Aula 3 – Passe, Manchete e Serviço Ténis

Parte A

Descrição dos gestos técnicos no Voleibol:

- fase de pré-contacto (preparatória);

- fase de contacto (principal)

- fase de pós-contacto (final)

1 – Passe

- descrição; erros típicos; componentes críticas

Vídeo: <https://youtu.be/3gsHw_RJdpw>

2 – Manchete

- descrição; erros típicos; componentes críticas

Vídeo: <https://youtu.be/mi4m0tUhM0w>

3 – Serviço Ténis e Por Baixo

- descrição; erros típicos; componentes críticas

Vídeo: <https://youtu.be/QdcgOZyKQTU>

- variantes: em suspensão; em força; flutuante

Vídeo: <https://youtu.be/ljqmhNAZ2xc>

Veja os vídeos apresentados e indique quais foram os gestos técnicos mais utilizados pelos atletas em jogo 4x4 (nível B)

1 – Videos (2min+2min)

<https://youtu.be/qglh_K5yliQ>

<https://youtu.be/UzkPgbUSYQU>

TRENTINO vs. PERUGIA - CEV Champions League Volley 2021 Men Semi-Finals

<https://youtu.be/VVNg-Q_UxUM>