

# MANUAL DO TORCEDOR DO VÔLEI SENTADO



MOVIMENTO VERDE AMARELO

# ATUAÇÃO DO MVA

---

Nosso propósito é apoiar os atletas brasileiros em todas as modalidades.

Acreditamos que quem torce também joga e que torcida ganha jogo.

No vôlei sentado, levamos nossa energia e vibração para as quadras, para que as nossos atletas se sintam em casa durante as competições.

Nesse manual, você encontrará as principais orientações para uma torcida adequada.



## O QUE É O VÔLEI SENTADO?

O vôlei sentado é a modalidade de vôlei paralímpico, voltado para atletas com alguma deficiência física ou relacionada à locomoção.

**Classes:** Os atletas são divididos em dois grupos: **VS1** e **VS2**, de acordo com o grau de impacto nas funções na modalidade ocasionado pela sua deficiência.

- **VS1:** atletas com deficiências mais severas e que têm maior impacto nas funções essenciais do vôlei sentado. Ex: amputados de perna.
- **VS2:** atletas com deficiências mais leves e com menor interferência nas funções em quadra. Ex: amputação de parte do pé, amputação bilateral de polegar.



Foto: Marcelo Zambrana/CPB

## REGRAS BÁSICAS DO JOGO:

Antes de torcer, é essencial conhecer algumas regras do vôlei sentado:

**Equipes e Posições:** Cada time é composto de 06 jogadores em quadra, sendo: um central, um levantador, um oposto, dois ponteiros e um líbero. O líbero é uma posição especial e possui função exclusivamente defensiva, não podendo realizar ações de ataque, saque ou bloqueio. A equipe deve cumprir incluir, no máximo, um jogador com "deficiência mínima" (VS2). Esse requisito deve ser cumprido mesmo quando o líbero está em quadra.

**Contato com o solo:** Em todo momento durante ações de jogo os jogadores devem manter o contato com o solo com alguma parte do corpo entre as nádegas e os ombros, exceto nos momentos de deslocamento em quadra.

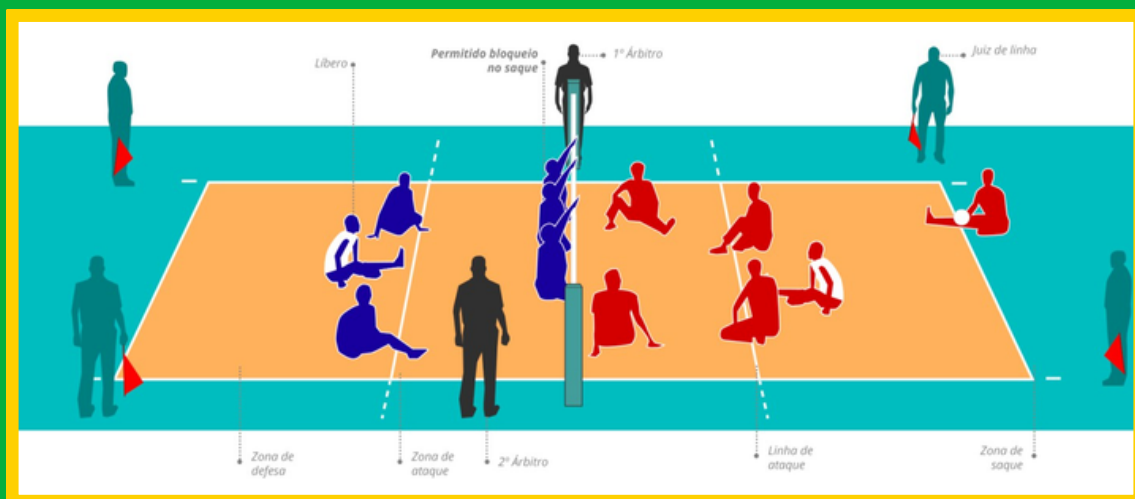


Imagem: Reprodução GloboEsporte

## REGRAS BÁSICAS DO JOGO:

**Pontuação:** O jogo é disputado em até 05 sets e ganha a equipe que vencer 03 sets. Os quatro primeiros sets são de 25 pontos, e o último set, chamado de *tie-break*, é de 15 pontos. Para marcar um ponto, é necessário que a bola toque a quadra adversária dentro da área delimitada ou que o adversário cometa um erro.

O time vence um set ao atingir a marca total de pontos (25 ou 15) com uma vantagem mínima de dois pontos frente ao placar do adversário. Dessa forma, se um set empatar em 24-24 ou 14-14, a partida continua até que a diferença de dois pontos seja atingida (26-24, 27-25...).

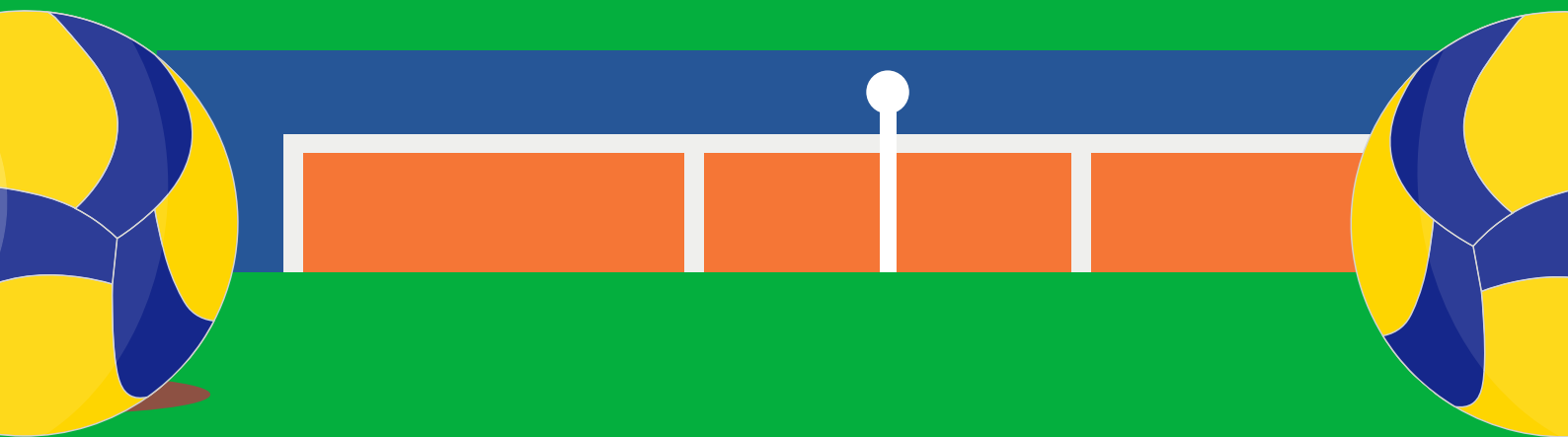
**A Quadra:** No vôlei sentado a quadra possui dimensões menores. A quadra mede 10m de comprimento por 6m de largura (18m x 6m no vôlei olímpico). A altura da rede é de 1,15m no masculino e 1,05m no feminino (2,43m no masculino e 2,24m no feminino no vôlei olímpico).



## REGRAS BÁSICAS DO JOGO:

**Toques:** Cada equipe tem direito a 3 toques na bola para a passar para o campo adversário. **O toque no bloqueio não contabiliza** nessa contagem e é **permitido realizar ação de bloqueio no saque** do adversário. Um mesmo jogador não pode tocar na bola duas vezes consecutivas. Além disso, é possível salvar a bola com qualquer parte do corpo, inclusive com os pés.

**Troca de Lados:** Os times trocam de lado a cada set.



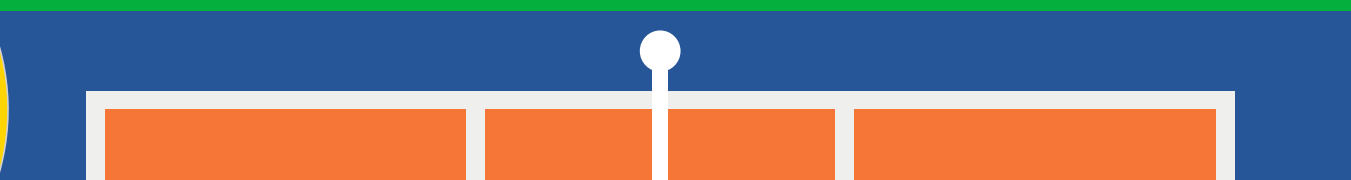
**Bola Dentro/Fora:** É considerado bola dentro quando a bola entra em contato com o chão dentro da área delimitada na quadra adversária. Se a bola tocar qualquer objeto ou pessoa (com excessão dos atletas em quadra), é considerado bola fora. Se a bola tocar o(s) jogador(es) antes de cair fora, é ponto do adversário.



## REGRAS BÁSICAS DO JOGO:

**Erros/Infração:** Se alguma das equipes infringir uma das Regras Básicas, é marcado erro e é ponto do adversário. Também existe a chamada **"Invasão"**, que acontece quando o jogador toca a bola no campo do adversário. Além disso, o **"Lifting"** é a infração que acontece quando, ao executar uma ação, o jogador perde o contato com o solo (ficando sem contato de alguma parte do corpo entre as nádegas e os ombros).

**Juízes e arbitragem:** Existem juízes de linha, um primeiro árbitro e um segundo árbitro. Nos jogos com tecnologia de Desafio, há um árbitro para o Desafio. Nesses casos, os técnicos podem desafiar algumas marcações da arbitragem (como toque no bloqueio e toque na rede). Cada equipe tem direito de errar 02 pedidos de desafio por set.



**Para uma torcida vibrante, mais respeitosa e adequada, siga os pontos a seguir >>>**



# O QUE FAZER NAS ARQUIBANCADAS?



## **TORCER INCANSAVELMENTE!**

O vôlei é um esporte que permite torcida durante todos os momentos da partida, então se prepare para apoiar os atletas do começo ao fim!

## **Respeite os jogadores e a arbitragem:**

Se houver um erro, deixe a decisão com os árbitros. Prezamos sempre pelo respeito, então evite reclamações excessivas ou comportamento antidesportivo.

## **Demonstre esportividade:**

Depois de um rally ou de uma boa jogada do adversário, é educado aplaudir e valorizar o esforço dos atletas.

## **Compreender os momentos de concentração:**

Vibre, cante, incentive! Entretanto, o aquecimento é um momento de concentração pré-jogo, e não dos atletas atenderem ao público. Após o término do jogo, haverá oportunidades para interagir diretamente com eles.



## O QUE NÃO FAZER NAS ARQUIBANCADAS



### **Vaiar jogadores, comissão técnica e arbitragem:**

Prezamos sempre por canalizar nossa energia em incentivar e torcer para nossos(as) atletas, e não em torcer contra o adversário.

### **Atrapalhar o jogo com flashes:**

É comum ligar o flash do celular para participar da festa na arquibancada ou para tirar fotos. Entretanto, **atente-se para desligar o flash quando a bola estiver em jogo. O flash dos celulares pode atrapalhar os jogadores.**

### **Discutir com outros torcedores:**

Mantenha o **respeito** independentemente de torcidas opostas.

### **Lançar objetos na quadra:**

Atitude que pode acarretar em punição da equipe, além de colocar a segurança de jogadores, comissões técnicas, funcionários e dos próprios torcedores em risco.

# CONDUTA MVA



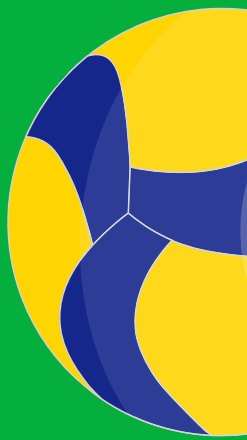
O Movimento Verde Amarelo preza, em seus valores por:

- Respeito;
- Transparência;
- Independência;
- Brasilidade
- Apoio Incondicional;
- Comunidade;
- Representatividade.



Somos uma torcida que agrega pessoas do Brasil e do mundo todo, cada uma com sua cultura, sua história de vida, que se reúne em diversos locais no Brasil e fora (locais que possuem seus costumes e cultura), para apoiar o esporte brasileiro.

Estamos presentes nos torneios para **APOIAR INCANSAVELMENTE NOSSOS ATLETAS**, então nada de vaiar, xingar ou fazer algo ofensivo para nossos atletas, como também com os adversários e árbitros.



# CONDUTA MVA



O que **PODE** no nosso ambiente de Torcida no MVA VÔLEI:



- 
- Vibração;
  - Empatia;
  - Alegria;
  - Apoiar sempre, até o fim, mesmo nas derrotas;
  - Confraternização;
  - Amizade;
  - Família;
  - Diversão.

O que **NÃO PODE** na Torcida do MVA VÔLEI:



- Qualquer ato discriminatório (raça, nacionalidade; origem social; gênero; religião; posicionamento político etc...);
- Desrespeitar os adversários, árbitros, voluntários, funcionários ou qualquer pessoa presente no torneio.

# VEM TORCER COM A GENTE!



Foto: Alexandre Schneider

*"O MVA surpreende sempre, inova, impulsiona e essa sede de querer e conquistar cada vez mais contagia não só os torcedores, mas também os atletas! Mais uma vez proporcionando conhecimento e divulgando os esportes, numa cartilha deliciosa e de fácil leitura e interpretação! Vocês são fantásticos e nós só podemos agradecer por tanta energia compartilhada e multiplicada! Parabéns pelo trabalho e por tamanha dedicação."*

**Camila Castro**

Medalhista paralímpica de vôlei sentado



## MOVIMENTO VERDE AMARELO

Seja SOU MVA e integre a maior torcida do Brasil!

**FICOU ALGUMA DÚVIDA?**

**ENTRE EM CONTATO COM OS CAPITÃES DO MVA!**

**MVA VÔLEI:**

Daniela Quaresma +55 (21) 99677-1156  
Juliana Leite +55 (85) 99152-9772

**MVA PARALÍMPICO:**

Allef Carvalho +55 89 9908-4424

**SIGA AS NOSSAS REDES:**



@movimentoverdeamarelo



@movimentoverdeamarelo



@torcidamva



/MVABrasil



@mvabrazil



/movimentoverdeamarelo



/movimentoverdeamarelo



/movimentoverdeamarelo