para auxílio da criança no ato de jogar.

As crianças querem jogar. Elas não gostam de ter exercícios desinteressantes ou práticas demoradas. Por isso, usamos um esquema para ensinar lentamente, onde os fundamentos principais são demonstrados durante o jogo. (BAACKE, 1972a)

E segundo BAACKE(1972a), o Mini-Voleibol fica estruturado em 5 fases, que são:

1º Fase – Preparação para o Mini-Voleibol

Aprender a arremessar e receber e movimentar-se na quadra, do modo como se joga, através de:

- Diferentes jogos com variação de recepção, arremesso e movimentação dentro da quadra.
- Exercícios de arremessar e receber
- Jogo “bola sobre a rede”, 1 contra 1 ou 2 contra 2.

2º Fase – Normas básicas do Mini-Voleibol

Aprender a passar e movimentar-se, colocando-se sob a bola, o ponto mais importante da aprendizagem, através de:

- Exercícios especiais e diferentes jogos de receber e atirar a bola, e mover-se na quadra.
- Jogo “bola sobre a rede”, 2x2 ou 3x3, com bolas de diferentes tamanhos e pesos, atirando e recebendo.
- Jogo de Voleibol, 1x1, usando-se uma quadra pequena (2mx2m) e a rede na altura de 2.20m/2.30m, para que a jogada tenha maior duração; a bola deve ser passada como em um jogo normal.

3º Fase – Baby-Voleibol

Aprender os fundamentos: saque, recepção, passes e levantamento, ataque com corrida e salto, e defesa, introduzindo-se a idéias básica do Voleibol de conjunto, através de:

- Exercícios especiais e diferentes atividades para treinar recepção, passe, ataque e saque por baixo.
- Exercícios especiais para deslocamento e salto, receber e arremessar.
- Jogo “bola sobre a rede”, 2x2 ou 3x3, com bolas pesadas e quadras de diferentes tamanhos.
- Jogo de Voleibol 2x2, utilizando-se uma quadra pequena (aproximadamente 3m x 4m) e rede alta (aproximadamente 2.10m/2.20m) sacando na ordem normal do rodízio.

4º Fase – Mini-Voleibol

Aprendizagem do saque-tênis, recepção de manchete e formas básicas de cortada. Em seguida: recepção de saque e ataque, bloqueio simples, alto sem corrida (para bater), rolamento e mergulho, táticas fundamentais e jogo 3x3, através de:

- Exercícios especiais para aprender e aperfeiçoar as técnicas mencionadas.

- Exercícios básicos de tática como passe e primeiro ataque, passe com recuperação e contra-ataque, cobertura de jogadas e dos espaços vazios
- Jogos competitivos dentro das regras do Mini-Voleibol

5º Fase – O Jogo 6x6

A aprendizagem das variações básicas de saque, recepção, levantada, cortada, bloqueio e recuperação. Aprendizagem da tática do jogo 6x6 e regras. Se houver dificuldade, o próximo passo pode ser o uso do sistema 4x4.

Ordem da técnica do aprendizado:

- Receber e atirar
- Toque (1x1)
- Saque e recepção (somente toque, sem manchete (2x2))
- Cortada, recepção e recuperação através da defesa, bloqueio simples (3x3)

2.1.4 Preparação Física Para o Mini-voleibol

Para a grande maioria das atividades físicas, necessita-se de uma boa preparação física, para suportar a atividade e conseguir desempenhá-la da melhor maneira possível, mantendo sempre um bom nível da técnica. E com o Mini-Voleibol não é diferente.

As crianças necessitam de uma preparação física básica e variada. Os principais componentes são: reação/agilidade/velocidade, movimentação em campo, salto, rolamento e mergulho. Todas essas habilidades podem ser desenvolvidas por meio de exercícios de Voleibol, mas serão adquiridas mais rapidamente através de diferentes tipos de jogo, com diferentes tipos de bolas, como o Mini-Voleibol preconiza. (BAACKE, 1972a)

Segundo MAcGREGOR(1977), os fatores de desenvolvimento físico importantes para o Voleibol são:

- Força muscular;
- Resistência muscular;
- Flexibilidade;
- Agilidade
- Preparação cardiovascular.

2.1.5 As Regras do Mini-Voleibol

As regras do Mini-Voleibol segue basicamente as regras características do Voleibol normal, com algumas adaptações aos praticantes, de acordo com as necessidades e habilidades dos mesmos, deixando as regras mais simplificadas.

As regras foram estabelecidas, baseadas em experiências relevantes e publicações científicas de vários países. O Comitê de Mini-Voleibol da Comissão de Treinadores da FIBV recomenda que todas as associações nacionais de Voleibol adotem estas regras. Alterações devidas a critério puramente nacionais (ex: altura da rede, dimensões da quadra são aceitáveis.) (BAACKE, 1972b)

Com relação ao número de jogadores SANTOS(1999) coloca que o Mini-Voleibol é jogado sempre com menos de seis jogadores por equipe, permitindo um maior número de contatos na bola, fácil cooperação entre jogadores, táticas mais simples e grande interesse. Normalmente, as equipes de Mini-Voleibol são formadas por dois, três ou quatro jogadores, dependendo da idade e do nível do jogo.

Os jogadores se posicionarão na quadra de uma maneira tal em que haja dois jogadores de linha de frente (“jogador de rede”), e um jogador de linha de fundo (“jogador de defesa”), na hora do saque. O “jogador de defesa” é quem saca. Depois de sacar, o “jogador de defesa” reassume sua posição dentro da quadra. Mas o “jogador de defesa” só pode atacar a bola quando a mesma esteja abaixo da altura da rede. (BAACKE,1972b)

Nos aspectos bola, rede e quadra são utilizadas as seguintes medidas:

A quadra deve ter 4,5m de largura e 12 m de comprimento. Uma rede divide a quadra em dois campos iguais. As linhas laterais, que limitam a quadra, devem ter 5cm de largura. A linha do centro, 10cm de largura.

A altura da rede deve ser de 2,10m, tanto para equipes masculinas como femininas.

A bola deve observar as características especificadas pelas regras oficiais, mas podendo a utilização de uma bola plástica pesando 220g e com as mesmas dimensões.

Estas regras aplicam-se a crianças na faixa etária de 9 a 12 anos e obedecem ao único propósito de adaptar o jogo às necessidades e capacidades dos jovens iniciantes.

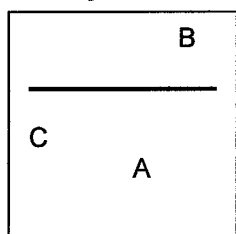
2.1.6 Aspectos Táticos do Mini-Voleibol

A – defensor

B – atacante (direita)

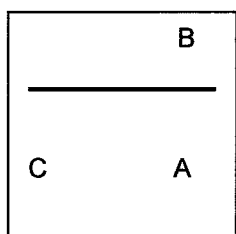
C – Atacante (esquerda)

Armação Básica



Recepção de Saque

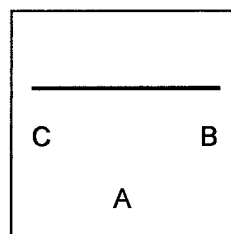
Com 2 jogadores



B – levantador

C - cortador

Com 3 jogadores



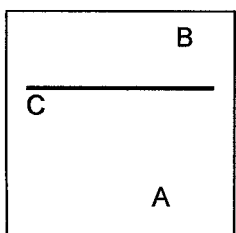
B ou C - levantador

B ou C – cortador

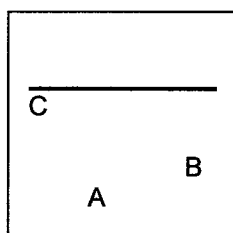
Defesa

Sem bloqueio

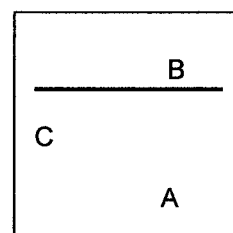
Não há cortada



cortada forte

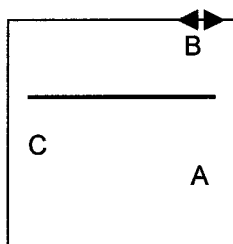


cortada fraca

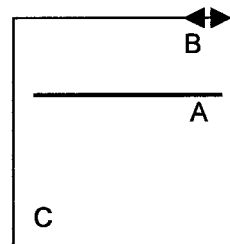


Com bloqueio simples e cobertura

Cortada forte

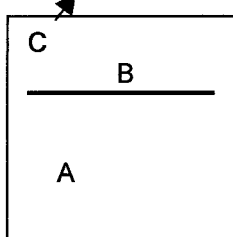


Largada ou cortada fraca



Ataque e Cobertura

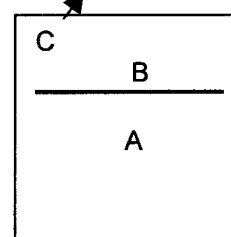
Sem bloqueio



B – Levantador

C – cortador

Com bloqueio



B – Levantador

C – cortador

B e A - cobertura

As táticas colocadas são para o Mini-Voleibol 3x3, que é o mais relatado na literatura, e que também equivalem para crianças de 9 a 12 anos.

2.2 REXONA: O MINI-VOLEIBOL COLOCADO EM PRÁTICA

Este sub-capítulo será destinado a relatar a metodologia de Mini-Voleibol adotada pelo Centro Rexona de Excelência do Voleibol, através de uma revisão literária e também usando como complementação para este capítulo a observação de algumas sessões de treinos realizados no Centro de Excelência para melhor embasar a revisão literária.

2.2.1 Histórico do Centro Rexona

O Centro Rexona de Excelência do Voleibol foi criado em fevereiro de 1997 fruto de uma parceria entre o governo do Estado do Paraná e a Unilever (antiga

Inds. Gessy Lever Ltda), tendo como principal objetivo a divulgação e o desenvolvimento do Voleibol em duas vertentes principais: uma competitiva formada pela equipe feminina adulta para disputar a Superliga Feminina, e outra formativa, com desenvolvimento de Núcleos ou escolinhas de Voleibol em escolas públicas do Estado, para crianças de 8 a 14 anos.

O Centro Rexona sob a coordenação geral do técnico da Seleção Brasileira, o Bernardinho, conta atualmente com 22 núcleos no Estado do Paraná. Em 2002 foram implantados dois núcleos em São Paulo nas fábricas da Unilever de Indaiatuba e Vinhedo; e um na comunidade de Heliópolis. Estes últimos estão sob a coordenação técnica da ex-jogadora Ana Moser, que passou ser incorporada ao Centro Rexona para expansão fora do estado do Paraná.

A missão social é “democratizar o esporte”, isto é, dar oportunidade aos que têm pouca chance de participar de um projeto esportivo, com material e metodologia de primeiro mundo. Só nos primeiros cinco anos, mais de 7.200 crianças de escolas públicas foram atendidas. (CENTRO REXONA DE EXCELÊNCIA DO VOLEIBOL, 2002)

2.2.2 Metodologia utilizada pelo Rexona

O principal aspecto positivo da iniciação através da metodologia do Mini-Voleibol é a capacidade de adaptação às características de crescimento e desenvolvimento motor da criança. A possibilidade de jogar num espaço menor e de realizar os fundamentos mais facilmente proporcionam à criança um grande prazer e motivação para aprender o Voleibol. Dificilmente observamos esta motivação no trabalho de iniciação deito numa quadra oficial e com a bola oficial, onde a criança é exigida muito além de suas capacidades acarretando um grande desconforto e levando-a a desistir da escolinha. Na prática, os seguintes fatores interferem positivamente no processo ensino-aprendizagem, segundo CENTRO REXONA DE EXCELÊNCIA DO VOLEIBOL, 2002:

- Tamanho da quadra adaptado ao número de jogadores (2,3,4 e 6);
- Menor número de jogadores – possibilita maior contato com a bola;
- Bola mais leve facilita a realização dos fundamentos;
- Altura da rede adaptada à situação da aprendizagem;
- Regras simplificadas;

- Os exercícios são realizados de forma com que o aluno utilize e se adapte a toda dimensão da quadra.

2.2.3 Estruturação da Aula

As aulas acontecem duas vezes por semana com uma hora de duração. A aula é dividida basicamente em três partes:

- 1º parte – Parte inicial
- 2º parte – Construção do jogo
- 3º parte – Jogo propriamente dito

Segundo CENTRO REXONA DE EXCELÊNCIA DO VOLEIBOL(2002), o objetivo principal desta metodologia é fazer com que a criança jogue, pois o jogo é o maior fator de motivação para quem inicia. Além disso, busca-se com que a criança tenha o maior contato possível com a bola, durante toda a aula. As atividades são bastante dinâmicas, fazendo com que a criança vivencie o tempo todo situações de jogo, aprendendo a jogar o jogo propriamente dito.

Durante a parte inicial da aula, que dura cerca de 15 minutos, as crianças vivem um momento de motivação, aquecimento e desenvolvimento de habilidades gerais e específicas de uma maneira mais individualizada. Para isso, cada criança deverá ter uma bola, onde existirão brincadeiras e trabalhos em duplas, variando de categorias.

Na parte da aula chamada de Construção do jogo, que tem duração de 30 minutos, é o momento em que os fundamentos são combinados e aplicados em situação de jogo. Desenvolvem os fundamentos junto com movimentações sem bola.

Segundo CENTRO REXONA DE EXCELÊNCIA DO VOLEIBOL(2002), nesse período de aula, a criança realiza duas ou mais ações, combinando deslocamento e fundamento, ou fundamento com outro fundamento. A complexidade e ritmo dos exercícios acompanham o nível de desenvolvimento da turma.

Apenas 3 ou 4 exercícios, para que haja um bom entendimento do conteúdo por parte dos alunos, e o dinamismo dos exercícios possibilita o desenvolvimento do raciocínio rápido, concentração e a cooperação dos alunos.

A terceira parte da aula é o grande momento para os alunos, já que se refere ao jogo propriamente dito, e que dura cerca de 15 minutos. É o momento de colocar em prática o que foi aprendido durante toda a aula.

2.2.4 Dimensões da quadra, idade e altura da rede

Categoria	Idade	Tamanho da Quadra	Altura da Rede
Baby Inicial	7 a 8	3,5m x 3,5m ou 3,5m x 7,0m	1,80m a 2,00m
Baby – Vôlei	8 a 10	3,5m x 3,5m ou 3,5m x 7,0m	1,80m a 2,00m
Mini – Vôlei	10 a 12	4,5m x 6,0m ou 4,5m x 12,0m	Fem = 2,05m Masc = 2,10m
Mini 4 x 4	12 a 13	7,0m x 7,0m ou 7,0m x 14,0m	Fem = 2,10m Masc = 2,15m
Vôlei	13 a 14	9,0m x 18,0m	Fem = 2,15m Masc = 2,24m

Tabela retirada de CENTRO REXONA DE EXCELÊNCIA DO VOLEIBOL(2002)

2.2.5 Categorias: características gerais e regras básicas

2.2.5.1 Baby-Vôlei

O Baby fica dividido em duas categorias, que são o Baby Inicial e o Baby-Vôlei propriamente dito.

No Baby Inicial a turma é composta em caráter experimental devido à grande procura, e é constituída de crianças de 8 anos de idade e tem como foco principal a iniciação no voleibol através de brincadeiras, jogos lúdicos, sem haver cobrança da técnica correta, buscando um aperfeiçoamento de um modo geral das habilidades motoras. São realizados jogos 1x1 e 2x2.

No jogo 1x1, jogado em um espaço menor, busca do iniciante uma movimentação em relação à bola. Segundo CENTRO REXONA DE EXCELÊNCIA DO VOLEIBOL(2002), as ações motoras desta etapa são caracterizadas pelas habilidades agarrar, lançar e bater na bola procurando enviar a bola por cima da rede, dosar a força em relação a bola, adquirir alguma noção de tempo e espaço.

Já no Baby-Vôlei propriamente dito, o jogo 2x2 torna-se mais sociável, pois existe agora a relação com um companheiro. Este jogo busca a cooperação e o

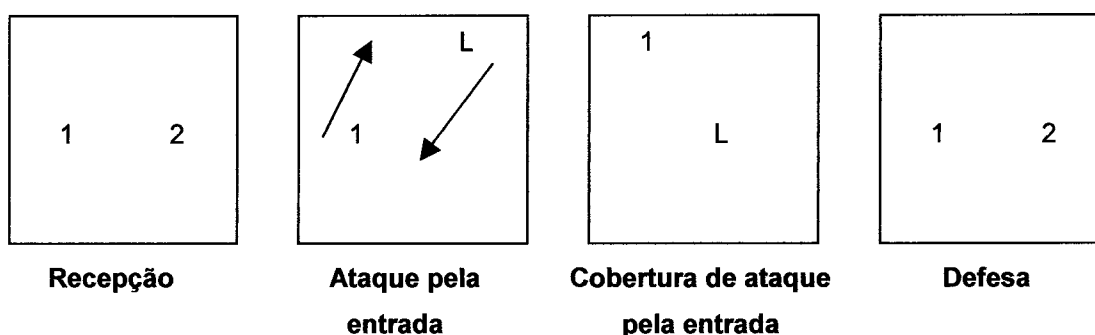
comportamento tático de defesa e ataque, em conjunto com a observação do jogo.

CENTRO REXONA DE EXCELÊNCIA DO VOLEIBOL(2002)

As regras básicas estipuladas para o Baby-Vôlei são:

- Saque por baixo
- Bola de Mini-Vôlei 4.0 Tashikara
- Proibição do toque na rede
- Não é permitido o bloqueio
- É proibido pisar na linha no momento do saque
- Não existe invasão por baixo
- Estimulação dos três toques na bola

Táticas para o jogo 2x2:



L = Levantador

2.2.5.2 Mini-Vôlei 3 x 3

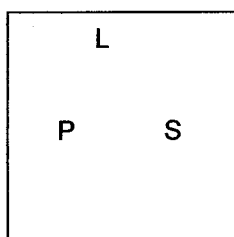
Nesta fase começa a introdução de regras de rodízio e conceitos táticos. Segundo CENTRO REXONA DE EXCELÊNCIA DO VOLEIBOL (2002), o aumento no número dos jogadores faz com que exista uma maior cooperação entre eles, buscando uma organização coletiva, onde os fundamentos vão sendo melhorados e as regras vão se tornando cada vez mais próximas ao Voleibol propriamente dito.

As regras nesta fase são:

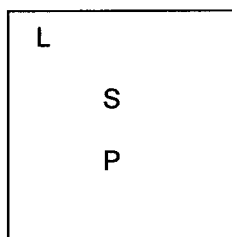
- Saque por baixo
- Bola Mini-Vôlei 5.0 Tashikara
- Proibido tocar na rede
- Ataque pela entrada e saída de rede
- Todos têm que passar pela função de levantamento

➤ Bloqueio simples

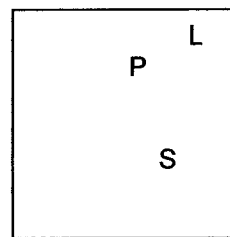
Tática do jogo 3 x 3:



Recepção



Defesa / Bloqueio
De ataque saída



Defesa / Bloqueio
de ataque pela entrada

L = Levantador

P = Ponteiro

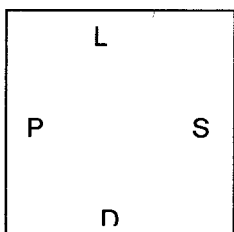
S = Atacante de Saída

2.2.5.3 Mini-Vôlei 4 x 4

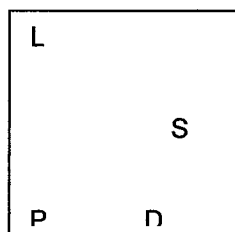
Esta é a etapa de transição para o Voleibol, onde inicialmente utiliza-se a bola do Mini 3 x 3, e depois passa-se para uma bola oficial de Voleibol. O saque começa sendo por baixo e depois passa a ser por cima. CENTRO REXONA DE EXCELÊNCIA DO VOLEIBOL (2002).

O levantador é o jogador responsável pelo bloqueio, e fica posicionado no centro da rede para levantar a bola para o ataque que pode ser tanto pela entrada como pela saída da rede. Tanto a recepção como a defesa são efetuadas com três jogadores, e o levantador é responsável pela cobertura de ataque.

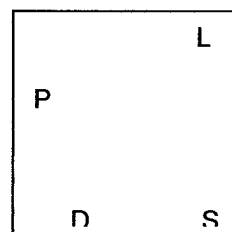
Tática do jogo 4 x 4:



Recepção

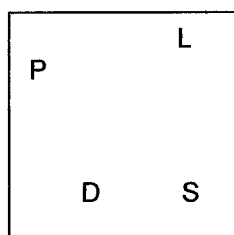


Bloqueio
na ponta

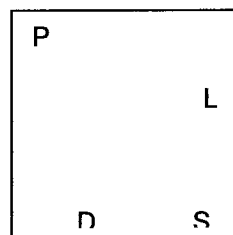


Bloqueio
na saída

Segundo CENTRO REXONA DE EXCELÊNCIA DO VOLEIBOL (2002), de acordo com a evolução da turma joga-se com o levantador bloqueando na saída e o atacante da saída afasta para defender. O ponteiro é o outro bloqueador.



Bloqueio
na saída



Bloqueio
na ponta

2.2.5.4 Vôlei

O Voleibol é a última etapa desta metodologia de Mini-Voleibol utilizada pelo Centro Rexona, mas é também uma continuidade de todo um trabalho formativo, onde ocorrem ainda muitas adaptações pelos jogadores.

A primeira adaptação que ocorre é em relação ao tamanho da quadra e ao número de jogadores. Esta fase é de aperfeiçoamento dos fundamentos aprendidos nas etapas anteriores. Ocorre também a adaptação à força necessária ao levantamento e ao saque devido as novas dimensões da quadra.

Existe agora a aprendizagem dos sistemas de jogo e posicionamento em quadra (sistemas ofensivos e defensivos).

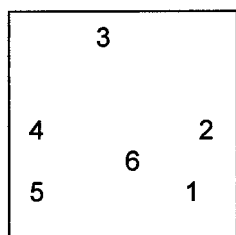
A característica principal é a não especialização, ou seja, todos aprendem a realizar todas as funções: atacar em todas as posições, defender, saber levantar, bloquear. Joga-se preferencialmente no sistema 6x0. (CENTRO REXONA DE EXCELÊNCIA DO VOLEIBOL, 2002)

As turmas são niveladas através de uma avaliação prévia, e podem ser femininas, masculinas ou mistas.

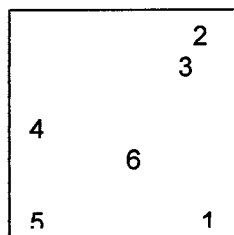
Os sistemas utilizados são: 6x0 com levantamento pela posição 3, 6x0 com levantamento pela posição 2, 6x0 com infiltração pela posição 1. As turmas bem adiantadas aprendem o 4x2 e o 5x1. (CENTRO REXONA DE EXCELÊNCIA DO VOLEIBOL, 2002)

Tática do jogo 6 x 6:

6 X 0 Levantador na posição 3

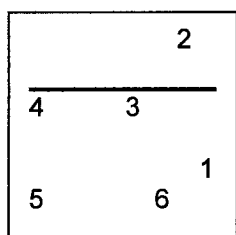


Recepção

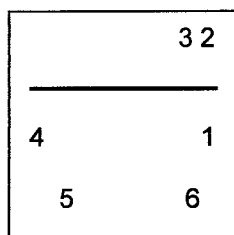


Bloqueio

6 x 0 Levantador na posição 2

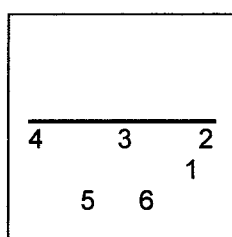


Recepção

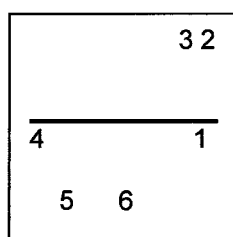


Bloqueio

6 x 0 com infiltração



Recepção



Bloqueio

2.2.6 Conteúdos por categoria

Segundo CENTRO REXONA DE EXCELÊNCIA DO VOLEIBOL (2002), os conteúdos desenvolvidos em cada categoria buscam um aprendizado por etapas, de forma progressiva, facilitando assim o aprendizado do Voleibol propriamente dito.

O quadro que segue foi retirado de CENTRO REXONA DE EXCELÊNCIA DO VOLEIBOL (2002) e mostra o conteúdo programático por categoria.

Conteúdos Programáticos	Baby 2x2	Mini 3x3	Mini 4x4	Vôlei 6x6
Toque				
Passes / Recepção	□	□ ○	○	△
Passes / Recepção com domínio	□	□ ○	○	○
Levantamento para frente	□	○	○	△
Levantamento de costas		□ ○	○	△
Manchete				
Passes / Recepção	□	□ ○	○	△
Passes / Recepção com domínio	□	□ ○	○	○
Passes / Recepção com deslocamento	□	□ ○	○	△
Defesa sem deslocamento		□ ○	○	△
Defesa com deslocamento		□ ○	○	△
Cobertura de ataque	□	□ ○	○	△
Defesa com queda		□ ○	○	△
Sistema de defesa	Largada	Largada Diagonal	Largada Corredor Diagonal	Largada Corredor Diagonal Centro-fundo
Saque				
Saque por baixo – gesto técnico	□	□ ○	△	△
Saque por baixo – direção		□ ○	△	△
Saque por cima – gesto técnico			□ ○	○
Saque por cima – direção			□ ○	○
Ataque				
“Largada”	□	□ ○	○ △	△
Cortada – gesto técnico		□	□ ○	○ △
Cortada – direção			□ ○	○ △
Sistema ataque e contra-ataque	□	□ ○	□ ○	□ ○
Bloqueio				
Bloqueio simples – gesto técnico		□	□ ○	○
Bloqueio simples sem deslocamento		□	□ ○	△
Bloqueio simples com deslocamento			□ ○	○ △
Bloqueio duplo sem e com desloca.				□ ○
□ Iniciação	○ Aperfeiçoamento	△ Consolidação		

3.0 COMPARAÇÃO DE METODOLOGIAS: TEORIA X PRÁTICA

Neste capítulo será feita uma discussão confrontando a metodologia que os diversos autores levantados pela revisão de literatura propõem com a metodologia preconizada pelo Rexona. Mas não será feito apenas uma análise do que é diferente entre uma e outra metodologia, mas sim uma análise das metodologias, vendo também os pontos em comum entre as duas metodologias.

Com essa discussão poderemos evidenciar se o que se trabalha na prática é o que se preconiza pela literatura, e se houverem diferenças, o porque dessas diferenças existirem e até mesmo se está sendo válido a utilização de algum aspecto que a teoria venha a privilegiar.

Pelos autores contidos na literatura o Mini-Voleibol é mais definido para crianças de 9 a 12 anos, que seria o Mini 3 x 3, apesar de também definirem as outras categorias. Mas se focam mais para a faixa etária citada, como relata BAACKE(1972), o Mini-Voleibol oferece uma forma de jogo adaptável às necessidades e capacidades de crianças de 9 a 12 anos, de acordo com os bons princípios de ensinamento.

Já o CENTRO REXONA DE EXCELÊNCIA DO VOLEIBOL(2002), não faz restrições para idade, mas coloca que o principal aspecto positivo da iniciação através da metodologia do Mini-Voleibol é a capacidade de adaptação às características de crescimento e desenvolvimento motor da criança. A possibilidade de jogar num espaço menor e de realizar os fundamentos mais facilmente proporcionam à criança um grande prazer e motivação para aprender o Voleibol.

Em relação aos conteúdos ensinados no Mini-Voleibol, os autores pesquisados na literatura e o Centro Rexona abrangem os mesmos aspectos, sendo que a literatura especializada divide os conteúdos em algumas classificações de fases, segundo alguns autores, que vão colocando desde o primeiro contato com a bola até os conteúdos mais desenvolvidos. Já a prática feita no Centro de Excelência, divide os conteúdos por categorias específicas que começa no Baby-Vôlei e vai até o Vôlei 6x6. Este tipo de classificação também é feito por um dos autores da literatura especializada.

As regras do Mini-Voleibol, que são tratadas pelos autores consultados na revisão literária, visam novamente as crianças de 9 a 12, não dando muita ênfase as outras classificações. O Centro Rexona especifica melhor as regras de acordo com

as categorias e também principalmente através da prática, os professores adaptam as regras de acordo com o nível da turma que esta sendo trabalhada, pois nem sempre as regras preconizadas pela literatura conseguem ser colocadas na prática, pois novamente ressaltando que o grau de desenvolvimento da turma é que vai definir como o professor deve definir a utilização de regras, para que as mesmas não fiquem muito difíceis nem tampouco muito fáceis para as turmas.

Agora com relação aos aspectos táticos tratados pelo Mini-Voleibol, a literatura novamente dá ênfase ao Mini 3x3, colocando apenas as táticas para este grupo que engloba crianças de faixa etária de 9 a 12 anos. Na prática preconizada pelo Centro Rexona, as táticas são desenvolvidas para cada faixa etária, que vai de 7 a 14 anos, e novamente respeitando os limites de desenvolvimento de cada turma, pois se a mesma não tiver um bom desenvolvimento, de nada adianta tentar passar um conteúdo que necessita de uma boa assimilação dos alunos, se o desenvolvimento da turma ainda não é suficiente para determinado conteúdo.

A preparação física do Mini-Voleibol é relatada pela literatura como necessidade básica para o bom andamento e desenvolvimento de uma prática desportiva. Segundo BAACKE (1972 a), as crianças necessitam de uma preparação física básica e variada. Os principais componentes são: reação/agilidade/velocidade, movimentação em campo, salto, rolamento e mergulho. Todas essas habilidades podem ser desenvolvidas por meio de exercícios de Voleibol, mas serão adquiridas mais rapidamente através de diferentes tipos de jogo, com diferentes tipos de bolas, como o Mini-Voleibol preconiza.

A prática desenvolvida pelo Centro Rexona vai relatando a preparação física em conjunto com as categorias e individualidades maturacionais de cada faixa etária, preocupando-se principalmente com o aspecto motor da criança, onde a mesma precisa ganhar um bom acervo motor para que consiga realizar as atividades exigidas pelo Voleibol com uma boa coordenação motora. Esta preocupação com a aquisição de um bom acervo motor pode ser melhor visualizado quando CENTRO REXONA DE EXCELÊNCIA DO VOLEIBOL (2002) coloca que no Baby Inicial a turma é composta em caráter experimental devido à grande procura, e é constituída de crianças de 8 anos de idade e tem como foco principal a iniciação no Voleibol através de brincadeiras, jogos lúdicos, sem haver cobrança da técnica correta, buscando um aperfeiçoamento de um modo geral das habilidades motoras. Quando vai tratar do Mini-Voleibol, ressalta que nesta fase os alunos continuarão

desenvolvendo sua coordenação motora geral, e outra coordenação motora aplicada ao próprio Voleibol.

O Centro Rexona também explica como deve-se basear o andamento da aula de Mini-Voleibol, novamente respeitando o nível da turma para que a mesma consiga assimilar os conteúdos a serem desenvolvidos. As aulas acontecem duas vezes por semana com uma hora de duração. A aula é dividida basicamente em três partes:

- 1º parte – Parte inicial
- 2º parte – Construção do jogo
- 3º parte – Jogo propriamente dito

Segundo CENTRO REXONA DE EXCELÊNCIA DO VOLEIBOL(2002), o objetivo principal desta metodologia é fazer com que a criança jogue, pois o jogo é o maior fator de motivação para quem inicia. Além disso, busca-se com que a criança tenha o maior contato possível com a bola, durante toda a aula. As atividades são bastante dinâmicas, fazendo com que a criança vivencie o tempo todo situações de jogo, aprendendo a jogar o jogo propriamente dito.

4.0 METODOLOGIA

A pesquisa foi baseada sob o método indutivo que considera que o conhecimento é fundamentado na experiência, não levando em conta princípios pré-estabelecidos (GIL, 1999). A pesquisa se classifica como qualitativa, já que segundo FACHIN(1993), a variável qualitativa é caracterizada pelos seus atributos e relaciona aspectos não somente mensuráveis mas também definidos descritivamente e quando definimos os mesmo, necessariamente deve haver uma ligação inseparável, isto é, capacidade de assumir distintos valores. O estudo foi feito através de pesquisa bibliográfica que, como explica FACHIN(1993) e GIL(1991), diz respeito ao conjunto de conhecimentos humanos reunidos nas obras, ou seja, reunindo material já publicado, e é a base para as demais pesquisas, podendo dizer que é uma constante na vida de quem se propõe a estudar. Os dados foram retirados de livros, apostilas, teses, monografias, dissertações, sendo assim dados primários, secundários e terciários. A pesquisa bibliográfica foi realizada através de uma revisão de literatura referente ao Mini-Voleibol e a apresentação da metodologia utilizada no Centro de Excelência do Voleibol (Rexona), que foi pesquisada através de apostilas e assistindo a oito sessões de treinamento, como uma complementação para conseguir mais informações sobre a prática do Mini-Voleibol, para melhor embasar esta etapa da pesquisa, haja vista a escassez de materiais para a coleta de informações. Através do levantamento bibliográfico, foi utilizado para a análise e interpretação das informações o método comparativo dos dados, que segundo FACHIN(1993), consiste em investigar os fatos e explicá-los segundo suas semelhanças e suas diferenças, comparando e analisando Teoria e Prática no que se assemelham e no que se distanciam e os motivos que levaram a essas igualdades ou diferenças no que diz respeito a metodologia do Mini-Voleibol.

5.0 CONCLUSÃO

De acordo com a proposta inicial deste estudo que tinha como pergunta norteadora verificar se existem diferenças entre a metodologia proposta pelo Centro de Excelência do Voleibol (Rexona) e as metodologias levantadas na revisão de literatura, constatamos que a prática consegue contemplar sim todos os aspectos relatados pela literatura, que vão desde aspectos técnicos, táticos e pedagógicos.

O Centro Rexona de Excelência do Voleibol consegue através de sua metodologia contemplar aspectos que não foram muito bem focados pela literatura, já que esta última foca mais a metodologia do Mini-Voleibol para a faixa etária de 9 a 12 anos, enquanto o Centro Rexona abrange e explica todas as formas de se trabalhar desde os 7 até os 14 anos, dividindo em categorias que vão desde o Baby-Vôlei Inicial até o Voleibol propriamente dito. Aspectos técnicos e táticos vão sendo colocados de acordo com o nivelamento das turmas, onde normalmente se dividem por exemplo duas turmas de Mini-Voleibol 3x3, que são chamadas de Turma A e Turma B, onde a B encontram-se as crianças com um nível técnico e tático ainda inferior a Turma A.

Esse trabalho de avaliação feito pelo Centro Rexona quase não é mencionado pela teoria especializada, pois a literatura relata que existem fases mas não exemplifica de maneira mais clara como fazer a transição de etapas para que o aluno continue se desenvolvendo e não acabe tendo dificuldades quando for exigido em uma turma mais forte. Dentro da prática, CENTRO REXONA DE EXCELÊNCIA DO VOLEIBOL(2002) mostra que a avaliação inicial ou diagnóstica dos alunos antigos, deve ser feita no início do ano, onde a criança é avaliada nos diversos fundamentos de acordo com o planejamento anual de cada turma. Para avaliar, o gesto técnico dos fundamentos é o ponto chave, mas também os pontos críticos específicos de cada etapa do planejamento são considerados. As avaliações intermediárias são realizadas a cada dois meses pelo Centro Rexona, e vão servir de base para o acompanhamento do desenvolvimento dos alunos e representam um subsídio para a modificação dos conteúdos do planejamento.

Tanto teoria, como prática, para a execução dos fundamentos do jogo, utilizam-se da padronização de movimentos técnicos, ou seja, como deve ser realizado corretamente a técnica, mesmo porque o uso incorreto da técnica normalmente é considerado uma infração dentro do jogo, de acordo como é

executada. Um exemplo disso seria a errada utilização da manchete que seria considerada de acordo com a situação uma condução.

O que se pode destacar é que quando a metodologia é colocada em prática, precisa-se fazer algumas adaptações, em consequência da individualidade biológica de cada aluno e do rendimento físico e capacidade de assimilação de uma turma, e isto é um dos aspectos principais que o Centro Rexona utiliza para repassar o conhecimento. Segundo CENTRO REXONA DE EXCELÊNCIA DO VOLEIBOL (2002), o Mini-Voleibol tem a capacidade de adaptar-se as características de crescimento e desenvolvimento motor da criança, e que na prática, alguns fatores interferem positivamente no processo ensino-aprendizagem, que são os seguintes:

- Tamanho da quadra adaptado ao número de jogadores (2,3,4 e 6);
- Menor número de jogadores – possibilita maior contato com a bola;
- Bola mais leve facilita a realização dos fundamentos;
- Altura da rede adaptada à situação da aprendizagem;
- Regras simplificadas;
- Os exercícios são realizados de forma com que o aluno utilize e se adapte a toda dimensão da quadra.

A própria teoria mostra que adaptações precisam ser feitas quando o conhecimento é aplicado na prática, como GOTSCH(1983) relata que os jogos de movimentos e as formas de jogo são modificadas sob pontos de vista didáticos, para introduzir o principiante à ação do jogo. Essas adaptações foram vistas durante as oito sessões de treino que foram assistidas no Centro Rexona de Excelência do Voleibol, onde os professores nivelam as turmas e adaptam as atividades aos alunos, principalmente as turmas que se iniciam em cada categoria.

O Centro Rexona de Excelência do Voleibol é um projeto social, que visa levar o Voleibol as crianças, através da metodologia do Mini-Voleibol, não buscando exclusivamente a formação de atletas, mas sim buscando a formação de cidadãos através do esporte. Segundo CENTRO REXONA DE EXCELÊNCIA DO VOLEIBOL (2002), a missão social é de democratizar o esporte, dando oportunidade aos que têm pouca chance de participar de um projeto esportivo, com material e metodologia de primeiro mundo. Formando pessoas que mesmo que não venham a se tornar atletas, serão pessoas que tomam gosto pelo esporte, e incentivarão outras pessoas e até quem sabe, futuros patrocinadores do Voleibol ou de outro esporte, pois terão em suas memórias uma recordação de uma boa vivência com o Voleibol, através de

uma metodologia inclusiva, que se adapta as condições do indivíduo, proporcionando grande prazer e motivação para o aprendizado. Este prazer e motivação é relatado por CLÍNICA(2004), mostrando que a metodologia do Mini-Voleibol é alegre, pois se reveste de técnica de ensino calcada no "aprender brincando, aprender jogando".

Segundo SILVA(1999), o Mini-Voleibol é um meio e não um fim. Consiste numa nova metodologia, num processo pedagógico empolgante que proporciona as crianças iniciarem-se no Voleibol numa tenra idade e de uma forma atraente e totalmente revolucionária para os padrões atuais. Não se resume somente numa redução do campo e número de participantes, mas numa notável relação espaço – tempo compatível com as idades e habilidades individuais. Todo esse complexo voltado para um desenvolvimento integral da criança, mantendo-a permanentemente interessada e atuante, independente da fase que se encontre. Essa definição muito completa sobre o Mini-Voleibol nos mostra a importância da interação teoria e prática no processo ensino-aprendizagem do Voleibol, fazendo uma teoria coerente e consciente voltada para a melhor aplicação didático-pedagógica da metodologia do Mini-Voleibol.

6.0 REFERÊNCIAS

- BAACKE, H. **Mini volleyball**. In : **Confederação Brasileira de Voleibol. Manual do Treinador**. Brasília : Secretaria de Educação Física e Desportos; Subsecretaria de Desportos. 1972a.
- BAACKE, H. **Mini volleyball: regras para crianças de 09 a 12 anos**. In : **CONFEDERAÇÃO Brasileira de Voleibol. Manual do Treinador**. Brasília : Secretaria de Educação Física e Desportos; Subsecretaria de Desportos. 1972b.
- CENTRO REXONA DE EXCELÊNCIA DO VOLEIBOL. **2º clínica de mini-voleibol**, Curitiba, 2002.
- CLÍNICA de voleibol: **Para quem insistir em colocar o(a) garoto(a) para jogar cedo, o método do Mini-Vôlei é o que vem sendo aplicado em vários países há algum tempo e o que...** Disponível em : <<http://users.urbi.com.br/pimentel/index.htm>>. Acesso em 10 jun 2004.
- FACHIN, Odília. **Fundamentos de Metodologia**. Ed. Atlas S.A., São Paulo, 1993.
- GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. Ed. Atlas S.A., São Paulo, 1991.
- GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. Ed. Atlas S.A., São Paulo, 1999.
- GIONÉDIS, Emanuel José, **Mini-voleibol**. Biblioteca do Departamento de Educação Física da Ufpr, não editado, 1992.
- GOTSCH, W. **Minivoleibol**. Argentina : Editorial Stadium, 1983.
- MAcGREGOR, B. **O voleibol**. Mira-Sintra: Publicações Europa-América, 1977.
- MINI-VOLEIBOL: **1. O que é o mini-vôlei? O mini-vôlei, ou vôlei 3 contra 3 em campo reduzido e com regras adaptadas às crianças, é a resposta ao problema**

do seu... Disponível em: <<http://users.urbi.com.br/pimentel/mini.htm>>. Acesso em 10 jun 2004.

MONTEIRO, Asdrúbal. **Voleibol**, Companhia Brasil, São Paulo, 1966

NOVIDADES: **Novidades. Plano Geral de Atividades**. Disponível em :

<<http://users.urbi.com.br/pimentel/novidades.htm>>. Acesso em 10 jun 2004.

JÚNIOR, Paulo Konorr de Quadros. **Mini-Voleibol: uma proposta pedagógica para o ensino e a aprendizagem do voleibol para crianças de 8 a 14 anos**. Curitiba: Monografia apresentada para conclusão de pós-graduação, Ufpr, 2002.

SILVA, Alex. **Metodologia para se trabalhar a iniciação no voleibol**. Curitiba:

Monografia apresentada para conclusão de graduação, Ufpr, 1999