

**BREVE HISTÓRIA DO VOLEIBOL BRASILEIRO E A
CONTRIBUIÇÃO DA EDUCAÇÃO FÍSICA PARA
ESSE ESPORTE – ANOS 90**

**BRIEF HISTORY OF THE BRAZILIAN VOLLEYBALL AND
THE CONTRIBUTION OF THE PHYSICAL EDUCATION
FOR THIS SPORT - YEARS 90**

Nelson Kautzner Marques Junior

kautzner123456789junior@gmail.com

Membro do Comitê Científico da Revista Observatorio del Deporte,
Universidade de Los Lagos, Santiago do Chile
Niterói, Rio de Janeiro,
Brasil

RESUMEN

El propósito de la revisión fue presentar la historia del voleibol brasileño y los beneficios de la educación física para este deporte en la década de 90. El artículo consta de dos capítulos que son el voleibol masculino brasileño de los años 90 (este es el capítulo 1) y el voleibol femenino brasileño de los años 90 (capítulo 2). En cada capítulo se presentan los principales eventos sobre el voleibol brasileño y la educación física de esa nación. En conclusión, el éxito deportivo de un deporte requiere un trabajo a largo plazo y la unión de la teoría y de la práctica.

Palabras clave: deporte, entrenamiento, historia, rendimiento, voleibol.

RESUMO

O objetivo da revisão foi apresentar a história do voleibol brasileiro e os benefícios da educação física para esse esporte no período dos anos 90. O artigo é composto por dois capítulos que são o voleibol brasileiro masculino nos anos 90 (é o capítulo 1) e o voleibol brasileiro feminino nos anos 90 (capítulo 2). Em cada capítulo são apresentados os principais acontecimentos sobre o voleibol brasileiro e da educação física dessa nação. Em conclusão, o sucesso esportivo de uma modalidade requer um trabalho duradouro e com a união entre teoria e prática.

Palavras chaves: esporte, treino, história, performance, voleibol.

ABSTRACT

The objective of the review was to present the history of the Brazilian volleyball and the benefits of physical education for this sport during the years 90. The article consists of two chapters that are Brazilian male volleyball in the 90s (this is chapter 1) and Brazilian female volleyball in the 90s (chapter 2). In conclusion, the sporting success of a sport requires long-time work and the union of theory and practice.

Keywords: sport, training, performance, volleyball.

INTRODUÇÃO

Os anos 90 a educação física brasileira ensinava nas universidades somente a periodização tradicional de Matveev onde o atleta deveria realizar um longo período preparatório para atingir o pico da forma esportiva no período competitivo (Matveev, 1991, 1997). O pico da forma esportiva era identificado por avaliações cineantropométricas ou através do desempenho do esportista na modalidade (Matveev, 1995, 1996). Portanto, o treinamento do voleibol dos anos 70 a 90 ocorria apenas por uma concepção de periodização (Rocha, 1976, 1983; Dantas, 1995).

Os livros de treinamento esportivo dos anos 90 que eram adotados nos cursos de educação física do Brasil costumavam ter um capítulo sobre a periodização tradicional de Matveev (Barbanti, 1997; Tubino, 1993; Zakharov, 1992), também os professores informavam que esse cientista do esporte da Rússia era considerado o pai do treinamento esportivo e da periodização moderna (Marques Junior, 2019). Talvez o declínio do voleibol brasileiro masculino no período de 1985 a 1988 e os poucos bons resultados do voleibol feminino estejam relacionados com o uso de muitos anos de um só tipo de periodização (Marques Junior, 2009).

A maioria dos treinadores do voleibol brasileiro só começou a conhecer outras concepções de periodização no ano 2000 (Forteza, 2004; Silva, 2000). Logo, a estruturação do

treinamento do voleibol brasileiro quando comparado com os países do leste europeu (União Soviética, Polônia, Hungria, Thecoslováquia, Bulgária etc) era considerada um pouco atrasada. Porém, mesmo com algumas dificuldades, o voleibol brasileiro masculino conquistou o título olímpico em 1992 e o voleibol feminino do Brasil começou a subir no pódio a partir de 1994.

O objetivo da revisão foi apresentar a história do voleibol brasileiro e os benefícios da educação física para esse esporte no período dos anos 90.

VOLEIBOL BRASILEIRO E A EDUCAÇÃO FÍSICA DO BRASIL – MASCULINO NOS ANOS 90

Em 1990 aconteceu o Mundial masculino de voleibol no Rio de Janeiro (Bizzocchi, 2004). A seleção era composta por jogadores jovens (Marcelo Negrão, Tande, Janelson etc) e por outros experientes (Cidão, Carlão, Pampa e outros) e realizou um bom campeonato sob o comando do técnico Bebeto de Freitas. A equipe era toda renovada porque não tinha nenhum integrante da “Geração de Prata”. Na semifinal a seleção perdeu de 3 a 2 para a favorita Itália (foi campeã ao vencer Cuba na final). Na disputa do 3º lugar a seleção brasileira entrou desanimada e foi facilmente derrotada pela União Soviética. O melhor jogador desse Mundial foi o jogador da Itália de meio de rede que atuava na recepção, sendo o capitão Lucchetta (JB, 1990). Os outros premiados foram Maurício (melhor defesa, Brasil), Benne (melhor saque, Holanda), Tomev (melhor bloqueio, Bulgária), Zwerver (melhor ataque, Holanda), Cantagalli (melhor passe, Itália) e Raul Diago (melhor levantador, Cuba).

No ano seguinte, em 1991, praticamente a mesma equipe que esteve no Mundial jogou o Pan-Americano, conquistando a medalha de prata após a derrota para Cuba. Em 1992, a

seleção brasileira foi eliminada da Liga Mundial e isso foi bom porque o técnico Zé Roberto teve tempo para treinar um sistema ofensivo revolucionário que foi apresentado na Olimpíada de 1992 (Marques Junior, 2012). Porém, era esperado no máximo um 5º lugar nos Jogos Olímpicos da seleção masculina de voleibol, mas isso não aconteceu. Um dos motivos foi o avanço científico da educação física no Brasil. Por exemplo, o CELAFISCS foi importante para a formação da seleção da Olimpíada de 92 porque através da estratégia Z foram detectados os atletas desse grupo que conquistou o título olímpico (Figueira Júnior, 1994). A “Geração Campeã Olímpica” em 1992 em Barcelona era formada pelo central Amauri que foi da “Geração de Prata” (esteve na seleção de 1981 a 1988), por dois atletas de clubes de expressão (Talmo da Pirelli e Jorge Édson do Minas Tênis Clube), por quatro jogadores que foram 4º lugar na Olimpíada de 1988 (Pampa, Paulão, Carlão e Maurício) e por cinco esportistas que foram 3º lugar no Mundial Juvenil de 1989 (Marcelo Negrão, Tande, Janelson, Douglas e Giovane).

A seleção masculina de voleibol de 92 tinha um sistema ofensivo com alta variabilidade ofensiva e quase todos os jogadores atacavam de vários locais da quadra, exceto o central Paulão que atacava bola rápida no meio da rede (Lancellotti, 1995). Nessa Olimpíada a seleção brasileira masculina teve a pior recepção da competição, mas o ataque e o levantamento compensaram essa deficiência dos campeões olímpicos (Cunha e Marques, 2003). O leitor pode ver a final olímpica entre Brasil e Holanda em <https://www.youtube.com/watch?v=4URsiz4sjuk>. A equipe titular de 92 era composta por Tande (camisa número 14) e Giovane (nº 3) na ponta, Carlão (nº 9 e capitão) e Paulão (nº 5) de central, Marcelo Negrão (nº 1) de oposto e Maurício (nº 6) levantador. Os reservas eram constituídos pelos centrais Jorge Édson (nº 2) e Douglas (nº 8), pelo ponta Janelson (nº 7), pelo ponta e oposto Pampa (nº 12), pelo central e oposto Amauri (nº 15) e pelo levantador Talmo (nº 10). A comissão técnica era formada por Zé Roberto (técnico),

Marcos Miranda (auxiliar técnico), Cacá Bizzochi (auxiliar técnico), Júlio Noronha (preparador físico), José Lima (fisioterapeuta) e Sami Melinski (chefe da delegação).

Um quesito importante que os campeões olímpicos de 1992 melhoraram em relação a “Geração de Prata” de 1984 foi a estatura – 1,91 m da equipe de 84 e 1,94 m da equipe de 92, 1,90 m dos titulares de 84 e 1,95 dos titulares de 92 (Marques Junior, 2012b). Porém, os dados do artigo de Marques Junior (2012b) possuem limitações porque os seus resultados foram coletados em revistas esportivas e jornais, sendo uma noção desse componente antropométrico. Por exemplo, o jogador Tande informou em uma entrevista que tem 2 metros (m) de ténis, mas sua real estatura é de 1,98 m (Coelho, 1995). Nos jornais a estatura de Tande costumava ser apresentada a de ténis e talvez isso aconteça com os demais.

A estatura costuma ser muito valorizada no voleibol, mas Matveev (1995) lembrou que um voleibolista de baixa estatura pode compensar essa deficiência com elevado salto vertical e Rigolin da Silva (2006) informou que a menor estatura pode ser suprida através do fenômeno da compensação, por exemplo, através da inteligência tática e de outros componentes como maior força rápida para gerar um salto mais elevado etc.

Outra competição conquistada pelos campeões olímpicos de 92 foi o World Top Four realizado no Japão em 1992. Então, o voleibol realizado por esses atletas inovou a maneira de jogar com a variabilidade ofensiva.

No dia 31 de julho de 1993, a seleção masculina de voleibol (a base do grupo foram os campeões olímpicos de 1992) derrotou a Rússia por 3 a 0 (15 a 2, 15 a 13 e 15 a 9) no ginásio do Ibirapuera em São Paulo e conquistou o título da Liga Mundial (Revista

Olímpica Brasileira, 1993) – veja em <https://www.youtube.com/watch?v=4riixgApSfc>. Além de vencer o campeonato, Maurício foi eleito o melhor levantador, Kid a melhor defesa e Giovane foi considerado o melhor jogador – veja em <https://saidaderede.blogosfera.uol.com.br/2017/08/09/no-topo-ha-25-anos-ouro-em-barcelona-consolidou-o-brasil-como-potencia-do-volei/> e em <https://esporte.band.uol.com.br/outros-esportes/volei/noticia/?id=100000618661&t=>.

A disciplina treinamento esportivo da maioria dos cursos de educação física do Brasil até 1999 ensinavam aos alunos o conteúdo da periodização somente a concepção de Matveev. Algumas obras indicadas para o aprendizado da periodização tradicional eram os livros de Matveev (1990, 1991, 1995, 1997), a obra de Zakharov (1992) e a literatura clássica de Tubino (1993) e de Barbanti (1997). Portanto, o futuro treinador achava que periodização era somente estudar periodização de Matveev.

Em 1987, os professores do treinamento esportivo Paulo Roberto de Oliveira e Antonio Carlos Gomes tiveram seu primeiro contato com a periodização em bloco de Verkhoshanski (Oliveira, 2008). Mas as primeiras publicações sobre essa periodização no Brasil ocorreram em 1995, em um artigo de revisão de Gomes (1995) e no livro de Verkhoshanski (1995) que foi traduzido do russo para o português. Porém, um dos primeiros estudos no Brasil sobre a periodização em bloco de Verkhoshanski aconteceu em 1998 no voleibol da iniciação, na tese de doutorado defendida na UNICAMP pelo professor Paulo Roberto de Oliveira, posteriormente parte da sua tese foi publicada com seu orientador na Revista Treinamento Desportivo (Oliveira e Batista Freire, 2001).

Após esse ocorrido a periodização em bloco começou a se popularizar no Brasil no período de 1995 ao início do ano 2000. Isso foi constatado no artigo original de Silva, Araújo e Batista (1998) sobre a temporada de 1997 da dupla brasileira Zé Marco e Emanuel que foi

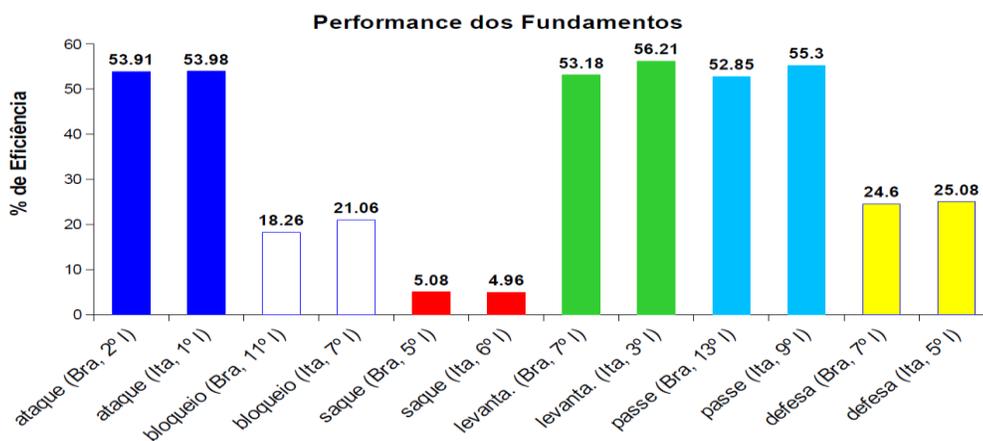
bicampeão mundial no período de 1996 e 1997. A concepção de periodização utilizada pelos treinadores para a dupla brasileira era baseada no modelo em bloco de Verkhoshanski e também tendo conteúdo da periodização de Tschiene e da periodização em bloco ATR. Somente em 2000 que várias concepções de periodização foram apresentadas em duas obras no Brasil, sendo o livro de treinamento esportivo de Forteza (2001) e o artigo de Silva (2000).

Então, retornando ao voleibol masculino nos anos 90, é possível entender porque a “Geração Campeã Olímpica” usou a periodização tradicional de Matveev proposto por Dantas (1995) como preparação para o Mundial de 1994. Dantas (1995) recomendou algumas adaptações da concepção de Matveev, denominando de macrociclo de meeting porque ocorre algumas competições no período preparatório e a competição alvo acontece no período competitivo. A figura 1 mostra como foi estruturada a periodização de Matveev com o macrociclo de meeting da seleção brasileira masculina que disputou o Mundial de 1994.

Competição	Treino	Liga Mundial de 1994	Amistoso	Mundial de 1994	Amistoso	Descanso Ativo
Meses	abril	maio, junho e julho	agosto	setembro e outubro	novembro	dezembro
Período	Preparatório			Competitivo		Transição

Figura 1. Periodização do voleibol masculino para o Mundial de 1994 (Adaptado de Dantas, 1995).

No Mundial masculino de 1994 a seleção brasileira jogou 7 partidas (Grupo B: Brasil 3 x 2 Argentina, Brasil 3 x 0 Alemanha, Brasil 2 x 3 EUA, Playoffs: Brasil 3 x 0 Canadá), perdendo para Cuba por 3 a 2 nas quartas de final e sendo eliminado das semifinais (Volleyball, 1994). Na disputa do 5º ao 8º lugar o Brasil ganhou dois jogos (Brasil 3 x 0 Rússia, Brasil 3 x 0 Grécia) e terminou na 5ª colocação. A seleção campeã foi a Itália, em 2º lugar ficou a Holanda, em 3º lugar os EUA e em 4º lugar terminou Cuba. A figura 2 apresenta o desempenho dos fundamentos do Brasil (Bra) e da Itália (Ita) nesse Mundial de 1994 (Volleyball, 1994).



Observação: 2º I é 2º lugar, sendo o ranking dos fundamentos do Mundial de 94.

Observação 2: levanta é levantamento.

Figura 2. Performance dos fundamentos do Brasil (5º lugar) e da Itália (1º lugar) no Mundial de 1994 (Extraído do Volleyball, 1994).

Segundo Bizzocchi (2006), o desempenho do ataque de uma equipe de voleibol de alto nível está em torno de 60%. Brasil e Itália atingiram valores similares a esse no Mundial de

94 – ver figura 2. O percentual de eficiência dos fundamentos do Brasil e da Itália foram próximos, mas a maioria dos fundamentos a Itália foi superior ao Brasil, exceto o saque.

A “Geração Campeã Olímpica” também obteve alguns êxitos em 1995 (2º lugar na Liga Mundial e 3º lugar na Copa do Mundo do Japão) e em 1996 mostrou que era necessário renovar o grupo, a equipe terminou em 5º lugar os Jogos Olímpicos.

Nessa Olimpíada de 1996 aconteceu uma novidade, o voleibol de dupla na areia estreou como esporte olímpico.

A partir de 1997, uma nova geração com alguns campeões olímpicos de 92 conquistaram a Copa dos Campeões, aparecendo novos valores como Nalbert, Giba, Gustavo e outros (Bizzocchi, 2004). No Mundial de 1998 a seleção masculina fez uma boa campanha com um grupo de novos atletas (Gustavo, Nalbert e Giba etc) e com jogadores veteranos (Maurício, Max, Douglas e outros). Nesse campeonato ocorreu a inclusão do líbero, jogador que só atua na defesa e na recepção (Marques Junior, 2012e). O líbero da seleção brasileira foi Kid. A Itália foi a campeã Mundial em 98 ao vencer a Iugoslávia na final e Cuba derrotou o Brasil na disputa do 3º lugar. Apesar do 4º lugar da seleção brasileira masculina, o central Gustavo foi eleito o melhor bloqueio e o técnico brasileiro Bebeto de Freitas que dirigiu a Itália foi considerado o melhor treinador.

Após o término desse Mundial de 98, as regras do voleibol passaram a ser jogada sem vantagem em quatro sets de 25 pontos ou dois pontos de diferença e continuando a ter o tie break no 5º set, com pontuação de 15 pontos ou dois pontos de diferença (Marques Junior, 2012e). Essa mudança das regras diminuiu a duração das partidas, passaram a ter uma média de 1 hora e 30 minutos a 2 horas (Chiappa, 2001). Isso foi bom para as emissoras de

televisão, mas aumentou o estresse psicológico nos jogadores porque cada momento da partida é disputado um ponto.

Essa nova geração do voleibol masculino que jogou o Mundial de 98 teve sucesso em 1999, obteve o 3º lugar na Liga Mundial.

VOLEIBOL BRASILEIRO E A EDUCAÇÃO FÍSICA DO BRASIL – FEMININO NOS ANOS 90

Lembrando sobre o voleibol brasileiro feminino no período de 1985 a 1989, o voleibol das mulheres começou a conquistar bons resultados a partir do momento que foi 4º lugar no Mundial juvenil de 85, 5º lugar no Mundial de 86 e Barros (1994) informou que essa seleção feminina começou a fazer o mesmo treinamento da “Geração de Prata”, ainda as mulheres venceram o Mundial juvenil de 87 e 89 consecutivamente. Esses resultados expressivos somado ao bom trabalho dos treinadores e ocorrendo evolução do conhecimento científico da educação física brasileira proporcionaram muitas vitórias para o voleibol feminino nos anos 90.

Entretanto, no Mundial de 1990 a seleção brasileira feminina não foi tão bem, ficou em 7º lugar (Bizzocchi, 2004). Mas nos Jogos da Amizade de 1990 realizado nos EUA, as mulheres conquistaram a medalha de bronze ao derrotar o Peru na disputa do 3º lugar (Amoedo, 1990). O destaque dessa equipe foi a central Ida (1,77 m e 63 kg) com seus ataques velozes no meio da rede e com excelente bloqueio, sendo imprescindível para vencer a forte seleção peruana. Nas avaliações cineantropométricas que determinam o condicionamento físico, Ida é melhor do que a média da seleção em todos os testes que são indicados pelo CELAFISCS que é comandado por Matsudo (1998). Veja esses valores na tabela 1 (Amoedo, 1990).

Tabela 1. Resultados da seleção feminina de voleibol e da central Ida no ano de 1990.

Amostra	Agilidade de 9,14 m (segundos e centésimos)	Resistência Anaeróbia de 40 segundos (metros)	Salto do Bloqueio (centímetros)	Salto do Ataque (cm)	Aeróbio de Cooper (metros)
Ida	9 seg. e 33 cent.	245 m	61	74	3000
Média da Seleção	10 seg e 13 cent.	220 m	53	65	2800

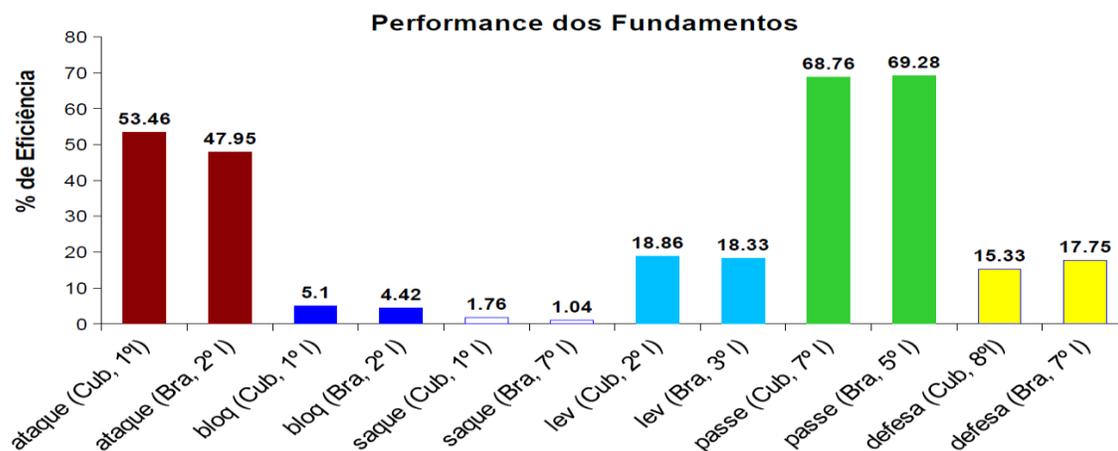
Em 1991 a seleção feminina de voleibol continuou a ter bons resultados, foi vice-campeão Mundial juvenil, conquistou a medalha de prata no Pan-Americano e venceu o Sul-Americano. Em 1992 os bons resultados do voleibol feminino continuaram, a seleção conquistou o 4º lugar nos Jogos Olímpicos e em 1993 foi 4º lugar no Grand Prix de voleibol.

O período de 1982 a 1993 o voleibol feminino esteve poucas vezes no pódio das competições internacionais. Nos anos 80, de 1982 a 1989, a seleção brasileira feminina de voleibol esteve 4 vezes no pódio (1982: 2º lugar no Mundialito, 1987: 1º lugar no Mundial juvenil, 1989: 1º lugar no Mundial juvenil e 2º lugar no Sul-Americano) e nos anos 90, de 1990 a 1993, elas estiveram no pódio 5 vezes (1990: 3º lugar nos Jogos da Amizade, 1991: 2º lugar no Mundial juvenil, 2º lugar no Pan-Americano e 1º lugar no Sul-Americano, 1993: 2º lugar no Sul-Americano). As demais competições importantes a seleção feminina esteve fora do pódio.

A partir de 1994 a seleção brasileira feminina de voleibol passou estar presente no pódio com frequência. As duas maiores conquistas das mulheres do voleibol brasileiro nos anos

90 foram as seguintes: em 1994 conquistaram o vice-campeonato Mundial ao perder para Cuba por 3 a 0 (15 x 2, 15 x 10 e 15 x 5) (Volleyball, 1994b) e conseguiram ganhar a medalha de bronze nos Jogos Olímpicos de 1996 ao derrotar a Rússia por 3 a 2. A equipe feminina que conquistou a primeira medalha em Mundial era composta por Fofão, Fernanda Venturini, Janina, Hilma, Edna, Estefânia, Márcia Fu, Ana Moser, Virna, Ana Paula, Ida e a capitã Ana Flávia – veja em <https://cbv.com.br/noticia/26902/cbv-relembra-primeira-medalha-conquistada-pela-selecao-feminina-em-mundiais>.

O Brasil (Bra) jogou 7 partidas e 24 sets em todo o Mundial de 94 e Cuba (Cub) no mesmo campeonato realizou 7 jogos e 21 sets. A figura 3 apresenta o desempenho dos fundamentos das duas melhores equipes do Mundial feminino de 1994 (Volleyball, 1994b).



Observação: 1º l é 1º lugar, sendo o ranking dos fundamentos do Mundial de 94.

Observação 2: bloq é bloqueio, lev é levantamento.

Figura 3. Performance dos fundamentos de Cuba (1º lugar) e do Brasil (2º lugar) no Mundial de 1994 (Extraído de Volleyball, 1994b).

Os três fundamentos mais determinantes na vitória de uma equipe de voleibol são o ataque, seguido do bloqueio e em terceiro o saque (Marques Junior, 2015). Na figura 3 esse três fundamento a seleção feminina de voleibol de Cuba foi superior ao Brasil e estando em 1º lugar no ranking desses fundamentos. Logo, isso comprova o quanto essa seleção era melhor do que as brasileiras. Mas no passe e na defesa da figura 3 o Brasil foi melhor do que Cuba.

No período de 1994 a 1999 a seleção brasileira feminina de voleibol esteve 15 vezes no pódio (1994: 2º lugar no Mundial, 1º lugar no Grand Prix e 2º no World Top Four, 1995: 2º lugar no Mundial Juvenil, 2º lugar no Grand Prix e 1º lugar no Sul-Americano, 1996: 3º lugar na Olimpíada, 1º lugar no Grand Prix e 3º lugar no World Super Challenge, 1997: 1º lugar no Sul-Americano, 1998: 1º lugar no Grand Prix, 1999: 2º lugar no Mundial Juvenil, 2º lugar no Grand Prix, 1º lugar no Pan-Americano e 1º lugar no Sul-Americano) e apenas uma vez ficou em 4º lugar (1998: 4º lugar no Mundial). Portanto, o trabalho de 1986 quando as mulheres começaram a fazer o mesmo treino da “Geração de Prata” com o técnico Jorjão para o Mundial de 86 (86 a 93: total de 8 anos de trabalho para chegar várias vezes ao pódio) começou a surtir efeito somente em 1994.

Nos anos 90 foram produzidos vários artigos de voleibol sobre os esforços dos atletas durante a partida. O conteúdo desses artigos era referente a resposta fisiológica do voleibolista na partida (Stanganelli, 1992), o tempo do rali e da pausa durante o jogo (Oliveira, 1997), a quantidade de saltos no jogo (Rodacki et al., 1997), a duração do rali e da pausa e a quantidade de fundamentos (Iglesias, 1994), a metragem percorrida das ações do jogo, a quantidade de fundamentos e o tempo do trabalho intermitente do voleibol de dupla na areia (Resende, 1996), a metragem percorrida do levantador (Monteiro et al., 1993), a resposta da frequência cardíaca durante a partida conforme a posição do

voleibolista (Stanganelli, Costa e Silva, 1998) e outros. Talvez esses estudos tenham ajudado o treinador brasileiro em estruturar melhor o treino físico.

Um livro sobre a biomecânica do voleibol que causou um impacto grande no Brasil foi a obra de do russo Shalmanov (1998). Esse trabalho fez tanto sucesso que até nos dias atuais esse livro é citado nos artigos de biomecânica do voleibol (Marques Junior, 2004, 2012d), principalmente chamando atenção do momento de inércia durante o balanceio dos braços (Marques Junior, 2012e, 2019b). Apesar do impacto do livro de Shalmanov (1998) no Brasil, são vistos poucos voleibolistas nesse país fazendo o balanceio dos braços com menor momento de inércia.

O estudante conheceu os principais acontecimentos do voleibol masculino e feminino nos anos 90 e o efeito da educação física nesse esporte.

CONCLUSÕES

Os anos 90 o voleibol brasileiro masculino continuou com as suas vitórias, culminando com o título olímpico em 1992. O voleibol das mulheres do Brasil realmente começou a ter êxito nos anos 90, precisamente isso começou em 1994. Ambas seleções brasileiras de voleibol conseguiram êxito no cenário internacional por causa de uma longa preparação – 20 anos no voleibol masculino (anos 60 e 70) e 24 anos no voleibol feminino (anos 70 a 1993). Em conclusão, o sucesso esportivo de uma modalidade requer um trabalho duradouro e com a união entre teoria e prática.

REFERÊNCIAS

- Amoedo, C. (1990). Fôlego de gata. *Boa Forma*, -(39), 26-30.
- Barbanti, V. (1997). *Teoria e prática do treinamento esportivo*. 2ª ed. São Paulo: Edgard Blücher.
- Barros, J. (1994). *Voleibol moderno: sistema defensivo*. Rio de Janeiro: GPS.
- Bizzocchi, C. (2004). *O voleibol de alto nível*. 2ª ed. Barueri: Manole.
- Bizzocchi, C. (2006). *Planejamento em esportes coletivos*. In. D. Rose Junior (Org.). Modalidades esportivas coletivas. Rio de Janeiro: Guanabara.
- Chiappa, G. (2001). *Fisioterapia nas lesões do voleibol*. São Paulo: Robe.
- Coelho, C. (1995). Aquele abraço. *Volleyball*, 1(11), 48-55.
- Cunha, P., e Marques, A. (2003). A eficácia ofensiva em voleibol. In. I. Mesquita, C. Moutinho, R. Faria (Eds.). *Investigação em voleibol. Estudos ibéricos* (p. 180-189). Porto: Fcdefup.
- Dantas, E. (1995). *A prática da preparação física*. 3ª ed. Rio de Janeiro: Shape.
- Forteza, A. (2001). *Treinamento desportivo: carga, estrutura e planejamento*. São Paulo: Phorte.
- Figueira Júnior, A. (1994). *Ciência do voleibol*. São Caetano do Sul: CELAFISCS.
- Gomes, A. (1995). Sistema de estruturação do ciclo anual de treinamento. *Revista da APEF Londrina*, 10(18), 77-84.
- Iglesias, F. (1994). Análisis del esfuerzo en el voleibol. *Stadium*, 28(168), 17-23.
- JB (1990). *Lucchetta: a alegria de ser o melhor do Mundial*, -(-), -.
- Lancellotti, S. (1995). Salto com vara: renovação leva o vôlei brasileiro ao pódio olímpico. *Volleyball*, 1(9), 20-23.

Marques Junior, N. (2004). Biomecânica aplicada a locomoção e o salto do voleibol. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 10(77), 1-16.

Marques Junior, N. (2009). O efeito da periodização em um atleta do voleibol na areia – 1999 a 2008. *Movimento e Percepção*, 8(9), 54-94.

Marques Junior, N. (2012). História do voleibol no Brasil e o efeito da evolução científica da educação física brasileira nesse esporte. *Lecturas: Educación Física y deportes*, 17(170), 1-29.

Marques Junior, N. (2012b). Medalhas nos Jogos Olímpicos: estatura das seleções do voleibol brasileiro. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 17(172), 1-10.

Marques Junior, N. (2012c). História do voleibol, parte 1. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 17(169), 1-13.

Marques Junior, N. (2012d). Biomecánica aplicada a la locomoción y el salto em el voleibol. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 17(171), 1-23.

Marques Junior, N. (2012e). Balanceio dos braços na cortada do voleibol. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 17(175), 1-6.

Marques Junior, N. (2015). Fundamentos que fazem ponto durante o jogo de voleibol: um estudo de correlção. *Revista Observatorio del Deporte*, 1(3), 134-145.

Marques Junior, N. (2019). Benefícios da revolução russa. *Germinal: Marxismo e Educação em Debate*, 11(1), 210-221.

Marques Junior, N. (2019b). Biomecânica dos fundamentos do voleibol: saque e ataque. *Revista Universitaria de la Educación Física y el Deporte*, 12(12), 28-40.

Matsudo, V. (1998). *Testes em ciências do esporte*. 6ª ed. São Caetano, do Sul: Celafiscs.

Matveev, L. (1990). *O processo de treino desportivo*. 2ª ed. Lisboa: Horizonte.

Matveev, L. (1991). *Fundamentos do treino desportivo*. 2ª ed. Lisboa: Horizonte.

Matveev, L. (1995). *Preparação desportiva*. São Paulo: FMU.

Matveev, L. (1996). Comentários modernos sobre a forma desportiva. *Revista Treinamento desportivo*, 1(1), 84-91.

Matveev, L. (1997). *Treino desportivo: metodologia e planejamento*. Guarulhos: Phorte.

Monteiro, J., Costa, A., Silva, R., e Moutinho, C. (1993). Quantificação e caracterização dos deslocamentos do jogador distribuidor presente no Campeonato do Mundo da juventude em voleibol, Portugal 91. In. J. Bento, e A. Marques (Eds.). *A ciência do desporto a cultura e o homem* (p. 361-372). Porto: Universidade do Porto.

Oliveira, P. (1998). *O efeito posterior duradouro de treinamento (EPDT) das cargas concentradas de força – investigação a partir de ensaio com equipe infanto-juvenil e juvenil de voleibol*. Campinas, UNICAMP, Tese de Doutorado.

Oliveira, P., e Batista Freire, J. (2001). Dinâmica da alteração de diferentes capacidades biomotoras nas etapas e micro-etapas do macro-ciclo anual de treinamento de atletas de voleibol. *Revista Treinamento Desportivo*, 6(1), 18-30.

Oliveira, P. (1997). Particularidades das ações motoras e características metabólicas dos esforços específicos do voleibol juvenil e infanto juvenil feminino. *Revista das Faculdades Claretianas*, -(6), 4756.

Oliveira, P. (2008). *Periodização contemporânea do treinamento desportivo*. São Paulo: Phorte.

Resende, R. (1996). Caracterização da atividade física em voleibol de praia. *Revista Horizonte*, 13(74), 1-12.

Revista Olímpica Brasileira (1993). *Brasil campeão da Liga Mundial de vôlei*, 2(5), 19-20.

Rigolin da Silva, L. (2006). O fenômeno da compensação. *Desempenho esportivo: crianças e adolescentes* (p. 387-423). São Paulo: Phorte.

Rocha, P. (1976). A marcha do voleibol moderno nas Olimpíadas de Montreal: a preparação física da seleção brasileira. *Revista de Educação Física*, -(-), 31-34.

Rocha, P. (1983). Preparação física da seleção brasileira masculina de voleibol. *Sprint*, 2(7), 15-17.

Rodacki, A., Bientinez, R., Cruz, E., Machado, A., Santos, A., Pereira, E., Silva, F., Ribas, G. (1997). O número de saltos verticais realizados durante partidas de vôleibol como indicador da prescrição do treinamento. *Revista Treinamento Desportivo*, 2(1), 31-39.

Shalmanov, A. (1998). *Voleibol: fundamentos biomecânicos*. Guarulhos: Phorte.

Silva, F. (2000). Planejamento e periodização do treinamento desportivo: mudanças e perspectivas. *Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício*, 1(1), 29-47.

Silva, F., Araújo, R., e Batista, G. (1998). Voleibol de praia: o treinamento de uma dupla bicampeã mundial. *Revista Treinamento Desportivo*, 3(3), 17-26.

Stanganelli, L. (1992). Características fisiológicas do voleibol. *Revista da APEF Londrina*, 7(13), 37-43.

Stanganelli, L., Costa, S., e Silva, P. (1998). Análise da frequência cardíaca de jogo em atletas de voleibol infante-juvenil: de acordo com suas funções específicas. *Revista Treinamento Desportivo*, 3(2), 44-51.

Tubino, M. (1993). *Metodologia científica do treinamento desportivo*. 13ª ed. São Paulo: Ibrasa.

Verkhoshanski, Y. (1995). *Preparação de força especial*. Rio de Janeiro: GPS.

Volleyball (1994). *Show à italiana*, 1(6), 35-38.

Volleyball (1994b). *Viva a geração de prata*, 1(7), 24-39.

Zakharov, A. (1992). *Ciência do treinamento desportivo*. Rio de Janeiro: GPS.