



O **Gira-Volei** é um jogo de iniciação à modalidade destinada aos jovens com idades compreendidas entre os 8 e 15 anos, onde através do jogo simplificado (2x2) e utilização do **passé** faz do Gira-Volei um jogo **fácil, divertido e competitivo** arrastando consigo milhares de jovens.

E porquê?

! Enquanto jogo condicionado no número e nas dimensões promove um maior número de contactos com a bola, criando condições para a criança aplicar as habilidades técnicas;

! O facto de serem dois jogadores obriga a uma maior atenção e uma intervenção mais activa, melhorando a dinâmica de jogo e as relações de cooperação, tal facto incentiva a adopção de uma atitude dinâmica e participativa;

! O **passé** possui argumentos técnicos singulares potenciadores da aprendizagem dos fundamentos de jogo, assim como constitui a técnica que mais facilita o contacto com a bola;

O Gira-Volei com as suas características desportivas básicas e indispensáveis constitui um meio formativo por excelência estimulando o desejo das crianças em se juntar ao projecto e em especial a obtenção de prazer e êxito no Voleibol.

OBJECTIVOS:

Técnicos - Sendo o Voleibol um desporto de grande dinâmica e exigência a nível de **deslocamentos** e **análise de trajectória**, a utilização do **passé**, a única técnica utilizada no Gira-Volei (Nível I) veio permitir que tais capacidades sejam desenvolvidas ao máximo.

Federação Portuguesa de Voleibol – Projecto Gira-Volei 2

Como?

! Os deslocamentos são desenvolvidos de uma forma natural pela apetência que a criança tem em contactar a bola e a não deixar cair;

! A análise de trajectórias e a comunicação verbal são incrementadas pela possibilidade de a bola ser sustentada durante mais tempo, aumentando o número de trajectórias de bolas variadas;

! A criança ao ter apetência para contactar a bola terá necessariamente que se deslocar, melhorando esta capacidade.

! O **OBJECTIVO DO JOGO** é enviar regulamentarmente a bola por cima da rede, por forma a tocar o campo contrário e impedir, por outro lado, que ela toque o solo do seu próprio campo. Cada equipa dispõe de três toques para devolver a bola (para além do toque do bloco).

O jogo 2X2, deverá ser um dos elementos fundamentais numa aprendizagem divertida e competitiva.

! TÉCNICA:

= Único procedimento técnico a utilizar: **PASSE**.

= Com o passe executam-se todas as fases do jogo – serviço, recepção, passe, ataque, defesa.

! CONSTITUIÇÃO DA EQUIPA:

= cada equipa será constituída por 2 elementos.

! PONTUAÇÃO:

= os jogos serão disputados em dois sets, em contagem contínua (rally point scoring), até aos 25 pontos. A soma da pontuação nos dois sets ditará o vencedor.

! DIMENSÕES DO CAMPO

= 8 – 10 anos – 4m x 4m

= 11 – 12 anos – 6m x 6m

= 13 – 15 anos – 6m x 6m

! ALTURA DA REDE

= 8 – 10 anos – 2,00 m

= 11 – 12 anos – 2,12 m

= 13 – 15 anos – 2,24 m

MATERIAL/APOIO DA FPV

! 1 Kit de voleibol ao Ar Livre (postes + rede)

! 12 bolas de iniciação (dependendo do número de atletas)

! Material promocional

! Documentação de apoio

! Seguro desportivo de todos os atletas

! Cartão de atleta



