

A DUPLA NO VOLIBOL

Pelo Major JOSÉ ALBERTO PITTA

Quando você desejar praticar um desporto atraente, que trabalhe todos os seus músculos, desenvolva seu senso de raciocínio rápido e lhe faça suar para tomar um bom banho, experimente reunir-se a 3 companheiros, para jogarem uma dupla de volibol.

É o verdadeiro esporte do "Mens sana in corpore sano".

O campo de volibol tem as dimensões de 18 x 9 metros; logo, a área defendida pela dupla é de 9 x 9 metros. Somente quem joga dupla sabe quanto é grande esta área; porém, à medida que a dupla aperfeiçoa a sua técnica, menor vai ficando este quadrado de 9 x 9, e mais fácil de ser defendido.

Tôdas as regras de Volibol de 6 são aplicadas, tornando-se flexíveis no jôgo de dupla, onde somente não é permitido tocar a rêde e "levar a bola para casa" (condução escandalosa).

Há também uma regra que vigora para alguns jogadores "espertos e muito vivos", que exclamam "fora!", para tôdas as bolas que caem em cima da linha de fundo do seu campo.

As qualidades físicas exigidas para o maior rendimento da dupla, são: boa estatura e flexibilidade.

Eis aqui alguns conselhos técnicos, que poderão ser seguidos com bons resultados, referentes às principais chaves para o ataque e defesa, da dupla.

O ATAQUE

Saque — O saque ideal para o jôgo de duplas deve ser sempre no fundo, com batida por baixo, dirigido na direção do mais fraco, porque já implicará num maior esforço do adversário em passar a bola para o companheiro na rêde.

O saque em cima do adversário mais fraco, acarretará as seguintes vantagens técnicas:

- Obrigar o mais fraco a bater a 3.^a bola para o outro lado da rêde, colocando-a mal;
- Obrigar o mais fraco a passar para o melhor jogador, que tentará jogar a 2.^a bola, mal preparada, para o outro lado da rêde.

O saque americano de costas só resolve quando é endereçado contra um adversário que defende mal.

O saque tipo tênis é um pouco mais eficiente, porque a bola vai sem movimento de rotação e faz uma trajetória sinuosa irregular, confundindo o adversário.

Qualquer um destes dois tipos de saque nada adiantam quando os adversários são bons defensores e batem bem na bola.

Com raríssimas exceções, a percentagem de perda destes dois saques é da ordem de 70%.

Três batidas — Durante o desenrolar do jôgo, para o ataque ser eficiente, é fundamental que a dupla execute as 3 batidas, procurando levantar bem a bola, para dar tempo ao deslocamento do companheiro.

A finta — O jogador que executar a 3.^a bola, deve sempre olhar para o campo do adversário enquanto a bola vem para a sua direção, pular em cima da rêde, para fintar, arremessando a bola, no espaço desguarnecido, que é sempre à frente ou à retaguarda do adver-

sário. No caso de indecisões é sempre melhor enviar a bola ao fundo do campo.

Ataque na 2.^a bola — No caso de um jogador atacar muito melhor do que o outro, o jogador inferior, ao qual sempre é dirigida a bola, poderá dar a primeira em cima da rêde, para que o melhor jogador ataque na 2.^a batida.

Devolução na 1.^a bola — Logo após o saque, o sacador corre para frente, e o adversário poderá surpreendê-lo, devolvendo a bola imediatamente à sua retaguarda.

Chave do suor — Não é muito esportiva, mas é eficiente. Quando os contendores chegam ao estado de sudação completa do corpo, o sacador levando a bola para a linha do saque, dá as costas para o adversário e carrega a bola debaixo do braço e junto ao peito, molhando-a completamente. Ao ser arremessada a bola, o adversário quando fôr batê-la escorregará completamente a mão, espirrando e perdendo o controle da pelota.

DEFESA

Colocação em campo — Os jogadores devem se colocar em campo, numa posição que fique a 5 metros da rêde e a 4 metros da linha de fundo. Esta situação é a ideal, porque é mais fácil correr para a frente do que para trás. Após bater a bola, em qualquer local do campo, cada jogador deverá voltar imediatamente para a posição do campo descrita acima.

Correr para junto do companheiro — Quando um jogador corre para apanhar uma bola difícil, o parceiro deve correr para perto dele, a fim de auxiliá-lo no lance.

Cobertura do companheiro — Quando há uma perfeita coordenação entre a dupla, esta poderá aplicar a chave, de um correr para junto da rêde a fim de apanhar a bola curta, enquanto o companheiro cobre sua retaguarda, para a possibilidade de vir uma bola longa.

Saída da posição — O deslocamento para pegar a bola só deve ser iniciado após o adversário arremessá-la, não devendo os jogadores ficarem dançando no campo e sim ficarem parados, atentos às mãos e ao olhar do adversário, que sempre indica onde ele vai colocar a bola.

Quebra espinha — Quando o defensor é surpreendido com uma bola no fundo, que o vai cobrir, deve sempre defender somente com uma das mãos, porque o outro braço servirá para equilibrar seu corpo no pulo para pegar a bola chamada de "quebra espinha", por necessitar um arqueamento do corpo.

Pânico — Em tôdas as situações de pânico a última bola deve sempre ser arremessada no fundo da quadra adversária, a fim de ganhar tempo para a retomada das posições no campo.

Batida dos pés — Quando o adversário vai dar a última bola, o defensor pode correr na rêde e chamá-lo com duas batidas dos sapatos no chão, e voltar rápido para o fundo, onde fatalmente a bola será arremessada, se a finta der certo.

Capitão — O melhor jogador da dupla deve ser o capitão, cuja ação no comando das jogadas deve ser decisiva para a conquista da vitória.