



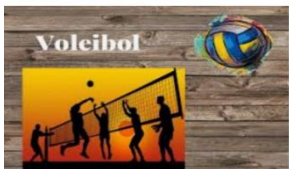
**GOVERNO DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO
MUNICÍPIO DE SANTO ANTÔNIO DE PÁDUA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**



Aluno: _____ Escola: _____
 ESCOLA MUNICIPAL DEPUTADO ARMINDO MARCÍLIO DOUTEL DE ANDRADE
 Data: 17/11/2021 Ano de Escolaridade: Fase VI/ VII/ VIII/ IX
 Professor (a): Mauro Ferreira Cunha Disciplina: Educação Física

Semana 18: de 16 a 19 de Novembro de 2021

Conteúdo: VOLEIBOL



Sistemas de jogo, rodízio e posicionamento em quadra

É o termo usado para definir a maneira com uma equipe se distribui no campo e a forma como ela ocupa os espaços nos seus diferentes setores. Os sistemas de jogo do voleibol são 6x0, 5x1 com infiltração e líbero, 4x2, 4x2 com infiltração e 3x3.

Sistema 6x0

No sistema 6x0, todos farão a função tanto de levantadores como de atacantes ou defensores.

Sistema 3x3

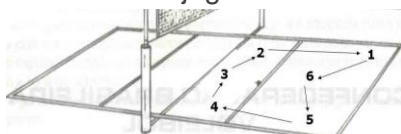
No sistema 3x3 há três levantadores e três atacantes posicionados de forma intercalada. Para a aplicação deste sistema, é necessário um nível de aprendizagem pelos praticantes maior do que a do sistema 6x0, por ser um pouco mais complexo. Neste, o nível de habilidade é pouco diferenciado, pois já há uma especificidade um pouco maior por já ter atletas com a função somente de levantar e outros com função de atacar. Também tem que haver um entrosamento entre os atletas para que as jogadas sejam efetuadas com sucesso.

Sistema 4x2

No 4x2 simples há dois levantadores, que se colocam nas posições diagonais da quadra, mais quatro atacantes. Nele podemos qualificar zonas de responsabilidades predeterminadas, em que podemos verificar distintamente as funções dos quatro atacantes e dos dois levantadores.

O sistema 5x1

O sistema 5x1 com infiltração, o mais utilizado hoje em dia, é uma junção dos sistemas 4x2 simples com 4x2 com infiltração. No sistema 5x1, há cinco cortadores e um levantador. O levantador tem por tarefa distribuir a bola a seus atacantes. Devido as evoluções técnicas e táticas das equipes, foi introduzido o líbero, um jogador específico para a defesa. Este jogador não pode atacar e sacar, fazendo o rodízio somente na área de defesa e também não há limite de substituição para ele. É o mais complexo dos sistemas e assim necessita de jogadores habilidosos e bem treinados. É utilizado em equipes de alto nível.



RODÍZIO DE POSIÇÕES

Rodízio: quando a equipe que não sacou vence o rali, ela realiza um **rodízio** no posicionamento de seus jogadores e terá o direito de sacar. O rodízio é realizado no sentido horário.



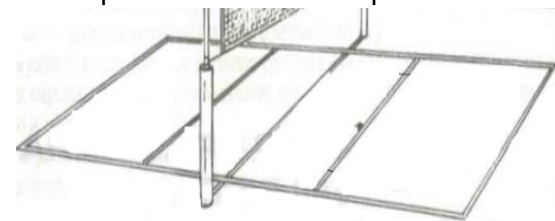
Posicionamento em quadra

As posições 4, 3 e 2 são de ataque, portanto, somente os jogadores que as ocupam podem atacar e bloquear dentro da **zona de ataque**.

As posições 1, 6 e 5 são de defesa, os jogadores que as ocupam não podem bloquear, e só podem atacar se estiverem posicionados atrás da linha de ataque, na **zona de defesa**.

Atividades

1- Observe a figura abaixo identifique o sistema de rodízio e as posições dos jogadores de defesa e de ataque no início de uma partida de voleibol:



RODÍZIO DE POSIÇÕES

Ataque _____

Defesa _____