



VOLEI VS. VOLEI

João Crisóstomo Marcondes Bojkian

Universidade Presbiteriana Mackenzie

Resumo: Dentre as várias razões que podem limitar o desempenho de atletas adultos de voleibol, este estudo procura, na literatura, possíveis relações entre a especialização unilateral precoce e a qualidade final da performance. Esta revisão sugere possíveis relações entre vivências motoras variadas na infância, quando utilizadas com a finalidade da formação de uma memória motora ampla e variada, com a capacidade de aperfeiçoamento técnico voleibolistas da idade adulta. Várias são as citações que justificam a existência das referidas relações. As fontes analisadas atestam que a prática do voleibol de alto rendimento necessita de um repertório de recursos técnicos, somente possível para atletas que possuem memória motora compatível. Isso faz com que seja levantada a hipótese de que o voleibol praticado na infância, de forma sistematizada visando a formação de futuros atletas para a modalidade, na verdade atua como fator limitante para o desempenho de voleibolistas adultos.

Palavras-chave: Voleibol; Aprendizagem Motora; Habilidade Motora; Repertório Motor; Aperfeiçoamento Técnico.

VOLLEY VS. VOLLEY

Abstract: Among several reasons that may limit the adult volleyball players performance, this study searches in literature, possible relationships between precocious unilateral specialization and the performance final quality. This review suggests possible relationships between varied motor experience in childhood, when used aiming the formation of a vast motor memory, and the capability of technical improvement by those adult volleyball players. Several are the quotations which justify the existence of such relationships. The analyzed sources, say that the practice of high performance volleyball needs a repertory of technical resources that would only be possible in athletes who possess compatible motor memory. This brings up the hypothesis that the volleyball practiced in childhood, in a systematic way, and that aims the formation of future athletes for the sport, actually acts as a limiting factor to the improvement of adult volleyball players.

Keywords: Volleyball; Motor Learning; Motor Ability; Motor Repertory; Technical Improvement.

INTRODUÇÃO

É comum, nos campeonatos brasileiros de seleções estaduais infanto-juvenis e juvenis de voleibol, que são realizados anualmente, premiar-se o atleta de maior destaque. Entretanto, não foram poucos os laureados que jamais conseguiram distinção na categoria adulta, seja em seus clubes, seja na seleção brasileira.

É, também, corriqueira a conquista de campeonatos regionais por equipes constituídas, na sua totalidade, de adolescentes que, depois, largam a prática do voleibol, desiludidos, pois percebem que não mais conseguem acompanhar as performances técnicas de seus companheiros de clube ou adversários, muitos dos quais foram, um dia, seus reservas.

Por que jovens promessas, que se destacaram nas categorias pré-mirim, mirim, infantil, infanto-juvenil e juvenil, não conseguem um aperfeiçoamento técnico condizente com as performances de até então, e atingem sua plenitude técnico-tática muito antes da idade adulta? Em outras palavras, por quais razões é tão freqüente um atleta de idade adulta jogar com o mesmo nível técnico que possuía na idade infanto-juvenil?

As possíveis respostas são várias, tais como falta de um genótipo adequado; treinamento inadequado, tanto em qualidade quanto em quantidade, ou mesmo, aos diferentes estágios do crescimento e do desenvolvimento; falta de uma avaliação precisa quanto à possível estatura final; crescimento precoce; escolha inadequada da função tática; má alimentação; freqüência de contusões; falta de estrutura psicológica ou social; especialização precoce, etc.

Este estudo se preocupa em responder, dentre as questões aqui levantadas, apenas às possíveis relações existentes entre a especialização precoce do voleibolista e a qualidade de sua performance final. Esse aspecto foi o escolhido por ser, ao nosso ver, o mais importante entre todos, pois, além de ser muito corriqueiro no voleibol competitivo brasileiro, influencia no resultado final, tanto dos que não tem reais potencialidades para a prática de alto nível, quanto dos que as têm.

Apesar do enfoque dado ao problema, não se tem a pretensão de esgotar o assunto, mas sim, de trazer uma parcela de contribuição aos estudiosos do assunto, aos professores e técnicos que trabalham com crianças e adolescentes, aos pais que, muitas vezes por total desconhecimento, escolhem caminhos inadequados para seus filhos e, finalmente, aos jovens atletas que, com certeza, são os que mais sofrem, roubados que são de seus sonhos.

CAMINHOS PARA O DESENVOLVIMENTO MOTOR DE JOGADORES DE VOLEIBOL

Inicia-se essa discussão procurando dimensionar as habilidades motoras necessárias para a prática do voleibol de alto nível. É preciso, desde já, ter claro que quanto mais elevado o padrão tático praticado, mais complexas são as ações motoras resultantes.

Lembrar que Greco (1998) afirma que “o desenvolvimento das capacidades táticas serve de base ao atleta na busca de soluções para as tarefas-problemas que a situação do jogo exige”, facilita entender que, quanto mais recursos um atleta tiver, maiores serão suas chances de sucesso. É importante visualizar os referidos recursos que, na verdade, constituem-se na interação entre a ação individual e a coletiva, e que são conhecidos por táticas individuais, como uma capacitação de atuação psicofísica.

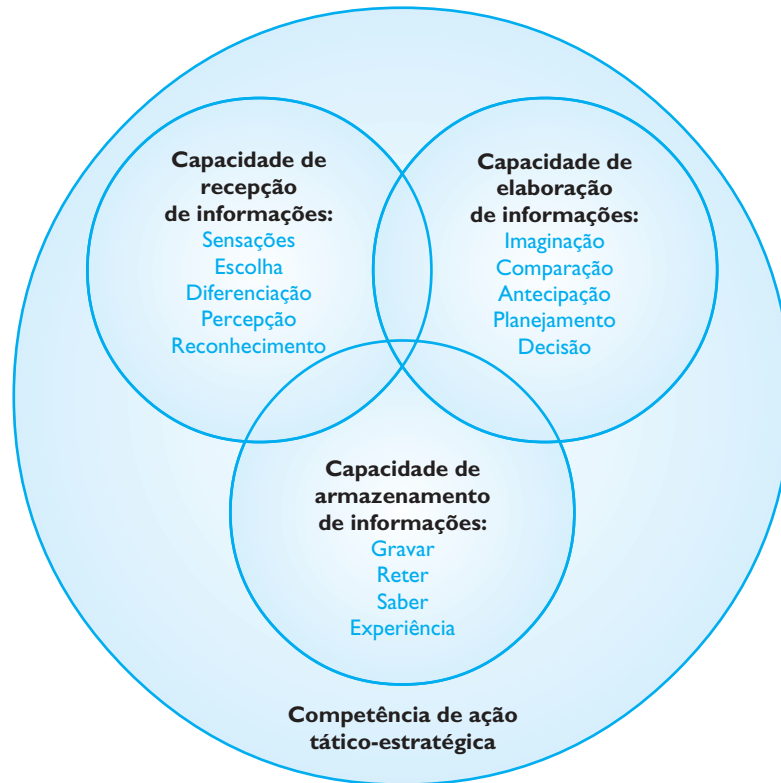
Volpert (apud Greco, 1998) observa que um treinamento tático adequado necessita respeitar três pontos básicos: ordenamento temporal-espacial das ações, flexibilidade do comportamento tático e disponibilidade do comportamento tático; isso leva o autor a concluir que o jogador necessita saber ordenar-se temporal-espacialmente (*timing* da ação), sua ação deve ser flexível diante de diferentes situações e ele deve ter um repertório amplo e variado de soluções. Esse repertório aparece na figura 1 com a denominação de *Competência de ação tático-estratégica*, que apresenta a interação de três aspectos psico-cognitivos envolvidos no comportamento eficiente de um atleta: *capacidade de recepção de informações*, *capacidade de elabo-*

ração de informações e capacidade de armazenamento de informações. Ao examinar os componentes das capacidades de recepção e elaboração de informações, identificam-se capacidades coordenativas, responsáveis, segundo toda a literatura, pela qualidade das ações motoras.

FIGURA 1:

Processo de um comportamento adequado à situação de jogo.

(Schnabel, 1994, apresentado por Greco, 1999)

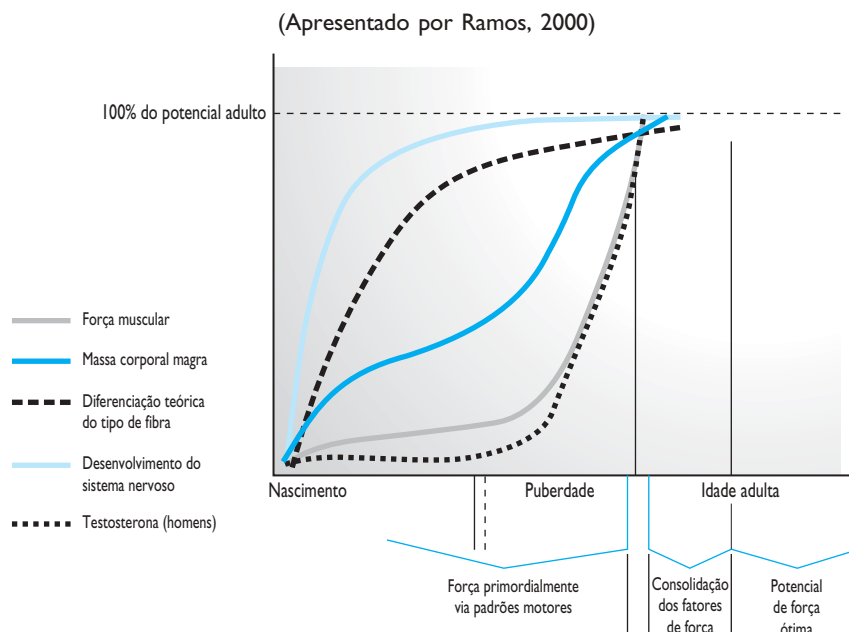


O que se observou até aqui permite entender que a capacidade de solucionar situações-problema num jogo é em muito dependente das capacidades coordenativas. Um bom exemplo disso demonstra-se, na prática, quando se pretende melhorar a capacidade defensiva de um atleta, tanto individual quanto coletivamente. Em razão da grande velocidade da bola cortada pelos adversários, torna-se mais importante treinar as capacidades de percepção, de antecipação, de comparação e de diferenciação do atleta que a própria manchete; ou ele se posiciona de antemão, ou serão mínimas as suas chances de realizar a defesa, já que a velocidade da bola, muitas vezes, é maior do que a capacidade de reação do atleta.

Em contrapartida, encontrou-se com o primeiro problema: Weineck (1999) demonstra que a prontidão capacidades coordenativas ocorre entre os doze anos, por que córtex e cerebelo, órgãos responsáveis por elas, estão, nesse momento, em suas fases principais de desenvolvimento. Ele afirma, ainda, que, após essa etapa da vida, muito pouco se pode fazer para a melhoria das capacidades coordenativas. Fleck 1999 (apud Ramos, 2000) demonstra que nessa idade (12 anos), o sistema nervoso já possui de 90 a 95% de sua formação final, de modo que aspectos coordenativos não adquiridos até então, dificilmente, o serão mais tarde (figura 2).

FIGURA 2:

Desenvolvimento do sistema nervoso e da força muscular. Fleck, 1999.



Torna-se fácil entender, portanto, que um atleta adulto de voleibol tem o seu repertório de soluções muito influenciado pela vivência motora propiciada na infância, e pela intensidade com que as capacidades coordenativas foram desenvolvidas, quer em quantidade, quer em qualidade. Ao se lembrar que as tomadas de decisão são realizadas, em uma partida, em frações de segundo, passa-se a entender com mais clareza sua relação de dependência com as capacidades coordenativas e à vivências motoras anteriores. Deve-se considerar também os ensinamentos de Schmidt & Wrisberg (2001), que mostram que em “ações rápidas não existe tempo para o sistema processar feedback sobre erros e corrigi-los (durante a execução) e produzir movimentos em forma de circuito aberto”. Para esses autores, o planejamento antecipado da ação deverá torná-la menos dependente da informação sensorial, que é tão crítica em espaços de tempo tão exíguos.

Recorre-se novamente à uma situação prática para abordar um outro ponto da questão, que diz respeito ao aperfeiçoamento técnico. Quando um bom atacante infante-juvenil chega à categoria juvenil e passa a enfrentar bloqueios mais altos e experientes, muitas vezes, sua eficácia cai e a procura da solução está, geralmente, na busca de um aumento dos seus recursos técnicos. Os treinadores tentam lhe ensinar novas técnicas de fuga dos bloqueios adversários, como a “exploração”, as “largadas”, as batidas com “meia força” e direcionadas, etc. O sucesso dessas tentativas, mais uma vez, estará muito condicionado ao repertório de movimentos adquirido na infância, pois quando se pretende variações técnicas, na verdade, está-se pretendo a realização de novos movimentos, que, como tais, deverão ser aprendidos. Estes têm, ainda, a agravante de ser tão parecidos com as habilidades motoras principais, que podem ter suas consecuições obstruídas pela ação do feedback negativo, ou mesmo pelas dificuldades naturais de se modificar, após seu início, a realização de uma habilidade motora de circuito aberto.

São vários os estudiosos que, como Schmidt & Wristberg (2001), abordam a teoria da transferência da aprendizagem afirmando que, quanto maior a quantidade de movimentos que o indivíduo tiver armazenado em seu acervo motor, maiores as chances de haver uma identificação positiva para efeito de aprendizagem de uma nova habilidade motora.

Weineck (1999) por sua vez, recomenda que a aquisição desse repertório de movimentos se dê também na infância, pelos motivos acima mencionados, e vai além quando propõe que a prática de ativida-

des esportivas diversificadas seja utilizada para tal fim. A idéia é que a referida prática – sem compromisso com a exatidão da performance motora e sem a presença dos mecanismos de pressão inerentes à competição – possibilite à criança a aquisição de um repertório de movimentos e o desenvolvimento das capacidades coordenativas inerentes à cada uma das modalidades praticadas.

Capacidades coordenativas e aprendizagem de habilidades motoras são conceitos tão interdependentes que Greco (1999) chega a usa-las como sinônimos, no momento do aprendizagem. Weineck (1999) é enfático quando afirma:

Uma única modalidade não pode sozinha desenvolver todas as capacidades coordenativas. Somente diversas modalidades esportivas garantem um desenvolvimento básico geral das capacidades coordenativas. Por esta razão deve-se adotar na infância uma formação poliesportiva, para que corresponda a estas expectativas. (Weineck, 1999, p. 554)

Hagedorn (apud Weineck, 1999) dá a exata dimensão da importância de uma formação generalizada no treinamento específico de uma modalidade, com os conceitos subsidiário, estrutural e da perspectiva;

- *Conceito subsidiário*: papel de equilibrar os déficits provocados pela modalidade específica (desenvolvimento unilateral, sobrecargas, erros nas cargas dos exercícios, etc.).
- *Conceito estrutural*: função de auxiliar a estruturação de padrões de movimentos e ações que possam ser aplicadas em modalidades esportivas específicas.
- *Conceito de perspectiva*: visa a formação da personalidade do atleta.

Nesse mesmo sentido, Weineck (1999) recomenda, na infância a prática da ginástica olímpica (para orientação espacial), dos jogos (para tempo de reação e orientação espacial e temporal – *timing*) e do atletismo (requisito básico para a maioria das modalidades – coordenação em alta velocidade).

As figuras 3, 4, 5 referem-se aos conceitos acima citados e ilustram bem a importância de uma formação poliesportiva na performance futura de uma modalidade específica.

O conceito subsidiário aparece de maneira esquematizada na figura a seguir, onde diversas atividades trariam a sua contribuição para a modalidade esportiva em questão.

FIGURA 3:

Relação de uma modalidade esportiva em questão com outras atividades esportivas. (Hagedorn, 1992)

(Apresentado por Weineck, 1999)



FIGURA 4:

Relação entre uma modalidade esportiva em questão e outras atividades esportivas (2) (Hagedorn, 1992)

(Apresentado por Weineck, 1999)

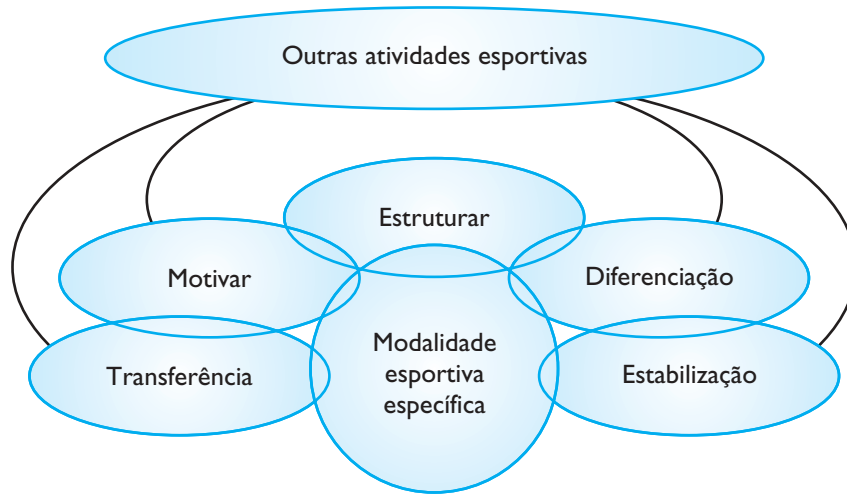
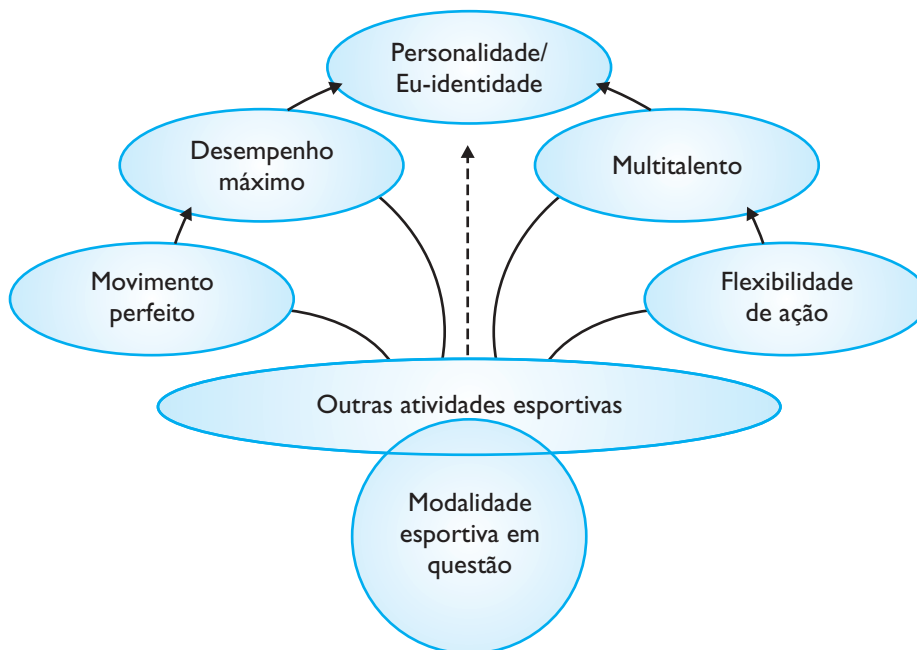


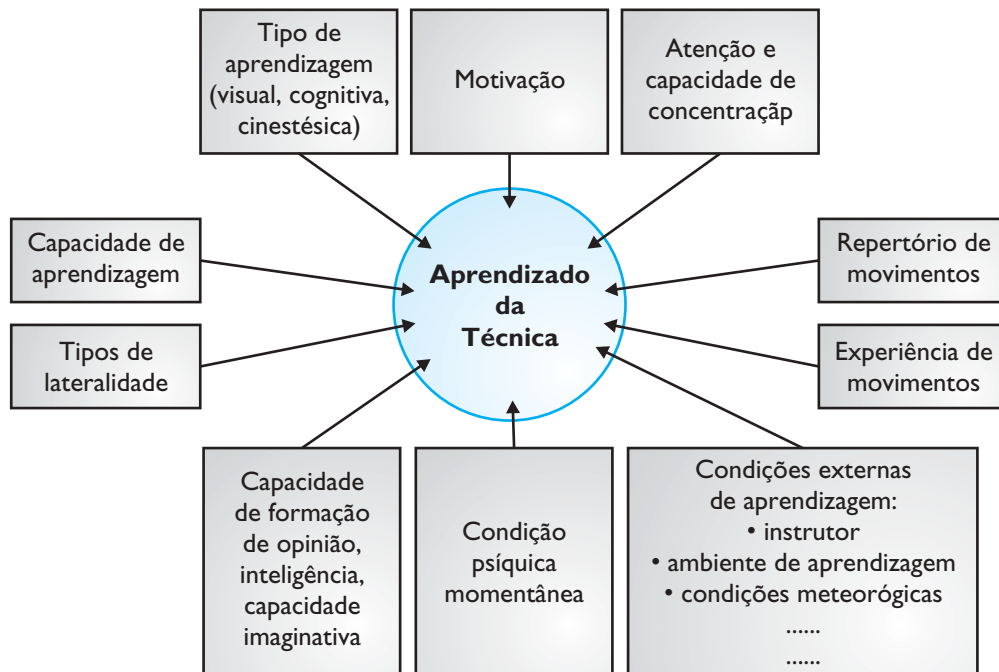
FIGURA 5:

Objetivos (perspectivas) no treinamento e em competições

(Apresentado por Weineck, 1999)



Encontra-se diversos profissionais que acreditam no ensino massacrante da técnica como garantia de desempenho futuro e que desconsideram os aspectos táticos e, principalmente, os diversos fatores que influenciam o aprendizado, como mostra a figura abaixo.

FIGURA 6:**Fatores que influenciam o aprendizado técnico (Weineck, 1999)**

Ao retomar o primeiro exemplo prático, em que se queria melhorar a capacidade defensiva de um jovem atleta, ficou identificada a capacidade de antecipação – capacidade motora coordenativa de prever o desenvolvimento e o resultado de uma ação motora ou de uma situação e, a partir desta, preparar a próxima ação – como fator imprescindível, e relacioná-lo com os ensinamentos de Weineck (1999), conclui-se que se obterá muito mais sucesso, se na infância o praticante em questão, tiver vivenciado esportes mais dinâmicos, que provocam contato físico, como futebol, basquete, handebol ou mesmo lutas, onde a antecipação é muito mais presente e estimulada que na prática do voleibol, quando praticado por crianças.

Retornando ao aperfeiçoamento técnico, enfatiza-se, mais uma vez, a complexidade de sua realização para atletas com repertório motor pequeno e pobre.

CONCLUSÃO

Os conteúdos aqui expostos nos induzem a afirmar que a especialização precoce tende a levar à formação de atletas sem chance de desenvolver todas as suas potencialidades e de obter um ótimo aperfeiçoamento técnico-tático.

Fica evidenciado, então, que a prática exclusiva do voleibol na infância, dificilmente, formará um acervo motor condizente com a prática de um voleibol de alto nível, em que situações problema complexas são constantes exigem a atuação de atletas portadores de arsenais técnicos vastíssimos e de pronta utilização.

Não são novas essas colocações. Já em 1969, o clássico livro de Helezniak, Klesshev e Chejov, *La preparación de los voleibolistas jóvenes*, editado na então U.R.S.S., indicava a necessidade de uma preparação física múltipla para crianças, a fim de que os aspectos coordenativos envolvidos em uma experiência motora rica e variada facilitassem, aos futuros voleibolistas, o aprendizado dos procedimentos técnicos e táticos além do domínio dos “hábitos do jogo”.

É relevante salientar, neste momento, que tanto Bizzocchi (2000) quanto Bojikian (1999) recomendam que as habilidades motoras específicas do voleibol sejam ensinadas depois dos 12/13 anos, destinando-se os períodos anteriores para atividades motoras inerentes à aquisições de acervos motores preparatórios.

A associação da capacidade de tomada de decisões com a utilização dos recursos técnicos pertinentes à solução eficaz de situações-problema será determinante para a diferenciação do atleta “fora de série” daqueles de performances medianas. Essa associação, obviamente se relaciona com os conceitos de cognição e ação de Greco (1999), nos quais o autor aponta uma nova interdependência, a das capacidades coordenativas na formação da personalidade das crianças, quando auxiliam no direcionamento dos diferentes processos cognitivos, que serão responsáveis, mais tarde pela adequada utilização das técnicas no emprego tático.

Para concluir deve-se lembrar da afirmação de Weineck (1999): “Pais e treinadores que induzem precocemente as crianças a um treinamento especializado agem com irresponsabilidade e somente considerando resultados à curto prazo”.

Isso permite, então, dizer que a prática do voleibol na infância ilude aqueles que pensam que quanto mais cedo ocorrer o treinamento, melhor o atleta vai ficar. É um desrespeito aos estágios de crescimento e desenvolvimento infantil, à criança e ao voleibol.

As “Escolinhas de Voleibol” devem ser substituídas pelas “Escolas de Esportes” que, sem dúvida alguma, no momento certo, produzirão melhores jogadores de voleibol que aquelas primeiras.

O voleibol praticado exclusivamente na infância será fator de limitação para a prática do voleibol de alto nível na idade adulta.

É o voleibol contra o voleibol. Volei vs. Volei.

REFERÊNCIAS

- BIZZOCCHI, C. *O voleibol de alto nível: da iniciação à competição*. Fazenda. São Paulo: Arte Editorial, 2000. 208 p., p. 51-64.
- BOJIKIAN, J.C.M. *Ensinando voleibol*. São Paulo: Phorte, 1999. 343 p, cap. IV.
- GRECO, P. J. *Iniciação esportiva universal*. Belo Horizonte: Ed UFMG, 1998. vol I, 232 p.; v. 2, 306 p.
- _____. *Cognição e ação*. In:_____. *Novos conceitos em treinamento esportivo*. Distrito Federal: PUBLICAÇÕES INDESP/Ministério de Esporte e Turismo, 1999. cap. 6.
- RAMOS, A. T. *Treinamento de força na atualidade*. Rio de Janeiro: Sprint, 2000. 115 p., p. 66.
- SCHMIDT, A. S.; WRISBERG. C. A. *Aprendizagem e performance motora*. Porto Alegre: Artmed, 2001. p. 352.
- WEINECK, J. *Treinamento ideal*. São Paulo: Manole, 1999. 740 p., p. 515-35 / 552-62.
- ZHELESNIAK Y. D.; KLESSHEV, Y. N.; CHEJOV S. *La preparación de los voleibolistas jóvenes*. Havana: Ministerio de Cultura/Editorial Científico-Técnica. Traduzido de publicação da URSS: Ed. Cultura Física e Desportos, 1969. 290 p., p. 3-25.

Contatos

Universidade Presbiteriana Mackenzie
Faculdade de Educação Física
Av. Mackenzie, 905 – Barueri – SP
CEP 06460-130
E-mail: jc_bojikian@hotmail.com

Tramitação

Recebido em junho/2002
Aceito em setembro/2002