

UME: DR JOSÉ CARLOS DE AZEVEDO JUNIOR
ANO: 7º COMPONENTE CURRICULAR: ED. FÍSICA
PROFESSOR: EZEQUIEL VIEIRA SANTANA

PERÍODO DE 31/08/2020 À 11/09/2020

História do Voleibol

Conheça a História do Voleibol, inventor do esporte, primeiro jogo, primeira bola, origem do vôlei



[William G. Morgan: o criador do voleibol](#)

—

Origem do voleibol

[O voleibol foi criado nos Estados Unidos, no dia 9 de fevereiro de 1895, pelo diretor de educação física da ACM \(Associação Cristã de Moços de Massachusetts\) William George Morgan.](#)

[Ao inventar o voleibol e suas regras, Morgan tinha como objetivo principal a criação de um esporte sem contato físico entre os jogadores. Desta forma, ele pretendia oferecer às pessoas \(principalmente aos mais velhos\) um esporte em que as lesões físicas, provocadas por choques entre pessoas, seriam raras.](#)

Primeiros anos do esporte

Nos primeiros anos, o voleibol ainda não contava com uma bola específica, sendo praticado com uma câmara da bola de basquete. A rede era improvisada, a mesma usada nas partidas de tênis. Neste período, o esporte era conhecido por Mintonette. Com o passar do tempo, foi ganhando o nome popular de volleyball, que acabou se tornando oficial.

Principais fatos após a invenção do voleibol:

- 1900 - voleibol chega ao Canadá, primeiro país fora dos Estados Unidos.

- 1908 - o esporte vai para o continente asiático e começa a ser praticado na China e no Japão.

- 1910 - o esporte chega ao Peru, primeiro país da América do Sul a praticar o esporte.

- 1942 - morre, aos 72 anos de idade, o criador do voleibol, William George Morgan.

- 1947 - fundada na França a FIVB (Federação Internacional de Voleibol).

- 1949 - realizado o primeiro campeonato mundial masculino na Tchecoslováquia (foi vencido pela Rússia).

- 1951 - realizado o primeiro campeonato sul-americano de voleibol, na cidade do Rio de Janeiro. O Brasil tornou-se campeão masculino e feminino.

- 1952 - realizado o primeiro campeonato mundial feminino.

- 1964 - o esporte passa a fazer parte do programa oficial das Olimpíadas, realizadas em Tóquio no Japão.

Você sabia?

- É comemorado em 27 de junho o Dia Nacional do Vôlei.

REGRAS.

O vôlei, também chamado de volley ou voleibol, é um esporte de origem norte-americana do século XIX. É um esporte de popularidade significativa em grande parte do mundo, e está presente em muitos torneios e eventos esportivos de âmbito internacionais, tais como os Jogos Olímpicos e os Jogos Panamericanos. Pode ser praticado tanto em quadras abertas quanto em quadras fechadas, bem como é praticado quase que igualmente tanto por homens quanto mulheres.

A quadra de vôlei é atravessada por uma rede, que a divide em dois campos. Cada campo só pode ser ocupado pela sua respectiva equipe. O objeto usado para a prática de vôlei é uma bola e o objetivo principal do jogo consiste na marcação de pontos ao mandar a bola para o campo adversário e fazer com que ela toque o chão. A instituição responsável pela organização de eventos e da regulação das regras é a FIVB, Fédération Internationale de Volleyball.

Fundamentos do voleibol

Os fundamentos básicos do voleibol são cinco: saque, ataque, bloqueio, levantamento e recepção.

Esses fundamentos são técnicas que começaram a ser executados nos jogos e acabaram se tornando uma prática do vôlei.

1. Saque

O saque é considerado o primeiro ataque, porque é o fundamento que dá início ao jogo ou ao rally - que compreende o momento em que o árbitro apita até a marcação de um ponto.

Para executar um saque, o sacador segura a bola com uma mão e com a outra bate nela para a lançar por cima da rede em direção à quadra adversária.



Jogador fazendo um saque em suspensão

Se a bola tocar na quadra do adversário, a equipe marca ponto, mas se a bola for longe e sair da quadra, a equipe adversária faz um novo saque. Um saque cuja bola bata na rede, por sua vez, garante ponto à equipe adversária.

Os principais tipos de saques são:

Saque por baixo: é o saque menos potente. O jogador deve segurar a bola com uma mão e bater-lhe com a outra, aberta ou fechada, fazendo um movimento de baixo para cima.

Saque por cima: é o saque mais utilizado e em que a bola é lançada com força. Nesse tipo de saque, o jogador deve lançar a bola para cima, com uma mão, e bater-lhe com a outra.

Saque em Suspensão (conhecido como "Viagem ao Fundo do Mar"): é o saque mais potente. O jogador lança a bola para cima e, saltando, bate nela como se fosse fazer uma cortada, ou seja, num movimento de cima para baixo.

Além desses, também há os seguintes saques: saque lateral e saque lateral por baixo (conhecido como "Jornada nas Estrelas").

2. Ataque

O ataque é o fundamento que geralmente finaliza um rally. Existem vários tipos de ataque: ataque de bola alta nas extremidades, ataque de bola rápida nas extremidades, ataque de bola rápida no meio, ataque de fundo da quadra, ataque de meio.



Cortada finalizando ataque num jogo de voleibol

O **ataque de bola alta nas extremidades** é considerado o mais seguro, porque demora mais tempo. Não sendo uma jogada imediata permite aos jogadores estudarem as jogadas em execução. Por esse motivo, esse tipo de ataque também é chamado de bola de segurança.

O **ataque de fundo** é uma boa alternativa de ataque, uma vez que não é realizado da zona de ataque, mas sim da zona de defesa, ou seja, da zona de trás da quadra. Daí o nome "ataque de fundo".

A cortada é um recurso que pode finalizar o fundamento do ataque e que geralmente garante pontos à equipe, decidindo o rally.

3. Bloqueio

O bloqueio é a jogada que tenta impedir que a bola lançada pelo adversário ultrapasse a rede alcançando o lado da quadra da outra equipe e não só: o bloqueio tenta fazer com que a bola bata no chão da quadra adversária para marcar ponto.

Para tanto, o(s) jogador(es) se posiciona(m) perto da rede para impedir que a bola avance.



Jogadores de vôlei fazendo o bloqueio

As mãos e braços do jogador que faz o bloqueio pode avançar a rede do adversário, mas apenas com o objetivo de bloquear a passagem da bola. Em nenhum outro caso é permitido avançar o espaço do adversário.

4. Levantamento

O levantamento é o fundamento em que os jogadores tentam levantar a bola para auxiliar os atacantes a devolverem a bola para a quadra adversária tentando marcar ponto.



Jogador fazendo levantamento numa partida de vôlei de praia

Um bom levantamento pode garantir o sucesso da jogada ofensiva, motivo pelo qual o levantador desempenha um dos papéis mais importantes da equipe.

5. Recepção

A jogada de defesa que recebe o saque é chamado de recepção. Uma recepção bem feita possibilita um desempenho melhor no ataque da equipa.

A recepção costuma ser realizada através do toque ou da manchete.



Jogadora de vôlei fazendo a recepção da bola com uma manchete

O **toque** não é um fundamento, mas sim um recurso que permite colocar os fundamentos do vôlei em prática.

A **manchete** é um recurso em que o jogador recebe a bola com os antebraços esticados e as duas mãos unidas pelos polegares. Serve para recepcionar saques, bem como para defender ataques e para não deixar uma bola que está abaixo da cintura do jogador cair no chão.

O vôlei é jogado por duas equipes, compostas por 6 jogadores cada uma, sendo orientada por um técnico e tendo ainda 6 jogadores substitutos. A arbitragem deve ter 2 juizes, um anotador e 4 fiscais de linha.

As partidas de vôlei são disputadas em cinco sets, conseguindo a vitória quem tiver mais pontos, ou em três sets de 25 pontos. A quadra do vôlei mede 18 metros de comprimento por 9 metros de largura, sendo dividida por uma rede de 9,50 metros de comprimento, com largura de 1 metro e suspensa à altura de 2,43 metros para jogos masculinos e 2,24 metros para jogos femininos. A bola deve ter de 65 a 67 cm de circunferência com peso entre 260 e 280 gramas.

ATIVIDADE

- 1-Qual a medida oficial da quadra de voleibol?
 - A () 10 mts por 15mts
 - B () 20 mts por 25mts
 - C () 9mts por 18mts
 - D () Nenhuma das alternativas

- 2-Qual o período de duração de uma partida de voleibol?
 - A () 30m por 30m
 - B () 5 sets
 - C () 3 rounds
 - D () Nenhuma das alternativas

- 3-Quantos jogadores formam um time de voleibol na quadra?
 - A () 12 jogadores
 - B () 5 jogadores
 - C () 6 jogadores
 - D () Nenhuma das alternativas

- 4-Qual a altura da rede no voleibol masculino?
 - A () 10mts
 - B () 2,43mts
 - C () 5mts
 - D () Nenhuma das alternativas

- 5-Como se inicia a partida de voleibol, após o apito do juiz?
 - A () Saque
 - B () Chute inicial
 - C () Bola ao alto
 - D () Nenhuma das alternativas

6-Qual é o fundamento principal de ataque no voleibol?

- A () Tiro
- B () Cortada
- C () Chute
- D () Nenhuma das alternativas

7-Para que serve o fundamento Bloqueio no voleibol?

- A () Iniciar o jogo
- B () Terminar o jogo
- C () Defender de uma cortada
- D () Nenhuma das alternativas

8-Quantos fundamentos existem no voleibol, de acordo com o texto acima?

- A () 5
- B () 6
- C () 7
- D () Nenhuma das alternativas

9-Quais são os tipos de saque que podem ser usados na partida de voleibol, segundo o texto acima?

- A () Três
- B () Quatro
- C () um
- D () Nenhuma das alternativas

10- Qual a medida da bola de voleibol?

A() A bola deve ter de 65 a 67 cm de circunferência com peso entre 260 e 280 gramas.

B() A bola deve ter de 55 a 67 cm de circunferência com peso entre 260 e 280 gramas.

C () A bola deve ter de 75 a 67 cm de circunferência com peso entre 260 e 280 gramas.

D () A bola deve ter de 85 a 67 cm de circunferência com peso entre 260 e 280 gramas.