



## ESPECIALIZAÇÃO NO VOLEIBOL DURANTE A GRANDE INFÂNCIA

Andréia Farias Vieira

João Crisóstomo Marcondes Bojikian

Universidade Presbiteriana Mackenzie – Brasil

**Resumo:** O presente estudo teve por objetivo analisar, por meio da Revisão de Literatura, os riscos ou benefícios da especialização precoce no voleibol em relação ao desenvolvimento motor durante a grande infância, aqui compreendida dos 6 anos até o estirão da puberdade. No primeiro momento, o estudo faz um breve relato sobre a participação das crianças num programa de especialização no voleibol; posteriormente faz uma análise sobre a importância das capacidades coordenativas nas resoluções de situações-problema do voleibol, o melhor momento para serem desenvolvidas e como a especialização precoce pode interferir na formação do acervo motor necessário à prática do voleibol de alto nível. De acordo com o estudo, foi possível verificar que a prática do voleibol de maneira unilateral e intensiva, na grande infância, não é capaz de desenvolver com qualidade as capacidades coordenativas que são de grande importância para que haja um bom desempenho no voleibol de alto nível, oferecendo assim o risco de limitar o repertório motor das crianças e permitindo que ela obtenha bons resultados apenas em curto prazo.

**Palavras-chave:** especialização precoce, voleibol, grande infância.

## SPECIALIZATION IN VOLLEYBALL DURING THE GREAT CHILDHOOD

**Abstract:** This present study has the objective to analyze, using a review of literature, the risks or benefits of the volleyball early specialization related with the motor development during the great childhood that goes of 6 years old until the puberty. At the first moment, this study make a brief report about the participation of kids in a program of volleyball specialization; then it make an analysis about the importance of the coordinative capacities to resolve problem situations of the volleyball, the best moment to be development and how the early specialization can interfere in the formation of the motor acquis\_necessary to practice high-level volleyball. It was possible to see, that the practice of volleyball of unilateral and intensive manner in the great childhood, it's not capable to develop the coordinative capacities, that are real important for a great performance in the high-level volleyball, offering the risk to limit the motor repertoire of the kids and allowing that they just have good results in a short period.

**Keywords:** early specialization, volleyball, great childhood.

## INTRODUÇÃO

Segundo SANTANA et al (2006), alguns autores definem a especialização precoce como uma prática sistemática de um único tipo de esporte antes da puberdade, predominantemente competitiva, com elevada dedicação aos treinamentos e com o objetivo de se alcançar resultados em curto prazo.

*“Atividades esportivas realizadas por crianças com menos de 12 anos de idade, com periodicidade superior a 3 sessões semanais, carga horária superior a 2 horas por sessão, competições frequentes e principalmente metodologia voltada para melhoria sistemática de rendimento, serão as condições requeridas para nos referirmos à especialização precoce.”* (DARIDO e FARINHA, p. 59, 1995).

Para ARENA & BÖHME (2004), quando uma criança é introduzida na prática de uma única modalidade esportiva, seja em clubes ou centros esportivos, é inevitável a participação da mesma em competições, e para que ela possa competir nas primeiras categorias da modalidade esportiva escolhida precisa começar a prática do esporte específico, um ou dois anos antes de competir. Para essas autoras, isso indicará uma participação precoce em competições regulares se a idade da primeira categoria acontecer antes dos 12 anos de idade.

Alguns estudos discutem a problemática de uma especialização precoce e relatam que esta só tem resultados em curto prazo e, para Galdino (2000), esta é uma prática motivada pelo imediatismo de desempenho nas competições; outros estudos relatam ainda que há o risco de limitar o repertório motor das crianças, podendo prejudicar seu desempenho no esporte de alto nível.

WEINECK (apud BENETTI et al, p. 88, 2005) preconiza que:

[...] *“com as condições psicofísicas extremamente favoráveis para a aquisição de habilidades motoras – a ampliação do repertório motor e a melhora das habilidades coordenativas que estão no centro de formação esportiva, na fase escolar -, devem ser utilizadas na aprendizagem da técnica esportiva básica primeiramente a coordenação grosseira, refinando-a posteriormente”.*

Deste modo, pressupõe-se que a especialização precoce não é benéfica para o desenvolvimento de futuros atletas por apresentar limitação do repertório motor; sendo o único benefício da especialização precoce o resultado em curto prazo. Neste sentido, o estudo analisará se a especialização no voleibol é benéfica para o desenvolvimento de futuros atletas, considerando a faixa etária dos 6 anos até o estirão da puberdade.

## OBJETIVO DO ESTUDO

O estudo irá analisar, por meio da Revisão de Literatura, os riscos ou benefícios da especialização precoce no voleibol em relação ao desenvolvimento motor de crianças de 6 anos até o estirão da puberdade, fase compreendida como grande infância.

## REVISÃO DE LITERATURA

### ASPECTOS GERAIS DA PARTICIPAÇÃO INFANTIL NO ESPORTE ESPECÍFICO

O esporte de alto nível é transmitido como um espetáculo pela mídia e às vezes as suas características são reproduzidas no esporte infantil (KORSAKAS, 2002); para Bojikian (2003), a televisão fez com que, independente da classe social, o brasileiro começasse a interessar-se por voleibol, a entendê-lo e a praticá-lo; o autor ainda cita que é comum observarmos milhares de crianças procurarem os clubes para praticar o voleibol no intuito de tornarem-se profissionais. Silva et al (2001) constataram que há uma marcante divergência entre as idades que os treinadores apontam como ideais (9-10 anos) e aquelas que realmente o processo está ocorrendo (5-8 anos). As principais indicações levantadas para justificar essa divergência vão desde a imposição dos dirigentes à cobrança de resultados imediatos por parte de pais e dirigentes.

A Federação Internacional de Medicina do Esporte – FIMS (1990) relata que a razão para dedicar cada vez mais tempo para o treinamento é que um desempenho ideal só pode ser atingido após longo período de desenvolvimento; para que os jovens atletas se destaquem nos esportes são obrigados a treinarem mais, de forma mais intensa e iniciando em idades cada vez mais precoces. Desde modo, é possível analisar a possibilidade dos pais incentivarem a prática esportiva unilateral das crianças quando eles acreditam na hipótese de que quanto antes começar a treinar melhor será o desempenho destas, e maior será a possibilidade dessas crianças se tornarem atletas de alto nível e bem sucedidas financeiramente.

Para Böhme (apud SILVA et al, 2003), a prática esportiva tem demonstrado que o esporte de rendimento somente pode ser alcançado quando os fundamentos inerentes ao esporte são desenvolvidos desde a infância. Assim, o jovem atleta deveria participar de um treinamento sistemático e planejado, o qual é conhecido como treinamento a longo prazo. Silva et al (2003) acreditam que - sendo o voleibol um dos esportes mais populares no país - as conquistas realizadas pelas seleções brasileiras feminina e masculina, em todas as categorias, podem ter contribuído para o aumento da popularidade da modalidade; mas para que ocorra a formação de futuras gerações de atletas é necessário que haja o treinamento a longo prazo, ao qual os jovens atletas são submetidos, realizando de forma planejada e sistemática.

Arena & Böhme (2000) afirmam que a ciência do esporte tem procurado determinar a faixa etária mais adequada para se iniciar um processo de treinamento esportivo específico ou de uma única modalidade, assim como os subsídios para a elaboração de programas adequados para crianças e adolescentes que praticam o esporte de rendimento. Neste sentido, Bojikian (2002) relata que a prática do voleibol na infância ilude aqueles que pensam que quanto mais cedo ocorrer o treinamento melhor o atleta vai ficar, pois, para o autor, isso é um desrespeito aos estágios de crescimento e desenvolvimento infantil, à criança e ao voleibol.

## CARACTERIZAÇÃO MOTORA E ESPECIALIZAÇÃO PRECOCE NO VOLEIBOL

“Durante uma partida de voleibol, 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 o atleta se posiciona de antemão, ou serão mínimas as chances de realizar a defesa, já que a velocidade da bola, muitas vezes, é maior do que a capacidade de reação do atleta. A capacidade de solucionar situações-problema num jogo é muito dependente das capacidades coordenativas” (BOJIKIAN, p. 119, 2002).

Essas capacidades capacitam o atleta para ações motoras em situações previsíveis (estereótipos) e imprevisíveis (adaptação) e para o rápido aprendizado e domínio de movimentos nos esportes (FREY apud WEINECK, 2003). De modo geral, as capacidades coordenativas são requisitos para o controle de situações que requerem reações rápidas (WEINECK, 2003), sendo o desenvolvimento dessas essenciais para a participação no voleibol de alto nível, já que para Bojikian (2003) o voleibol é um

esporte de situação, em que a não-retenção da bola faz com que as intervenções sejam rapidíssimas, requisitando dos praticantes percepção contínua em cada lance.

Platonov (2008) relata que o nível das capacidades de coordenação depende, em grande parte, da memória motora (do movimento), a qual em atletas de alto nível, principalmente daqueles especializados em modalidades de complexa coordenação, é composta de um grande número de habilidades com diferentes graus de complexidades. O eficaz armazenamento de informações na memória permite a realização de ações motoras rápidas e eficazes quando o sistema nervoso central não consegue processar as informações transmitidas naquele momento pelos receptores.

Weineck (2003) cita que durante a primeira idade escolar (por volta dos 7 aos 10 anos de idade), a grande plasticidade do córtex cerebral permite um grande desenvolvimento das capacidades coordenativas durante esse período, portanto é importante estar atento para que o desenvolvimento da coordenação inicie-se bem cedo na infância (mas não cedo demais) com o emprego frequente de exercícios variados para aumentar o repertório motor.

Deste modo, para Bojikian (2002), o repertório de soluções de um atleta adulto de voleibol é bastante influenciado pela vivência motora propiciada na infância e pela intensidade com que as capacidades coordenativas foram desenvolvidas, tanto em quantidade, quanto em qualidade; enfatizando a relação de dependência das tomadas de decisões (realizadas numa partida em frações de segundos) com as capacidades coordenativas e às vivências motoras anteriores.

Segundo Bojikian (2002), dificilmente a prática exclusiva do voleibol na infância contribuirá para a formação de uma memória motora que seja condizente com a prática do voleibol de alto nível, pois neste as situações-problema complexas são constantes e exigem a atuação de atletas portadores de arsenais técnicos amplos e de pronta utilização. Isso porque uma única modalidade esportiva não pode sozinha desenvolver igualmente todas as capacidades coordenativas; havendo garantia de um desenvolvimento básico geral dessas capacidades na infância somente numa formação poliesportiva (WEINECK, 2003).

Sendo a especialização precoce a prática sistemática de um único esporte antes da puberdade como já citado anteriormente, Paes et al (2008) relatam que este processo consiste na prematura exigência feita às crianças de que as mesmas utilizem os gestos técnicos da modalidade em questão com perfeição e eficiência. Para Greco & Benda (2001), essa faixa etária compreende a fase mais ampla e rica dentro do processo de formação esportiva, na qual se procura desenvolver todas as capacidades motoras e coordenativas – de uma forma geral – criando uma base ampla e variada de movimentações que ressaltam o aspecto lúdico.

A especialização precoce pode levar o indivíduo ao risco do tipo motriz, que diz respeito à falta de experiência motora diversificada, ou seja, a falta de um repertório motor mais rico, com a maior quantidade possível de possibilidades de movimentos (GALDINO & MACHADO, 2008). Neste sentido, Silva et al (2006) afirmam que a especialização precoce restringe a formação esportiva da criança, pois se futuramente ela desejar mudar de modalidade esportiva ou função (dentro da modalidade) pode ser que não tenha condições, porque seu desenvolvimento não foi poliesportivo e multifuncional, possibilitando, assim, bons resultados esportivos somente em curto prazo (PAES et al, 2008).

Conforme Knijnik et al (2008), a especialização precoce prejudica o desenvolvimento do atleta, pois o deixa automatizado, quando deveria formar atletas criativos e com muita flexibilidade de pensamento. Além disso, esse processo causa a diminuição da habilidade dos jovens atletas, pois ocorre um aprendizado menos global do que o necessário (BARBIERI et al, 2008). Benetti et al (2005) afirmam que a criança não deve ser igualada a um adulto, devendo ser treinada de forma diferenciada no esporte, já que nesse período elas estão numa ótima fase para desenvolver as técnicas de motricidade esportiva em razão do rápido desenvolvimento do cérebro.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com a revisão de literatura, para que um jovem atleta tenha condições de se tornar atleta de alto nível é necessário que seja realizado um treinamento planejado e sistematizado a longo prazo (FIMS, 1990; BÖHME apud SILVA et al, 2003). O voleibol de alto nível é caracterizado pela frequente utilização das capacidades coordenativas nas resoluções das situações-problema durante o jogo e essas se encontram no seu período crítico durante a infância. De acordo com Bojikian (2002), o treinamento a longo prazo não se refere a uma especialização precoce, pois essa desrespeita a criança e a modalidade em questão, cuja especialização é caracterizada pela prática esportiva unilateral, com cargas de treinamento exaustivas antes da puberdade (SANTANA et al, 2006; DARIDO e FARINHA, 1995).

Essa prática unilateral não permite um desenvolvimento motor amplo e variado na infância, devido às exigências feitas à criança para a realização eficiente e perfeita da técnica (PAES et al, 2008); e não é capaz de atender a demanda motora necessária para o desenvolvimento das capacidades coordenativas (WEINECK, 2003; BOJIKIAN, 2002). Sendo a grande infância o período sensível para o bom desenvolvimento de um repertório motor – como já citado anteriormente –, tanto em quantidade quanto em qualidade, devido ao desenvolvimento do sistema nervoso que se dá nessa fase (WEINECK, 1999; BENETTI et al, 2003; GRECO e BENDA, 2001), a criança que não o tiver otimizado, neste momento, dificilmente conseguirá desenvolvê-la com a mesma qualidade posteriormente.

Neste sentido, a prática exclusiva do voleibol durante a infância não oferece recursos suficientes para o bom desenvolvimento motor condizente com aquele necessário para a prática do voleibol de alto nível, confirmando-se assim o pressuposto de que a especialização precoce acarreta no risco de tipo motriz: limitação do repertório motor, prejudicando a futura participação da criança no mesmo.

De acordo com a suposição de que a especialização precoce (E.P.) tem como único benefício o resultado em curto prazo e a confirmação de que esse processo limita o repertório motor, a literatura (GALDINO, 2000; BOJIKIAN, 2002) relata que a criança inserida num programa de E. P. no voleibol poderá ter como único benefício o resultado em curto prazo, que se dá pelo imediato desempenho nas competições de sua categoria, ficando exposta ao risco de não alcançar a boa performance no esporte na idade adulta; contrariando-se um processo de treinamento a longo prazo e confirmando a suposição relatada acima.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo não teve por objetivo cessar a discussão sobre a problemática da especialização precoce, mas visou contribuir para a reflexão do assunto. Deste modo, conclui-se que diante da discussão sobre os riscos e benefícios da especialização precoce é necessário, primeiramente, entender o que esse termo significa e posteriormente analisar o emprego da prática esportiva em crianças que se encontram na grande infância.

Dentre vários outros aspectos que norteiam a prática do voleibol como modalidade esportiva, o bom desenvolvimento das capacidades coordenativas se faz evidente para otimizar o desempenho do atleta na prática do voleibol de alto nível; e é na faixa etária compreendida entre os 6 anos até o estirão da puberdade que essas capacidades estão no período crítico de desenvolvimento. Quando essas capacidades são bem trabalhadas nesse período, possibilitam a ampliação do repertório motor juntamente com o desenvolvimento global das habilidades motoras.

Entretanto, o repertório motor construído apenas pela prática do voleibol é pobre, pois será constituído apenas pela vivência nele (jogado infantilmente), e a falta de um repertório formado por capacidades coordenativas advindas da prática de outras modalidades farão falta para que se pratique um voleibol de alto nível na idade adulta.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARENA, Simone Sagres; BÖHME, Maria Tereza Silveira. Federações esportivas e organização de competições para jovens. **Revista Brasileira de Ciência & Movimento**. Brasília, v. 12, n. 4, p. 45-50, dezembro/2004. Disponível em < [http://www.ucb.br/mestradoef/RBCM/12/12%RBCM/12/12%204/c\\_12\\_4\\_7.pdf](http://www.ucb.br/mestradoef/RBCM/12/12%RBCM/12/12%204/c_12_4_7.pdf). Acesso em abril de 2008.

ARENA, Simone Sagres; BÖHME, Maria Tereza Silveira. Programas de iniciação e especialização esportiva na Grande São Paulo. Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo. **Revista Paulista de Educação Física**. São Paulo, v. 14, n. 2, p. 184-95, jul./dez., 2000. Disponível em < <http://www.usp.br/eef/rpef/v14n22000/v14n2p184.pdf>. Acesso em abril de 2008.

BARBIERI, Fabio Augusto; BENITES, Larissa Cerignoni; MACHADO, Afonso Antonio. Especialização precoce: algumas implicações relacionadas ao futebol e futsal. In: MACHADO, Afonso Antonio (ORG). **Especialização esportiva precoce: perspectivas atuais da psicologia do esporte**. Jundiaí, SP: Fontoura, p. 207-226, 2008.

BENETTI, Gisele; SCHNEIDER, Patrícia; MEYER, Flávia. Os benefícios do esporte e a importância da treinabilidade da força muscular de pré-pubescentes atletas de voleibol. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, v. 7, n. 2, p. 87-93, 2005. Disponível em < <http://www.scholar.google.com.br>. Acesso em maio de 2008.

BOJIKIAN, João Crisóstomo Marcondes. **Ensinando Voleibol**. São Paulo: Editora Phorte, 2 ed., p. 19-22, 2003.

BOJIKIAN, João Crisóstomo Marcondes. Vôlei vs. Vôlei. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esportes**, v. 1, n. 1, p. 117-124, 2002. Disponível em < [http://www4.mackenzie.br/fileadmin/Graduacao/CCBS/Cursos/Educao\\_Fisica/REMEFE-I-I-2002/art10\\_edfisInI.pdf](http://www4.mackenzie.br/fileadmin/Graduacao/CCBS/Cursos/Educao_Fisica/REMEFE-I-I-2002/art10_edfisInI.pdf). Acesso em abril de 2008.

BOJIKIAN, João Crisóstomo Marcondes. O Voleibol não é um jogo de azar. **Revista do Vôlei**. São Paulo, v.1, n. 1, abril de 2003. Disponível em < <http://www.revistadovolei.com.br>. Acesso em junho de 2003

DARIDO, Suraya Cristina; FARINHA, Fernando Kovacs. Especialização precoce na natação e seus efeitos na idade adulta. **Motriz**, v. 1, n. 1, p. 59, junho de 1995. Disponível em < [http://ns.rc.unesp.br/ib/efisica/motriz/01n1/8\\_Suraya\\_form.pdf](http://ns.rc.unesp.br/ib/efisica/motriz/01n1/8_Suraya_form.pdf). Acesso em março de 2008.

FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE MEDICINA DO ESPORTE. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. v. 3, n. 1, Out/Dez, 1990.

GALDINO, Mauricio Leonel; MACHADO, Afonso Antonio. Pontos e contrapontos acerca da especialização precoce nos esportes. In: DOBRANSZKY, Istán de Abreu; MACHADO, Afonso Antonio (org.). **Delineamentos da psicologia do esporte: evolução e aplicação**. Campinas: Etnograf, p.67, 2000.

GALDINO, Mauricio Leonel; MACHADO, Afonso Antonio. Pontos e contrapontos acerca da especialização precoce nos esportes. In: MACHADO, Afonso Antonio (ORG). **Especialização esportiva precoce: perspectivas atuais da psicologia do esporte**. Jundiaí, SP: Fontoura, p. 129-147, 2008.

GRECO, Pablo Juan; BENDA, Rodolfo Novellino. **Iniciação esportiva universal**. Belo Horizonte: Editora UFMG, p. 67, 2001.

KNIJNIK, Jorge Dorfman; MASSA, Marcelo; FERRETTI, Marco Antonio de Carvalho. Direitos humanos e especialização esportiva precoce: considerações metodológicas e filosóficas. In: MACHADO, Afonso Antonio (ORG). **Especialização esportiva precoce: perspectivas atuais da psicologia do esporte**. Jundiaí, SP: Fontoura, p. 109-128, 2008.

KORSAKAS, Paula. O esporte infantil: as possibilidades de uma prática educativa. In: DE ROSE JUNIOR, Dante. **Esporte e atividade física na infância e adolescência: uma abordagem multidisciplinar**. Porto Alegre, ARTIMED, p. 40, 2002.

PAES, Roberto Rodrigues; FERREIRA, Henrique Barcelos; GALATTI, Larissa Rafaella; SILVA, Ylane Pinheiro Gonçalves da. Pedagogia do esporte e iniciação esportiva infantil: as inter-relações entre dirigente, família e técnico. In: MACHADO, A. A. (ORG). **Especialização esportiva precoce: perspectivas atuais da psicologia do esporte**. Jundiaí, SP: Fontoura, p. 49-65, 2008.

PLATONOV, Vladimir Nikolaievitch. **Tratado geral do treinamento desportivo**. São Paulo: Editora Phorte, 1ed., p. 471, 2008.

SANTANA, Wilton Carlos; REIS, Heloisa Helena Baldy; RIBEIRO, Danilo Augusto. A iniciação de jogadores de futsal com participação na Seleção Brasileira. **Revista Digital Efdeportes**. Buenos Aires, v. 11, n. 96, maio de 2006. Disponível em < <http://www.efdeportes.com>. Acesso em março de 2008.

SILVA, Luiz Roberto Rigolin; BÖHME, Maria Tereza Silveira; UEZO, Rudney; MASSA, Marcelo. A utilização das variáveis cineantropométricas no processo de detecção, seleção e promoção de talentos no voleibol. **Revista Brasileira de Ciência & Movimento**. Brasília, v. 11, n. 1, p. 69-76, janeiro de 2003. Disponível em < [http://www.novosparadigmas.ucb.br/mestradoef/RBCM/11/11%20%201/c\\_11\\_1\\_10.pdf](http://www.novosparadigmas.ucb.br/mestradoef/RBCM/11/11%20%201/c_11_1_10.pdf). Acesso em abril de 2008.

SILVA, Francisco Martins; FERNANDES, Larissa; CELANI, Flórida O. Desporto de crianças e jovens – um estudo sobre as áreas de iniciação. Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, Brasil. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, v. 1, n. 2, p. 45-55, 2001. Disponível em < [http://www.fade.up.pt/rpcd/\\_arquivo/artigos\\_soltos/vol.1\\_nr.2/06.pdf](http://www.fade.up.pt/rpcd/_arquivo/artigos_soltos/vol.1_nr.2/06.pdf). Acesso em abril de 2008.

SILVA, Luiz Roberto Rigolin. **Desempenho esportivo: treinamento com crianças e adolescentes**. São Paulo: Editora Phorte, cap. 1, 2006.

WEINECK, Jürgen. **Treinamento ideal**. São Paulo: Manole, 9 ed., p. 515, 2003.

**Contatos**

Universidade Presbiteriana Mackenzie

Fone: 3555 2131

Endereço: Avenida Mackenzie, 905 –Tamboré - Barueri - SP, CEP: 06460-130

E-mail: [andreja\\_vieira02@hotmail.com](mailto:andreja_vieira02@hotmail.com)

**Tramitação**

Recebido em: 01/12/07

Aceito em: 13/03/08