

Disciplina Educação Física

Professor:Tadeu Alves

Turma: 8º ano

PARA VENCER UM JOGO

Um jogo é ganho pela equipe que vencer três sets.

Caso haja empate 2 – 2 em sets, um set decisivo (5º) é jogado para desempatar o jogo, com o valor de 15 pontos.

ESTRUTURA DO JOGO

O SORTEIO

O sorteio é realizado na presença dos dois capitães das equipes.

O vencedor do sorteio escolhe:

OU a) o direito de sacar ou receber o saque,

OU b) o lado da quadra.

O perdedor fica com a alternativa restante.

No caso de aquecimentos consecutivos, a equipe que tem o direito ao primeiro saque deve também aquecer-se primeiro na rede.

AQUECIMENTO

Antes do início do jogo, cada equipe pode aquecer-se na rede por 3 minutos, caso tenham tido à sua disposição uma quadra para aquecimento; caso contrário, cada equipe tem 5 minutos.

FORMAÇÃO DAS EQUIPES

Cada equipe deve ter sempre seis jogadores na quadra de jogo.

POSIÇÕES

No momento em que a bola é golpeada pelo sacador, cada equipe deve estar posicionada dentro da sua própria quadra (exceto o sacador) conforme a ordem de saque.

Os três jogadores colocados ao longo da rede formam a linha de ataque e ocupam as posições 4 (ataque – esquerda), 3 (ataque – centro) e 2 (ataque – direita).

Os outros três jogadores que formam a linha de defesa ocupam as posições 5 (defesa – esquerda), 6 (defesa – centro) e 1 (defesa – direita).

RODÍZIO

A ordem do rodízio é determinada pela formação inicial e controlada através do formulário de ordem de saque, devendo ser mantida todo o set.

SITUAÇÕES DE JOGO

BOLA EM JOGO

A bola está em jogo a partir do momento do golpe de saque autorizado pelo primeiro árbitro.

BOLA FORA DE JOGO

A bola está fora de jogo a partir do momento em que uma falta é apitada por um dos árbitros; na ausência de uma falta, no momento do apito.

BOLA “DENTRO”

Considera-se a bola “dentro” quando toca o piso da quadra de jogo, inclusive nas suas linhas de delimitação

BOLA “FORA”

Considera-se a bola “fora” quando:

a) a parte da bola que toca o piso está totalmente fora das linhas de delimitação da quadra;

- b) toca um objeto fora da quadra, o teto ou uma pessoa fora do jogo;
- c) toca as antenas, cabos de fixação, postes ou a própria rede, fora das faixas laterais;
- d) ultrapassa o plano vertical da rede, total ou mesmo parcialmente, fora do espaço de cruzamento:
 - durante o saque, ou
 - dirigida para dentro da quadra adversária

AÇÕES DE JOGO

Cada equipe deve jogar dentro de sua área e espaço de jogo. A bola pode, no entanto, ser recuperada além da zona livre.

TOQUES DA EQUIPE

Cada equipe tem o direito de tocar a bola no máximo três vezes, além do toque bloqueio, para devolver a bola. Se mais toques são utilizados, a equipe comete uma falta de “QUATRO TOQUES”.

Os toques de uma equipe incluem não somente os toques intencionais, mas também os contatos acidentais com a bola.

CONTATOS CONSECUTIVOS

O jogador não pode tocar na bola duas vezes consecutivamente.

INVASÃO POR BAIXO DA REDE

É permitido invadir o espaço do adversário por baixo da rede, contato que não interfira em sua ação de jogar.

CONTATO COM A REDE

O contato com a rede é uma falta, exceto quando um jogador que não está participando da ação de jogo toca na rede acidentalmente.

SAQUE

O saque é a ação de colocar a bola em jogo pelo jogador de defesa direita posicionando na zona de saque.

EXECUÇÃO DO SAQUE

A bola deve ser golpeada com uma das mãos ou qualquer outra parte do braço após ser solta ou lançada ao ar com a(s) mão(s) e antes que toque outra do seu corpo ou o piso da quadra.

BARREIRA

Os jogadores da equipe sacadora não podem, através da formação de barreira, impedir os adversários de verem o sacador ou trajetória da bola.

CONTATOS DO BLOQUEIO

Contatos, consecutivos (rápidos e contínuos) podem ser realizados por um ou mais bloqueadores, desde que esses contatos ocorram durante uma mesma ação.

BLOQUEIO E TOQUES DA EQUIPE

O toque do bloqueio não é considerado um toque da equipe. Conseqüentemente, após o toque do bloqueio, a equipe tem direito aos três toques para retornar a bola.

BLOQUEIO DO SAQUE

O bloqueio do saque adversário é proibido.

FALTAS NO BLOQUEIO

O bloqueador toca a bola dentro do espaço do adversário antes ou simultaneamente ao ataque do adversário.

INTERRUPÇÕES REGULAMENTARES DO JOGO

As interrupções regulamentares do jogo são os TEMPOS DE DESCANSO e as SUBSTITUIÇÕES DE JOGADORES.

NUMERO DE INTERRUPÇÕES REGULAMENTARES

Cada equipe tem direito, no máximo, a dois “tempos de descanso” e seis “substituições” em cada set.

TEMPOS DE DESCANSO E TEMPOS TÉCNICOS

Um tempo de descanso tem 30 segundos de duração.

RETARDAMENTOS DO JOGO

TIPOS DE RETARDAMENTO

Toda ação imprópria de uma equipe que não permite o reinício do jogo constitui-se num retardamento.

CONTUSÃO

Ocorrendo um acidente grave, estando a bola em jogo, o árbitro deve parar imediatamente o rally e permitir a entrada na quadra da assistência médica.

CONDUTA EXIGIDA

CONDUTA ESPORTIVA

Os participantes devem conhecer as “Regras Oficiais de Voleibol” e cumpri-las.

Os participantes devem aceitar as decisões dos árbitros com espírito esportivo, sem questioná-las.

Em caso de dúvida, um esclarecimento pode ser solicitado unicamente através do capitão no jogo.

Os participantes devem evitar ações ou atitudes que possam influenciar as decisões dos árbitros ou ainda encobrir faltas cometidas por sua equipe.

JOGO LIMPO (FAIR-PLAY)

Os participantes devem ter conduta respeitosa, cortês, espírito esportivo e FAIR-PLAY, não somente com os árbitros, mas também com os demais componentes da equipe de arbitragem, adversários, companheiros de equipe e espectadores.

É permitida a comunicação entre os membros da equipe durante o jogo.

CONDUTA INCORRETA E SANÇÕES

A conduta incorreta de um membro de uma equipe em relação aos oficiais, adversários, companheiros de equipe ou público, é classificada em quatro categorias, de acordo com a gravidade dos atos.

EQUIPE DE ARBITRAGEM E PROCEDIMENTOS

COMPOSIÇÃO

A equipe de arbitragem para um jogo é composta pelos seguintes oficiais:

- o primeiro árbitro
- o segundo árbitro
- o apontador
- quatro (dois) juizes de linha

PROCEDIMENTOS

Somente o primeiro e segundo árbitros podem fazer uso do apito durante o jogo.

PRIMEIRO ÁRBITRO

O primeiro árbitro desempenha suas funções sentadas ou de pé na cadeia de arbitragem colocada numa das extremidades da rede. Sua visão deve estar aproximadamente 50 cm acima do bordo superior da rede.

AUTORIDADE

O primeiro árbitro dirige o jogo do início até o seu final. Ele tem autoridade sobre todos os oficiais e membros das equipes.

Disciplina Educação Física
Professor: Tadeu Alves
Turma: 8º ano

Questionário

- 1 como deve ser a formação das equipes do voleibol?
- 2 Fale sobre o aquecimento do voleibol.
- 3 explique a bola em jogo no voleibol.
- 4 como a equipe de voleibol vence um jogo?
- 5 explique contato com a rede no jogo do voleibol
- 6 explique bola fora no voleibol.
- 7 o que é o fundamento saque do voleibol?
- 8 Explique a composição da equipe de arbitragem do voleibol.
- 9 Explique a execução do saque do voleibol.
- 10 explique falta no bloqueio no voleibol.