

PRINCIPIOS GERAIS PARA A ELABORAÇÃO DE UM PLANO DE JOGO

ANTÓNIO GUERRA
DEPARTAMENTO DE FORMAÇÃO DA FPV

CONHEÇA A SUA EQUIPA E A COMPETIÇÃO ONDE PARTICIPA

Primeiro que tudo têm de conhecer a sua equipa, tendo em conta os seguintes aspectos: nível de jogo; características na estrutura funcional do jogo; e posicionamento no enquadramento competitivo. Logo à partida, é muito importante posicionar a equipa na lista de equipas da sua competição, precisamos de saber quem vão ser os nossos adversários directos, ou seja, se a equipa apresenta valor para estar entre as primeiras equipas, no meio da tabela ou no fundo da tabela. Só desta forma é possível definir os objectivos realistas a atingir. Esta caracterização é fundamental para definir a forma como irá encarar cada jogo e os diferentes resultados obtidos.

Um dos aspectos mais importantes que nos pode ser fornecido pelos dados é a caracterização da equipa na estrutura funcional do jogo. Por exemplo, uma equipa forte em K1 (recepção/ataque) e fraca em KII (serviço/bloco) tem de se preparar para jogar muito sets e jogos longos. Porque é uma equipa difícil de vencer (forte de K1), mas manifestará sérias dificuldades para realizar vários pontos consecutivos, para impor o seu ritmo de jogo e, conseqüentemente, para ganhar sets e jogos (fraca de KII). Como é facilmente perceptível, estas características influenciam tudo o resto: os treinos; a preparação física e, principalmente, a forma de encarar e abordar a competição.

PARA O PLANO DE JOGO PROPRIAMENTE DITO, AVALIE AS DUAS EQUIPAS

A avaliação deverá ser feita em função das forças, fraquezas e tendências de ambas. Esta avaliação é feita individualmente para cada jogador e colectivamente para a equipa, tendo em conta os factores físicos, técnicos, táticos e psicológicos. Uma vez toda esta informação recolhida, o treinador pode e deve usá-la para desenvolver o plano de jogo que, quando apresentado, irá proporcionar aos jogadores maiores possibilidades de vencer. Deverá começar-se por efectuar uma abordagem global da informação obtida, utilizando-a principalmente para dar uma ideia de conjunto e dar um sentido lógico ao plano de jogo.

DESENVOLVER UMA ABORDAGEM GERAL

Esta abordagem geral é essencial na definição da filosofia que quer que a sua equipa transporte para o jogo. Por exemplo, se vai optar por uma abordagem mais conservadora e cautelosa ou se a equipa está em condições de impor o ritmo de jogo, podendo assim assumir uma atitude mais agressiva e correr maiores riscos. Se o plano estará mais centrado na sua equipa ou se a maioria dos esforços vão estar centrados no adversário. Se vai colocar as suas forças em confronto directo com as forças do adversário ou vai procurar atacar os seus pontos fracos. A resposta a estas perguntas vai fornecer-lhe a base sobre a qual poderá construir os detalhes do plano de jogo.

1. DESENVOLVER UM PLANO DEFENSIVO.

O plano defensivo pode assumir uma abordagem mais geral ou ser muito específico. Um plano geral exige menos preparação especial e tem a vantagem de ser muito mais flexível, mas corre-se o risco de não permitir explorar a nosso favor as fraquezas do adversário. Supondo que se fará uma abordagem mais específica, então o plano de jogo deverá incluir:

1.1. Estratégias e zonas alvo para o serviço - Para cada situação e para cada recebedor, principalmente para os recebedores atacantes, deve ser determinada a melhor forma e local para servir. Tomando isto em consideração, as estratégias de serviço são escolhidas tendo em conta três aspectos fundamentais:

- *Atacar um determinado jogador com o serviço;*
- *Atacar o sistema de recepção adversário;*
- *Atacar e impedir a organização ofensiva adversária.*

Como? Escolhendo um recebedor em particular e determinando a melhor forma e local para servir nesse jogador: lado direito; lado esquerdo; curto ou longo, etc.; por outro lado, servindo nas zonas intermédias e de conflito do sistema de recepção; e condicionando as corridas de aproximação dos atacantes, principalmente os jogadores centrais e o oposto. Outro meio utilizado é servir perturbando as permutas e penetração do distribuidor.

Tudo isto torna difícil ao distribuidor adversário controlar a bola e descobrir os melhores atacantes, obrigando por sua vez os atacantes a efectuar movimentos difíceis e fora do padrão preferido ou habitual, tendo em conta as combinações e movimentações que se sente mais confortável para executar. Alternativamente, pode optar por uma abordagem de alto risco e servir de uma forma muito agressiva com o serviço flutuante ou em suspensão potente. A identificação de alvos específicos neste caso não assume tanta importância.

A correcta gestão do risco é considerado um factor decisório muito importante para o êxito na alta competição.

1.2. A estratégia de bloco - Com base nas tendências de ataque adversárias a partir da recepção do serviço, a partir da defesa, a partir de bolas mortas, e as tendências do distribuidor, as responsabilidades no bloco têm de estar claramente definidas. Isto deve ser feito para todas as seis rotações ou doze confrontos, ponderando os conceitos e habilidades utilizadas no bloco; o número de jogadores no bloco; os deslocamentos ao longo da rede, bloco defensivo e ofensivo, ângulos a fechar e a dar ao atacante (com base nas tendências) e nas capacidades e habilidades para bloquear demonstradas pelos jogadores.

1.3. A estratégia na defesa - As responsabilidades dos jogadores na defesa devem ser delineadas tendo por base: a qualidade do contacto com a bola pelos recebedores e defensores adversários; tendências do distribuidor adversário; a qualidade do passe; o sistema de bloco utilizado e seu sucesso; e as tendências dos atacantes adversários. Isso

implicará a atribuição de movimentações e áreas de responsabilidade a todos os jogadores para cada rotação do adversário.

2. DESENVOLVER UM PLANO OFENSIVO.

Um plano ofensivo também pode ser geral ou específico, mas independente do tipo de plano a utilizar. Primeiro que tudo, deve ser baseado na capacidade ofensiva dos seus jogadores, que não se resume à capacidade de ataque. Mais uma vez, considerando uma abordagem específica, o plano ofensivo para o jogo deve ter em conta:

2.1. Formações de recepção – *Por princípio, os melhores recebedores devem ser colocados à frente das tendências mais fortes do serviço adversário e em formações que lhes permitam mais fácil e rapidamente entrar em sistema ofensivo. Lembrem-se que sem recepção é muito difícil conseguir um nível de organização e complexidade ofensiva elevado.*

2.2. Capacidade dos distribuidores – *Supondo que irá obter uma boa recepção, deverá então considerar a capacidade do seu distribuidor na definição do plano ofensivo. É fundamental que o distribuidor seja capaz e tenha confiança para executar o plano que foi delineado. Por estas e outras razões, actualmente é comum e determinante avaliar a capacidade ofensiva dos distribuidores e dos atacantes após recepção perfeita (R#).*

2.3. Potenciar o ataque – *Proporcionar a oportunidade de usar os seus melhores ataques aos seus atacantes. Assim, sentir-se-ão mais confiantes para seguir o plano ofensivo, pelo que isto deve ser tido em linha de conta na escolha da organização ofensiva para cada rotação.*

2.4. Organização ofensiva – *Deverá ser baseada nos pontos fortes da defesa, fraquezas e tendências do adversário por rotação, escolha dos jogadores e a organização ofensiva que melhor possa explorá-los. Definir as opções de ataque para quando a recepção é boa e para quando a recepção é má. Para cada combinação de ataque definir os jogadores de fixação, de combinação, de segurança e prioritários, de modo aumentar as possibilidades de serem bem sucedidos. Isto orientará a equipa, principalmente quando as tomadas de decisão forem mais difíceis.*

APRESENTAÇÃO E TREINO DO PLANO DE JOGO

Uma vez que o plano de jogo foi desenvolvido pela equipa técnica, deve ser apresentado aos jogadores e treinado para garantir que tenham as melhores hipóteses de sucesso.

1. QUANDO COMEÇAR.

Um plano de jogo pode levar algum tempo a aperfeiçoar, dependendo da sua complexidade. Portanto, um factor importante que deve ser considerado quando o plano está a ser desenvolvido é a quantidade de tempo que a equipa tem para o analisar e treinar. Dependendo da experiência e perfil dos jogadores, mesmo um plano de jogo relativamente simples pode levar 3 sessões práticas para aperfeiçoar. Para um plano mais complexo, pelo menos 6 ou 7 sessões práticas devem ser dedicadas ao seu aperfeiçoamento. Um dos erros mais comuns cometidos pelos treinadores inexperientes é entregar o plano de jogo e depois não o treinar na prática.

2. COMO APRESENTAR O PLANO.

É fundamental que o conteúdo de um plano de jogo seja apresentado de forma clara, concisa e abrangente. O melhor plano é de pouca utilidade se não for apresentado aos jogadores de uma forma que optimize a aprendizagem. Existem basicamente dois formatos para a apresentação do plano:

2.1. Caderno de jogo - Um plano de jogo bem preparado deve ser apresentado em formato escrito e com diagramas, devendo incluir:

- O Plano Geral;
- O perfil dos jogadores adversários;
- A organização ofensiva de KI;
- O plano defensivo;
- O plano ofensivo.

O formato utilizado para cada uma dessas secções deve ser facilmente entendido e sempre o mesmo durante toda a época desportiva. No final da época, cada membro da equipa terá um caderno com informações valiosas acerca dos adversários.

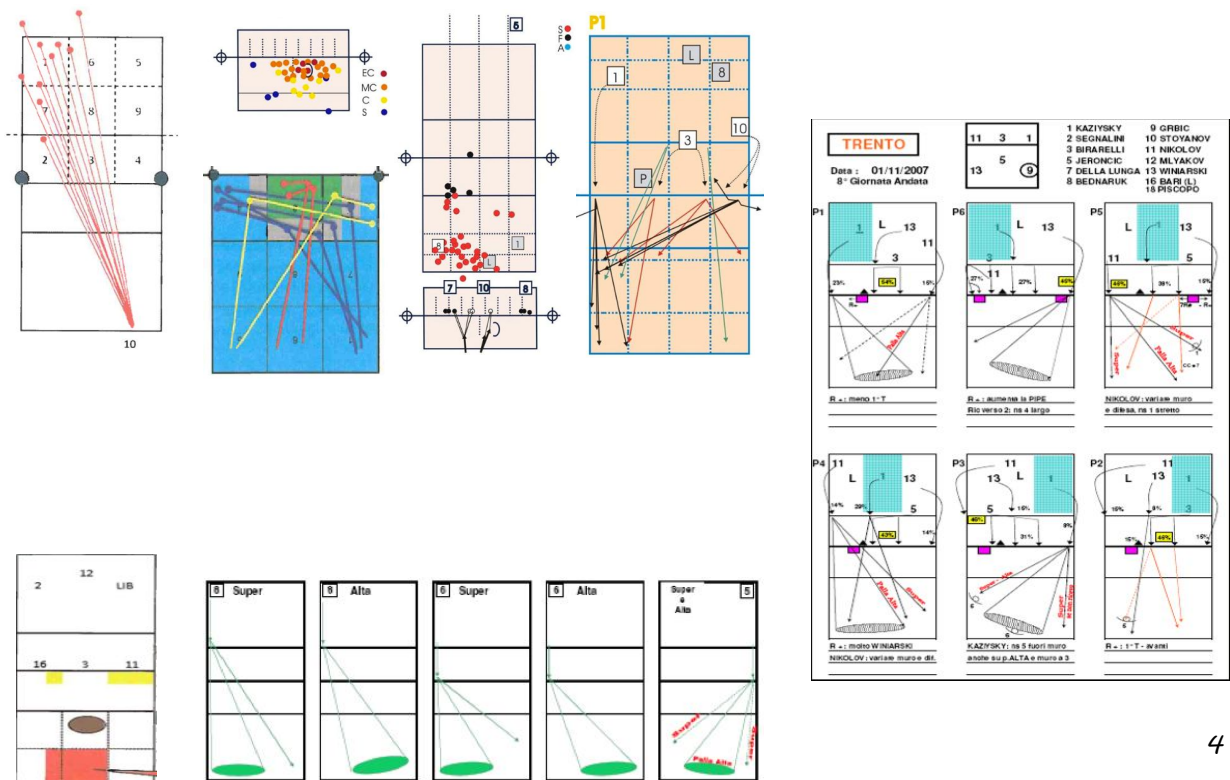


Figura 1 - Diagramas de registos das tendências em diferentes planos de jogo.

2.2. Prática Mental - É fundamental que, logo que possível, os jogadores comecem a desenvolver imagens mentais do adversário e do tipo de jogo que irão encontrar. A velocidade do jogo durante um rally é tal que os raciocínios morosos antes da tomada de decisão não são aceitáveis. O jogador tem de reagir baseando-se principalmente na informação visual que tem capacidade para filtrar durante o jogo. Usando uma combinação de visualização em vídeo e visualização dos membros da equipa, poderá facilmente adquirir as imagens mentais da oposição durante o jogo.

Primeiro, os jogadores precisam de observar o vídeo dos adversários nas diferentes fases do jogo. Isso pode ser feito simplesmente assistindo ao vídeo dos jogos do adversário. No entanto, esta é uma prática ineficiente devido ao tempo desperdiçado a assistir a eventos irrelevantes. Pelo contrário, se o vídeo original está editado, com as diferentes rotações nas diferentes fases do jogo, muitas mais repetições de situações semelhantes podem ser observadas num período muito curto de tempo. Por exemplo, observar em KI todos os movimentos dos atacantes recebedores adversários, por rotação. O resultado tem um impacto muito forte na memória visual dos jogadores. Agora, com as imagens claras dos padrões de execução dos adversários, os jogadores poderão visualizar como os adversários irão funcionar em jogo.

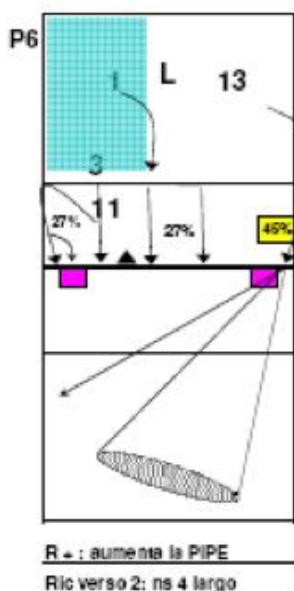


Figura 2. - Análise vídeo do adversário, em função das determinantes do plano de jogo.

3. PRATICAR O PLANO.

Uma vez que o plano foi desenvolvido e apresentado aos jogadores, as suas especificidades devem ser focadas na prática. Pelo que a seguir devem ser incluídos:

3.1. As competências - *Os jogadores devem concentrar-se em habilidades especiais ou particularmente importantes, necessárias para executar o plano. Não hesite em dividir a equipa em pequenos grupos de jogadores que têm atribuições semelhantes no âmbito do plano de jogo.*

3.2. O plano defensivo - *As especificidades do plano defensivo têm de ser trabalhadas, incluindo a tática de serviço, as tarefas de bloco com o adversário a jogar em sistema e fora de sistema e o ataque após bola morta com as correspondentes atribuições defensivas.*

3.3. O Plano ofensivo - *Novamente, e por rotação, deve-se treinar as especificidades do receber e ir atacar, a protecção ao ataque, com a equipa a jogar em sistema e fora de sistema ofensivo e após bola morta. O ataque após defesa deve ser treinado tendo em conta os mesmos aspectos.*

Porto, 2011