

PROCESSO DE SELEÇÃO E TREINAMENTO DE LEVANTADORES NO VOLEIBOL CATARINENSE INFANTO-JUVENIL MASCULINO

William Antonio Zanatta

Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil

Jeferson Coutinho de Sousa

Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil

Juarez Vieira do Nascimento

Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil

Resumo

O objetivo do estudo foi identificar os procedimentos adotados por treinadores de voleibol na seleção e treinamento de levantadores de equipes masculinas infanto-juvenis (15-17 anos) catarinenses. Participaram do estudo os treinadores de voleibol dos clubes com tradição na formação de atletas na modalidade (n=6). Na coleta de dados, foi utilizada entrevista estruturada. As evidências encontradas confirmam a importância atribuída aos fatores técnico-coordenativos, tático-cognitivos e psicológicos na seleção de levantadores. Além de sessões individualizadas, os treinadores de voleibol utilizam sessões complementares no treinamento de levantadores infanto-juvenis, para o desenvolvimento de exercícios de técnica individual, de tempo de bola, de direção e de força.

Palavras-chave: Voleibol – Treinamento – Levantador

Introdução

O voleibol é uma modalidade esportiva coletiva em constante evolução e que se torna cada vez mais popular e competitiva (FERREIRA; DE PAULA; COTTA, 2007). De fato, é uma das modalidades mais complexas em que a habilidade perfeita na execução de seus fundamentos e as características físicas de seus atletas são fundamentais para o desempenho ótimo da equipe (SILVA et al., 2003). Alguns investigadores (ARAÚJO, 1999; MOUTINHO, 2000; NASCIMENTO et al., 2001) têm evidenciado os fatores que determinam a performance esportiva, destacando os aspectos antropométricos, condicionais, técnico-coordenativos, tático-cognitivos e psicológicos.

A evolução física, técnica, tática e psicológica da modalidade tem acompanhado o ritmo e as necessidades do próprio voleibol (DUWE; NOVAES, 2003), assim como a evolução das regras, o processo de es-

petacularização e o marketing (MARCHI JUNIOR, 2003). Sobre esse assunto, Ramos et al. (2004) destacam ter a evolução tática na busca de melhores resultados permitido o surgimento de jogadores especialistas em determinadas funções dentro de uma partida, como levantadores, atacantes e líberos.

O processo de formação de atletas de voleibol vem sendo realizado de modo a manter ou melhorar os resultados alcançados, não só com a renovação das equipes, mas também com o surgimento de atletas de ótima qualidade (BARBANTI, 2005; BOJIKIAN, 2007; GRECO; BENDA; CHAGAS, 1997; SILVA, 2006).

Um aspecto destacado por Bojikian e Böhme (2008) é o fato de a formação de um atleta de talento no voleibol, como em outros esportes, ser um longo processo, que depende da inter-relação de muitos aspectos. Assim, identificar, selecionar e promover o jovem talento esportivo é uma tarefa bastante complexa, por causa da grande variedade de aspectos envolvidos: psicológicos, sociais, cognitivos, constitucionais e ambientais (BOJIKIAN; BÖHME, 2008). Em estudo realizado com treinadores catarinenses da categoria infanto-juvenil, Nascimento et al. (2001) constataram que, na primeira seleção específica fina de levantadores, os fatores técnico-coordenativos, tático-cognitivos e psicológicos são priorizados pelos treinadores em detrimento dos fatores condicionais e antropométricos.

Durante uma partida, aquele jogador que participa intensamente do jogo, em quase todas as jogadas, preparando a bola para o ataque, é denominado levantador. O papel do levantador é de proporcionar ao atacante a bola em condições ideais de ataque, ou seja, encontrar sempre um melhor caminho para que o atacante defina a jogada.

O levantador tem sido um dos jogadores mais importantes dentro de uma equipe; é o responsável pela criação das principais ações ofensivas (RAMOS et al., 2004; DÜRRWÄCHTER, 1984; MOUTINHO, 2000; RODRIGUES, 1997; ZHELEZNIK, 1993). Além de possuir ótima habilidade e técnica, o levantador deve ser excelente estrategista tático a fim de decidir adequadamente as melhores combinações de ataque de acordo com as suas características (técnicas, táticas, físicas e psicológicas) e de seus atacantes.

Na literatura consultada, constatou-se a importância do treinamento multivariado na infância de forma a proporcionar ao atleta a oportunidade de desenvolver todas as suas potencialidades e adquirir experiência motora vasta e variada (BARBANTI, 2005; BOJIKIAN,

2007; BOMPA, 2000; GRECO; BENDA; CHAGAS, 1997; SILVA, 2006). Durante as etapas iniciais, as recomendações são contrárias à especialização dos atletas – ou seja, todos os jogadores devem procurar atender as necessidades de qualquer posição. No entanto, a primeira especialização deve ocorrer por volta dos 15 ou 16 anos de idade (BOMPA, 2000), nomeadamente na categoria infanto-juvenil do voleibol.

Nessa perspectiva, o presente estudo foi realizado com o objetivo de identificar os procedimentos adotados por treinadores catarinenses na seleção de levantadores infanto-juvenis masculinos (15 a 17 anos de idade), bem como caracterizar o processo de treinamento específico de levantadores nos diferentes períodos de treinamento de uma época esportiva. Para tanto, foi necessário: 1) identificar os sistemas ofensivos e defensivos de jogo mais utilizados pelas equipes infanto-juvenis masculinas; 2) constatar os critérios utilizados pelos treinadores catarinenses na seleção de levantadores infanto-juvenis masculinos; e 3) verificar os procedimentos adotados pelos treinadores catarinenses no treinamento realizado com levantadores infanto-juvenis masculinos.

Metodologia

Este estudo caracterizou-se como uma investigação descritiva, pois buscou levantar informações para a descrição de uma situação ou condição (THOMAS; NELSON, 2002), nomeadamente a identificação dos procedimentos adotados por treinadores catarinenses de voleibol na seleção e treinamento de levantadores de equipes masculinas infanto-juvenis.

A população do estudo foi formada por treinadores de voleibol ($n=6$), todos do sexo masculino, com média de idade de $39+11,2$ anos, que atuavam em equipes masculinas da categoria infanto-juvenil (15 a 17 anos de idade) filiadas à Federação Catarinense de Voleibol (FCV). O processo de seleção da amostra foi não probabilístico e intencional, sendo convidados a participar do estudo somente treinadores de equipes com tradição na formação esportiva nessa modalidade. Participaram do estudo os treinadores das equipes de Joinville, São José, Brusque, Blumenau, Criciúma e Jaraguá do Sul, participantes do Campeonato Estadual de Voleibol Catarinense Infanto-Juvenil Masculino.

Para a obtenção dos dados, foi elaborada uma entrevista estruturada, baseada nos objetivos do estudo e no instrumento adotado por Araújo (1999), a qual foi composta pelos seguintes campos:

1) Características sociodemográficas dos treinadores: informações sobre idade, sexo, formação acadêmica, formação federativa, experiência como atleta na modalidade, experiência como treinador na modalidade, experiência como treinador de seleção estadual, experiência como treinador da equipe que treina atualmente e se exerce outra profissão além de treinador; 2) Sistemas de jogo utilizados: informações sobre os sistemas ofensivos, defensivos e de recepção utilizados pela equipe; 3) Critérios de seleção de levantadores infanto-juvenis: informações sobre a importância atribuída aos fatores de rendimento e aos indicadores de seleção de levantadores, bem como sobre os procedimentos adotados na seleção dos jogadores; 4) Características do treinamento de levantadores infanto-juvenis: informações sobre a frequência semanal das sessões de treinamento técnico-táticas, a frequência semanal das sessões de preparação física, a existência de treinamento individualizado de levantadores, a existência de treinamento complementar dos levantadores e os tipos de exercícios utilizados nas sessões de treinamento.

Para a testagem do instrumento, utilizou-se o exame de clareza e objetividade de linguagem, aplicado a quatro treinadores de voleibol da categoria infanto-juvenil feminino que atuaram na grande Florianópolis. Já a validade de conteúdo da entrevista estruturada foi obtida com base na apreciação de especialistas (mestres e/ou doutores) da área vinculados à Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Tanto a testagem de clareza quanto a validade obtiveram conceitos máximos.

As entrevistas foram realizadas individualmente com os treinadores, nos intervalos entre os jogos das equipes e/ou nos períodos livres, especialmente nos locais de concentração das equipes (alojamentos), durante a segunda etapa do Campeonato Estadual de Voleibol Catarinense Infanto-Juvenil Masculino.

Na análise dos dados, foram utilizados os recursos da estatística descritiva, frequência e frequência percentual, bem como a média e o desvio padrão.

A pesquisa foi submetida à aprovação do Comitê de Ética para Pesquisa com Seres Humanos (CEPSH) da UFSC, com parecer substanciado no 051/03; além disso, foram obtidas também as respectivas assinaturas dos Termos de Consentimento Livre Esclarecido pelos participantes.

Resultados e discussões

Características sociodemográficas dos treinadores de voleibol

Com relação à formação acadêmica, $n=4$ dos treinadores de voleibol eram apenas graduados e $n=2$ realizaram curso de especialização (pós-graduação). No que diz respeito à experiência como atleta de voleibol, $n=5$ foram atletas da modalidade, com média de $10,5+6,5$ anos de experiência atlética. Dos entrevistados, somente $n=1$ nunca foi atleta de voleibol.

Os entrevistados relataram longa experiência profissional como treinador de voleibol ($18,3+10,1$ anos). Quanto à atuação em seleções estaduais, $n=4$ dos treinadores entrevistados já haviam ocupado o cargo de treinador de seleção estadual nos escalões de formação de voleibol. O tempo médio de intervenção foi de 5,3 anos, sendo que apenas $n=2$ nunca trabalharam como treinador de seleção estadual. Além disso, os treinadores de voleibol atuavam nas equipes pesquisadas há menos de 5 anos.

Sistemas de jogo utilizados pelas equipes de voleibol

Todos os treinadores de voleibol entrevistados ($n=6$) relataram que utilizaram o sistema 5:1 – sistema que conta com um levantador e cinco atacantes – como sistema ofensivo de suas equipes. Araújo (1999) encontrou que, no escalão de formação infanto-juvenil masculino, 100% dos treinadores utilizam o sistema de jogo 5:1, mostrando a importância do papel do levantador nas equipes. Quanto ao sistema de recepção, enquanto $n=4$ (67%) utilizam o sistema com 2 ou 3 receptores, dependendo do saque adversário, $n=2$ (33%) utilizam o sistema com 3 receptores prioritários. Resultados similares foram encontrados no estudo realizado com treinadores de voleibol cariocas, em que 75% das equipes infanto-juvenis masculinas utilizam o sistema com 2 ou 3 receptores, dependendo do saque adversário (ARAÚJO, 1999). O estudo de Kolbe (2006), feito com equipes de voleibol de São Paulo, evidenciou que 80% das equipes femininas e 66% das equipes masculinas utilizam como sistema tático o 5:1. Para Baiano (2005), o sistema 5:1 é o mais eficiente, pois, além de priorizar o ataque, preocupa-se também com a recuperação da bola na defesa e com a melhora na recepção do saque. O sistema 3:2:1, também denominado

de 6 recuado ou, ainda, de cobertura correspondente – pois o jogador da posição “6” é o responsável por todo o fundo de quadra –, foi o sistema defensivo utilizado por todos os treinadores, n=6 (100%), nas suas equipes.

Critérios de seleção de levantadores infanto-juvenis no voleibol

O processo de seleção de atletas deve levar em consideração diferentes indicadores de rendimento: antropométricos – peso, estatura, envergadura, comprimento de membros; condicionantes – flexibilidade, força e resistência, velocidade de deslocamento e de reação; técnico-coordenativos – técnica e regularidade de execução dos fundamentos; tático-cognitivos – capacidade de percepção e análise das situações de jogo, capacidade de antecipação e de decisão; e psicológicos – autoconfiança, liderança, motivação, espírito de grupo, capacidade de concentração (KONRAD; NASCIMENTO; BARROS, 2002).

Para Dias (2004) um bom levantador caracteriza-se por um bom domínio do procedimento técnico-tático de passe, a adaptação às situações adversas do jogo, e ainda elevada agilidade, imprevisibilidade e precisão. Já Queiroga (2005) associa a esses aspectos os aspectos psicológicos, considerando fundamentais as características de confiança, liderança, gestão, estrategismo, comunicação, além de uma boa visão de jogo e da elevada capacidade tática.

Fernandes (2004) declara em seu estudo não encontrar documentos que tratem especificamente sobre qual a idade em que deve ocorrer o processo de especialização ou de escolha das posições dos jogadores nas equipes de voleibol, deixando, assim, a decisão nas mãos dos treinadores, com base em sua experiência e intuição. Maia e Mesquita (2006) e Fernandes (2004) mencionam que a especialização não é definida temporalmente, porém tendenciosamente ocorre primeiro com o levantador, pelas particularidades técnicas que o mesmo apresenta, aliadas às exigências específicas do jogo.

Os treinadores de voleibol investigados neste estudo foram questionados sobre a importância atribuída aos fatores de rendimento na seleção do levantador. De acordo com os dados contidos na tabela 1, na seleção do levantador infanto-juvenil masculino, os treinadores de voleibol priorizaram os fatores técnico-coordenativos, seguidos de fatores tático-cognitivos e psicológicos. Por último, consideraram os

fatores condicionais e antropométricos. Esses dados coincidiram com os resultados obtidos por Araújo (1999) e Nascimento et al. (2001), que obtiveram a mesma ordem de importância aos fatores de rendimento nas investigações com treinadores catarinenses e cariocas, respectivamente, em equipes masculinas desse escalão etário. Esses dados contrariam os encontrados por Milistetd et al. (2009), em sua análise da concepção de treinadores experts acerca do processo de especialização funcional na formação desportiva a longo prazo de jogadores de voleibol, quando 41,6% dos entrevistados valorizaram os indicadores físicos, seguidos de 36,9% que valorizaram os indicadores técnicos e de 21,5% que valorizaram os indicadores psicológicos.

Tabela 1: Importância atribuída aos fatores de rendimento na seleção do levantador

FATORES	IMPORTANCIA				
	1	2	3	4	5
Técnico-coordenativos	67%	16,5%	16,5%	–	–
Tático-cognitivos	–	67%	–	33%	–
Psicológicos	33%	–	33%	–	33%
Condicionais	–	–	50%	16,5%	33%
Antropométricos	–	16,5%	–	50%	33%
Total	100%	100%	100%	100%	100%

Tabela 2: Importância atribuída aos indicadores dos fatores de seleção do levantador

Indicadores	Média	Desvio-padrão
<i>Fatores antropométricos</i>		
Estatura	3,3	$\pm 0,8$
Massa corporal	4	$\pm 1,1$
Envergadura	3,5	± 1
Comprimento membros superiores	3,5	$\pm 1,2$
Comprimento membros inferiores	2,8	$\pm 0,7$
<i>Fatores condicionais</i>		
Flexibilidade	3,5	$\pm 0,5$
Resistência	3,6	$\pm 1,2$
Força	3,8	$\pm 0,7$
Velocidade de deslocamento	4,6	$\pm 0,8$
Velocidade de reação	4,8	$\pm 0,4$
<i>Fatores técnico-coordenativos</i>		
Técnica de execução do toque	4,8	$\pm 0,4$
Técnica de execução da manchete	3,3	$\pm 0,8$
Técnica de execução da cortada	2,5	$\pm 0,5$
Técnica de execução do bloqueio	4	$\pm 0,6$
Regularidade na execução dos fundamentos	4,3	$\pm 0,8$
<i>Fatores tático-cognitivos</i>		
Capacidade de percepção das situações de jogo	4,5	$\pm 0,8$
Capacidade de análise das situações de jogo	4,6	$\pm 0,5$
Capacidade de antecipação	5	0
Capacidade de decisão	5	0
<i>Fatores psicológicos</i>		
Autoconfiança	4,3	$\pm 0,5$
Liderança	5	0
Motivação	4,5	$\pm 0,8$
Espírito de grupo	4,5	$\pm 0,5$
Capacidade de concentração	4,8	$\pm 0,4$

Como visto na tabela 2, com relação aos fatores antropométricos, os treinadores de voleibol destacaram como principais indicadores a massa corporal e o comprimento dos membros superiores. Os dados obtidos não coincidiram com aqueles encontrados por Araújo (1999), cujos treinadores investigados indicaram a altura como indicador mais importante na seleção de levantadores infanto-juvenis masculinos.

Quanto aos fatores condicionais, a velocidade de reação e a velocidade de deslocamento apareceram com maior destaque e foram consideradas pelos treinadores de voleibol como fundamentais no processo de seleção dos levantadores. A velocidade de reação, a velocidade de execução e a velocidade de deslocamento também aparecem como os critérios de seleção mais importantes na investigação de Araújo (1999), demonstrando-se relativa semelhança na opinião de treinadores de voleibol catarinenses e cariocas quanto aos indicadores dos fatores condicionais da seleção de levantadores infanto-juvenis.

No que diz respeito aos fatores técnico-coordenativos, pode-se perceber que a técnica de execução do toque de bola, bem como a regularidade na execução dos fundamentos, foram consideradas muito importantes pelos treinadores de voleibol investigados. Esses resultados corroboram as evidências obtidas por Nascimento et al. (2001) e Araújo (1999).

No tocante aos fatores tático-cognitivos, os treinadores de voleibol catarinenses consideraram todos os indicadores de seleção como fundamentais, destacando principalmente a capacidade de antecipação e a capacidade de decisão. Araújo (1999) e Nascimento et al. (2001) apresentaram resultados semelhantes em suas investigações, com a capacidade de decisão sendo o indicador tático-cognitivo mais importante no processo de seleção do levantador infanto-juvenil masculino, seguido pelas capacidades de análise e percepção das situações de jogo e a capacidade de antecipação.

Quanto aos indicadores dos fatores psicológicos, os dados revelaram que todos os indicadores, com exceção da autoconfiança, foram considerados fundamentais pelos treinadores de voleibol catarinenses. A liderança e a capacidade de concentração tiveram maior destaque como critério psicológico de seleção de levantadores no escalão infanto-juvenil masculino. Comparando esses resultados com os do estudo de Araújo (1999), nota-se que não há semelhanças entre eles, embora a autora tenha encontrado em sua pesquisa a capacidade de concentração em níveis máximos e a motivação como um dos indicadores mais

importantes.

Apesar de atribuírem certa importância aos fatores e indicadores de seleção, a subjetividade nos procedimentos de seleção foi mencionada por todos os treinadores de voleibol investigados. Os treinadores de voleibol priorizam a observação não sistemática do atleta nas sessões de treinamento, ou seja, a maioria dos treinadores observa a técnica de execução do toque de bola e os aspectos psicológicos (liderança que o atleta exerce sobre o grupo) como processo de seleção. Esses dados coincidem com os de Araújo (1999), em que 100% dos treinadores participantes da investigação utilizam métodos subjetivos no processo de seleção do levantador infanto-juvenil masculino, e apenas 25% fazem uso adicional de métodos objetivos.

Características do treinamento dos levantadores infanto-juvenis

Com relação à frequência semanal das sessões de preparação técnico-tática das equipes (tabela 3), constatou-se não existir homogeneidade entre os treinadores de voleibol investigados quanto ao número de sessões de treinamento técnico-tático nos períodos básico, específico, competitivo e de transição.

Tabela 3: Frequência semanal das sessões de preparação técnico-tática das equipes

Frequência	6 vezes	5 vezes	4 vezes	3 vezes	2 vezes	Não treina	Total
Períodos	%	%	%	%	%	%	%
Básico	16,5	33	16,5	–	16,5	16,5	100
Específico	16,5	33	16,5	16,5	16,5	–	100
Competitivo	33	33	16,5	16,5	–	–	100
Transição	–	–	50	33	–	16,5	100

No período básico predominou a frequência de 4 a 6 sessões semanais de treinamento técnico-tático (66%). Já no período específico, o número de sessões semanais variou de 2 a 6, sendo que n=2 (33%) dos treinadores de voleibol utilizam 5 sessões semanais na preparação de suas equipes. No período competitivo, n=4 (66%) dos treinadores utilizam de 5 a 6 sessões semanais de treinamento. Por outra parte, no período de transição, n=5 (83%) dos treinadores de voleibol concentram os treinamentos técnico-táticos de suas equipes em 3 a 4 vezes por semana.

O estudo de Silva e Tumelero (2007) com atletas de voleibol infanto-juvenil constatou uma frequência semanal das sessões de treinamento de 5 vezes na semana, com ênfase na parte física, técnica e tática.

Os resultados revelam o cuidado dos treinadores de voleibol catarienses com a racionalização do treinamento, aliada à fundamentação metodológica e à organização do trabalho apontadas por Lima (2000). Além de estimular o gosto pelo jogo e o gosto pela modalidade, a racionalização do treinamento necessita respeitar os interesses profundos dos jogadores que pretendem fazer carreira esportiva, desenvolvendo o gosto de treinar e o prazer de competir.

Quanto à frequência semanal das sessões de preparação física das equipes (tabela 4), constata-se novamente não haver homogeneidade no que diz respeito à frequência semanal das sessões de preparação física entre os treinadores de voleibol entrevistados. Enquanto no período básico predominou a frequência de 5 vezes por semana (50%), nos períodos específico e competitivo os treinadores de voleibol concentram as sessões de preparação física em 3 vezes na semana (67%).

Tabela 4: Frequência semanal das sessões de preparação física das equipes

Frequência	6 vezes	5 vezes	4 vezes	3 vezes	2 vezes	Não treina	Total
Períodos	%	%	%	%	%	%	%
Básico	16,5	50	17	—	16,5	—	100
Específico	—	16,5	16,5	67	—	—	100
Competitivo	—	16,5	—	67	—	16,5	100
Transição	17	33	—	17	33	—	100

No período de transição, 50% dos entrevistados concentraram as sessões de preparação física em 5 a 6 vezes por semana e os outros 50%, em 2 a 3 vezes por semana. Levando em conta o calendário e a periodização da temporada esportiva, nota-se um alto volume de treinamento físico nos períodos básico e de transição.

No que diz respeito à utilização de treinamento individualizado do levantador, todos os treinadores, n=6 (100%), responderam que faziam uso desse tipo de treinamento na preparação técnico-tática de seus levantadores. O fato de o levantador ser o jogador que mais participa das ações do jogo parece justificar a preocupação dos treinadores de voleibol em treinar seus levantadores de forma especial e em separado do grupo.

Quanto aos períodos de treinamento em que é realizado o treinamento individualizado do levantador, n=5 (83%) dos treinadores de voleibol entrevistados concentraram esse tipo de treinamento nos períodos básico e específico. No estudo de Araújo (1999), somente 50% dos treinadores da categoria infanto-juvenil masculina utilizam treinamento específico em todas as sessões de treinamento das equipes.

A alta incidência do treinamento individualizado do levantador no período básico se deve ao fato de que, nesse período, a preocupação é a da formação/preparação do atleta para uma função que requer muita habilidade técnica. Além disso, $n=4$ (67%) dos treinadores de voleibol entrevistados utilizam, no mínimo, 3 sessões semanais para o treinamento individualizado.

Um aspecto a destacar é que todos os treinadores de voleibol investigados, $n=6$ (100%), afirmam utilizar o treinamento complementar na preparação do levantador em, no mínimo, 2 a 3 vezes na semana. Além de demonstrar que o treinamento individualizado não é suficiente na preparação técnico-tática do levantador, o alto nível alcançado pelas equipes infanto-juvenis nos campeonatos catarinenses tem justificado a realização de treinamento complementar, especialmente nos períodos básico, específico e competitivo, para corrigir eventuais falhas desse jogador no andamento dos treinos, nos jogos amistosos e na competição.

A preocupação dos treinadores de voleibol em proporcionar a todos os jogadores, em especial aos levantadores, uma experiência esportiva positiva e gratificante também ficou evidente nas entrevistas. De fato, os treinadores investigados parecem atender as recomendações de Graça (2000) a fim de criar as condições e fornecer os recursos de que os jogadores mais necessitam para lidar com as tarefas do seu desenvolvimento como atleta e como pessoa, principalmente para construir uma imagem positiva de si.

Os resultados da tabela 5 revelam que também há pouca homogeneidade entre os treinadores entrevistados com relação aos exercícios utilizados e a respectiva frequência semanal no treinamento do levantador.

Tabela 5: Frequência semanal dos exercícios utilizados nas sessões de treinamento do levantador

Frequência	6 vezes	5 vezes	4 vezes	3 vezes	2 vezes	Não treina	Total
Períodos	%	%	%	%	%	%	%
Exercícios de direção	16,5	33	—	16,5	33	—	100
Exercícios de força	—	16,5	33	50	—	—	100
Exercícios de tempo de bola	—	50	16,5	33	—	—	100
Exercícios de técnica individual	16,5	50	16,5	16,5	—	—	100
Exercícios de tática (coletiva)	—	—	33	33	33	—	100
Exercícios em situações de jogo (coletivos)	—	33	16,5	16,5	33	—	100

De modo geral, os exercícios de direção e em situações de jogo são realizados por 67% dos treinadores, de 2 a 5 vezes por semana. Todos os treinadores (100%) afirmaram realizar de 3 a 5 vezes por semana exercícios de tempo de bola e exercícios de força com seus levantadores; 67% dos treinadores utilizam exercícios de técnica individual de 5 a 6 vezes por semana; e todos os treinadores (100%) realizam exercícios de tática coletiva de 2 a 4 vezes por semana.

Com relação à frequência semanal dos diferentes tipos de exercícios utilizados no treinamento complementar do levantador (tabela 6), os treinadores entrevistados relatam que utilizam de 4 a 5 vezes na semana exercícios de direção e exercícios de técnica individual.

Tabela 6: Frequência semanal dos diferentes exercícios utilizados nas sessões de treinamento complementar do levantador

Frequência	6 vezes	5 vezes	4 vezes	3 vezes	2 vezes	Não treina	Total
Períodos	%	%	%	%	%	%	%
Exercícios de direção	–	50	16,5	16,5	16,5	–	100
Exercícios de força	–	33	16,5	16,5	33	–	100
Exercícios de tempo de bola	–	16,5	–	33	50	–	100
Exercícios de técnica individual	–	67	–	16,5	16,5	–	100
Exercícios de tática (individual)	–	16,5	16,5	33	33	–	100

As evidências encontradas parecem indicar uma maior preocupação dos treinadores em ajustar a relação entre o levantamento e o ataque, preocupação confirmada pela maior frequência semanal de exercícios de técnica individual e de tempo de bola nas sessões individualizadas de treinamento. Além disso, a maior incidência de exercícios de técnica individual, de direção e de força nas sessões de treinamento complementar revela não só o quanto a técnica e a direção são imprescindíveis para um bom levantador, mas também como é necessária a força física para colocar a bola nas extremidades.

A diversidade de exercícios implementados pelos treinadores parece atender as recomendações de Mesquita e Graça (2002) quanto à necessidade de não apenas colocar os levantadores em situações fechadas, mas também em situações de jogo a fim de desenvolver um padrão consistente de tomada de decisão relacionado às opções estratégicas diante da oposição situacional do jogo.

Conclusões

Quanto aos sistemas ofensivos e defensivos empregados em equipes infanto-juvenis masculinas, constatou-se que os treinadores de voleibol catarinenses utilizam o sistema ofensivo 5:1 e o sistema de defesa 3:2:1. A maioria dos treinadores de voleibol utiliza o sistema de recepção com 2 ou 3 receptores prioritários, dependendo do saque adversário.

No que diz respeito aos fatores de rendimento considerados pelos treinadores de voleibol catarinenses na seleção de levantadores infanto-juvenis masculinos, constatou-se neste estudo a maior importância atribuída aos fatores técnico-coordenativos, tático-cognitivos e psicológicos, um resultado similar aos relatados em outras investigações com esse escalão etário.

Com relação aos indicadores de seleção priorizados pelos treinadores de voleibol catarinenses, detectou-se maior preocupação com a massa corporal, a velocidade de reação e de deslocamento, a técnica de execução do toque de bola, a capacidade de antecipação, a capacidade de decisão, a liderança e a capacidade de concentração. Entretanto, todos os treinadores utilizam o método subjetivo na seleção de levantadores por meio da observação não sistemática do atleta em situações de treinamento.

Já no treinamento individualizado de levantadores, todos os treinadores de voleibol utilizam esse procedimento, principalmente nos períodos básico e específico, com frequência semanal de 3 sessões. As sessões de treinamento complementar com os levantadores acontecem nos períodos básico, específico e competitivo, com frequência semanal de 2 a 3 vezes.

De modo geral, os resultados encontrados nesta investigação fornecem informações importantes sobre os procedimentos adotados na primeira seleção específica fina do levantador, bem como dos procedimentos empregados no treinamento de levantadores infanto-juvenis masculinos. Além disso, a homogeneidade em relação à importância atribuída pelos treinadores de voleibol entrevistados quanto aos fatores e indicadores de seleção de levantadores parece revelar a existência de uma escola catarinense de formação de levantadores.

O uso frequente de treinamento individualizado e de sessões complementares para os levantadores revela grande preocupação dos treinadores catarinenses com a qualidade do levantamento. Além disso,

considerando o elevado nível dos jogos dessa categoria, ter um levantador bem selecionado e treinado tornou-se imprescindível para o resultado final das partidas e campeonatos estaduais.

The process of selection and training of fifteen to seventeen-year-old male setters On the Catarinense's Volleyball team

Abstract

The objective was to identify the procedures adopted by catarinenses' volleyball coaches in the selection and training of youngest male setter's team. The volleyball club's coaches, with tradition in the formation of volleyball athletes, participated within the study (n=6). Structuralized interview were used in the data collection. The evidences confirm the importance attributed to the coordinative, technical, cognitive, tactical and psychological factors in the setter's selection. Beyond individual sessions, the volleyball coaches used complementary sessions in the training for the youngest male setter's team, in the development of exercises for individual technique, ball time, direction and force.

Keywords: Volleyball - Training - Setters

El proceso de elección y formación de los armadores de equipos de voleibol catarinenses infanto-juveniles masculino

Resumen

El objetivo del estudio fue identificar los procedimientos adoptados por entrenadores de voleibol en la elección y en el entrenamiento de los armadores de equipos masculinos infanto-juveniles catarinenses. Participaron en el estudio los entrenadores de voleibol de los clubes con tradición en la formación de atletas en voleibol (n=6). En la recolección de datos fueron utilizadas entrevistas estructuradas. Las pruebas encontradas confirman la importancia atribuida a los factores técnicos – coordinativos, táctico, cognitivos y los efectos psicológicos en la elección de los armadores. Además de las sesiones individualizadas los entrenadores utilizaron sesiones complementarias en el entrenamiento de los armadores menores y jóvenes infanto-juveniles para el desarrollo de ejercicios de técnica, tiempo individual, manejo de la pelota, dirección y fuerza.

Palabras clave: Voleibol – Entrenamiento – Armadores

Referências

ARAÚJO, C. J. P. R. **Estudo dos indicadores de seleção do jogador distribuidor e análise do seu quadro caracterizador nos escalões de formação do estado do Rio de Janeiro.** Monografia – Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, 1999. (Mimeo.).

BAIANO, A. **Voleibol: sistemas e táticas**. Rio de Janeiro: Sprint, 2005.

BARBANTI, V. J. **Formação de sportistas**. Barueri (São Paulo): Manole, 2005.

BOJIKIAN, J. C. et al. Talento sportivo no voleibol feminino do Brasil: maturação e iniciação sportiva. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 6, n. 3, p. 179-187, jan.-dez. 2007. Disponível em: www.mackenzie.br/fileadmin/Editora/REMEF/Remef_6.3/Artigo_20.pdf. Acesso em: 18 jan. 2009.

_____; BÖHME, M. T. S. Crescimento e composição corporal em jovens atletas de voleibol feminino. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 22, n. 2, p. 91-102, abr.-jun. 2008. Disponível em: www.usp.br/eef/rbefe/v22n22008/1_RBEFE_v22_n2_2008_p91_97.pdf. Acesso em: 18 jan. 2009.

BOMPA, T. O. Planejamento a longo prazo: o caminho para a alta competição. In: ADELINO, J.; VIEIRA, J.; COELHO, O. (org.). **Seminário Internacional Treino de Jovens**. Lisboa: Centro de Estudos e Formação Desportiva–Ministério da Juventude e do Desporto, 2000. p. 139-150.

DIAS, C. **A distribuição no voleibol: aplicar uma estratégia eficaz**. Treino Desportivo, Lisboa, n. 24, p. 51-59, 2004.

DUWE, E. J.; NOVAES, A. J. Planejamento do voleibol a longo prazo por faixas etárias. **Revista Leonardo**, Santa Catarina, v. 1, n. 2, jan.-jun. 2003. Disponível em: <http://www.icpg.com.br/artigos/rev02-13.pdf>. Acesso em: 27 jan. 2008.

DÜRRWÄCHTER, G. **Voleibol: treinar jogando**. Rio de Janeiro: Livro Técnico, 1984.

FERNANDES, J. J. M. **Concepção dos treinadores experts acerca do modelo de formação sportiva do voleibolista português**. 2004. 175 f. Dissertação (Mestrado em Ciências do Desporto) – Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, Porto, 2004.

FERREIRA, A. D.; DE PAULA, A. H.; COTTA, D. O. Identificação e

comparação do perfil de aptidão física em atletas de voleibol por posição de jogo. **Revista Digital**, Buenos Aires, v. 11, n. 106, mar. 2007. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd106/perfil-de-aptidao-fisica-em-atletas-de-voleibol.htm>. Acesso em: 18 jan. 2009.

GRAÇA, A. B. dos S. Quando se treina bem. In: ADELINO, J.; VIEIRA, J.; COELHO, O. (org.). **Seminário Internacional Treino de Jovens**. Lisboa: Centro de Estudos e Formação Desportiva–Ministério da Juventude e do Desporto, 2000. p. 61-70.

GRECO, P. J.; BENDA, R. N.; CHAGAS, M. H. A aprendizagem do gesto técnico esportivo. In: GRECO, P. J.; SAMULSKI, D. M.; JÚNIOR, E. C. **Temas atuais em educação física e esportes**. Belo Horizonte: Health, 1997. p. 45-58.

KOLBE, A. **A importância da preparação tática no desempenho técnico em equipes de voleibol**. 2006. Monografia – Faculdade de Ciências, Universidade Estadual Paulista, Bauru, 2006. (Mimeo.).

KONRAD, L. M.; NASCIMENTO, J. V. do; BARROS, M. V. G. de. Avaliação dos indicadores de seleção dos jogadores de voleibol de alto nível: o caso da superliga de 2000/2001. In: SONOO, C. N. (org.). **Educação física e esportes: os novos desafios da formação profissional**. Maringá: Editora da UEM, 2002.

LIMA, T. **Saber treinar, aprende-se!** Lisboa: Instituto Nacional Formação e Estudos do Desporto, 2000.

MARCHI JÚNIOR, W. Voleibol e mídia: lances de um jogo desconhecido. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DO ESPORTE, 13. 2003, Caxambu, MG. **Anais...** Caxambu: Conbrace, 2003.

MAIA, N.; MESQUITA, I. Estudo das zonas e eficácia da recepção em função do jogador recebedor no voleibol sênior feminino. **Revista Brasileira de Educação Física e Esportes**, São Paulo, v. 20, n. 4, p. 257-270, 2006.

MESQUITA, I.; GRAÇA, A. B. dos S. Probing the strategic knowledge of an elite volleyball setter: a case study. **International Journal of Volleyball Research**, Colorado Springs (Estados Unidos), v. 5, n. 1, p. 13-17, Dec. 2002.

MILISTETD, M. et al. A concepção de treinadores experts brasileiros acerca do processo de especialização funcional na formação desportiva a longo prazo do jogador de voleibol. **Revista da Educação Física**, Universidade Estadual de Maringá, Maringá, v. 20, n. 2, p. 161-170, 2009.

MOUTINHO, C. A. S. S. **Estudo da estrutura interna das ações da distribuição em equipes de voleibol de alto nível de rendimento**. Contributo para a caracterização e prospectiva do jogador distribuidor. 2000. 275 f. Tese (Doutorado) – Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, Porto, 2000.

NASCIMENTO, J. V. do et al. Detecção de talentos no voleibol infanto-juvenil catarinense. In: FÓRUM BRASIL ESPORTE, 2. 2001, Recife. **Anais...** Recife: Fórum Brasil Esporte, 2001.

QUEIROGA, M. A. **O conhecimento táctico-estratégico do distribuidor de alto nível**: um estudo com distribuidores das selecções brasileiras de voleibol feminino e masculino. 2005. 165 f. Dissertação (Mestrado em Ciências do Desporto) – Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, Porto, 2005.

RAMOS, M. H. K. P. et al. Estrutura interna das ações de levantamento das equipes finalistas da superliga masculina de voleibol. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 12, n. 4, p. 33-37, dez. 2004. Disponível em: www.ucb.br/Mestradoef/RBCM/12/12%20-%204/ar_12_4_5.pdf. Acesso em: 18 jan. 2009.

RODRIGUES, C. J. C. **Descrição e análise da distribuição da equipe campeã nacional de juvenis masculinos, da época 96/97, através do estudo comparativo de dois sistemas de avaliação**. 1997. Dissertação (Mestrado em Ciências do Desporto) – Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, Porto, 1997.

SILVA, C. D.; TUMELERO, S. Comparação física e de resposta ao treinamento para atletas da categoria infanto-juvenil em funções específicas no voleibol. **Revista Digital**, Buenos Aires, v. 12, n. 107, abr. 2007. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd107/treinamento-para-atletas-da-categoria-infanto-juvenil-no-voleibol.htm>. Acesso em: 18 fev. 2010.

SILVA, L. R. R. da. **Desempenho esportivo**: treinamento com crian-

ças e adolescentes. São Paulo: Phorte, 2006.

_____ et al. A utilização de variáveis cineantropométricas no processo de detecção, seleção e promoção de talentos no voleibol. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 11, n. 1, p. 69-76, jan. 2003. Disponível em: www.ucb.br/mestradoef/RBCM/11/11%20-%201/c_11_1_10.pdf. Acesso em: 18 jan. 2009.

THOMAS, J. R.; NELSON, J. K. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2002.

ZHELEZNIAK, Y. D. **Voleibol: teoría y método de la preparación**. Barcelona: Paidotribo, 1993.

Recebido em: 23/09/2009

Revisado em: 13/11/2009

Aprovado em: 10/05/2010

Endereço para correspondência

wazanatta@hotmail.com

William Antonio Zanatta

Prefeitura Municipal de Palhoça

Secretaria de Educação.

Avenida Pagani

Pagani

CEP: 88130-000 - Palhoca, SC - Brasil