

O Manbol

Como vimos na aula passada, o Manbol é um esporte de rede nacional e teve sua origem em 1992 em Belém do Pará, norte do país. Vimos também que sua inspiração veio de uma brincadeira de criança que utilizava mangas como bolas. É um esporte praticado por duas pessoas ou duas duplas em diferentes terrenos e quadras. No Manbol se utilizam duas bolas em um formato de manga simultaneamente, o que o diferencia dos outros esportes de rede, e por ter a inspiração vinda de uma brincadeira tem um caráter de diversão e alegria, podendo ser jogado por todas as idades. O Manbol, assim como outros esportes de rede, são ótimas opções de lazer e que podemos incluir nas nossas vidas. Além de ajudar a manter a boa forma física, o Manbol é um esporte dinâmico, simples e muito legal de ser praticado.

Como funciona?

Como vimos na primeira aula sobre os esportes, eles se diferenciam do jogo e da brincadeira porque nele existem as federações que decidem as regras e que não podem ser mudadas. Como o Manbol é um esporte, ele também tem suas regras:

Regras

O principal objetivo do Manbol é fazer com que a bola toque a quadra adversária. Para isso, o jogador deve arremessá-la abaixo da linha do ombro e com apenas uma das mãos. Uma partida pode ser disputada individualmente, em duplas ou por equipes de até quatro pessoas.

A quadra onde se joga o Manbol possui quatro zonas: de jogo, livre, de saque e a área 2-L, onde deve ser direcionado o primeiro saque. Cada partida é disputada em três sets de 12 pontos.

Saque

A primeira bola deve ser arremessada fora da área de saque e a segunda poderá ser arremessada de dentro da quadra, respeitando o limite da linha 2-L. Independente do que venha a acontecer na primeira bola, a segunda deve obrigatoriamente ser colocada em jogo logo em seguida.

Arremesso

O primeiro fundamento do Manbol é o arremesso. É com ele que realizamos o saque e todos os ataques durante o jogo. O arremesso deve ser feito apenas com as mãos (e somente com elas), sendo sempre executado abaixo da linha do ombro, ou paralelo a ele. Não são permitidos movimentos de empurrar (como passe de peito do basquete), nem movimentos partindo acima da linha do ombro (como arremesso do handebol ou a cortada do voleibol).

Formato do jogo

Esporte único no mundo que utiliza simultaneamente duas bolas no jogo:

- Partidas na modalidade “individual” (em que jogam um contra um).
- Partidas na modalidade “dupla” (em que jogam dois jogadores em cada lado).
- Partidas na modalidade “trio, quarteto, quinteto e até sexteto”, sugestivos para crianças.

Pontuação

Um jogador (ou dupla) marca um ponto quando:

1. A bola toca o solo da quadra adversária.
2. Um adversário comete erros.
3. O adversário comete uma falta grave.

Em todas as jogadas, quando a primeira bola for definida, isto é, após tocar o solo, o jogo irá continuar normalmente até que a segunda seja finalizada.

Neutral (Neutralidade)

Neutralidade de jogada é caracterizada quando ambos os jogadores pontuam na mesma jogada. Elas acontecem quando há:

- Acertos iguais: para jogador (A) e (B).
- Erros iguais: para jogador (A) e (B).
- Acerto e Erro do mesmo jogador (A): ou (B).

Essa regra, denominada neutralidade, é a regra principal desse esporte.

Faltas Graves que pontuam

1. Arremessos Frontal (Falta Grave).
2. Finta de braço (Falta Grave).
3. Segurar a bola por mais de 2 segundos (2s) (Falta Grave).
4. Segurar as duas bolas simultaneamente (Falta Grave).
5. Golpear a bola (Falta Grave).

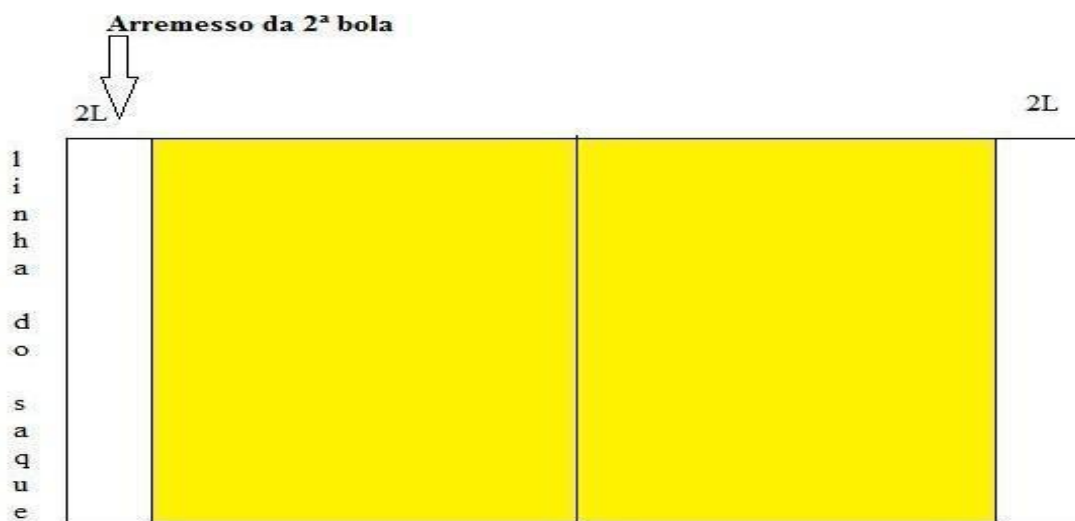
Faltas leves que não pontuam mas dão inversão de posse.

1. Saltar dentro da quadra para qualquer lance de ataque após a área 2L.
2. Invasão nas linhas de saque primeira e segunda.
3. Invasão da quadra adversária por cima ou por baixo da rede.

Fonte das regras: <https://www.manbol.com.br/br/regras/> Acesso em: 08/06/2021.

ATIVIDADE 2 - Brincando de Manbol - Como vimos, o esporte em si tem suas regras fixas e que não podem ser mudadas. Nesta atividade faremos um jogo adaptando o esporte para as diferentes realidades. Precisaremos chamar alguém de casa para jogar com a gente. Vamos lá:

Precisaremos de um espaço livre e seguro, pode ser no quintal, em uma varanda ou qualquer outro local que tenha espaço e seja seguro.



Materiais: Precisaremos de algo para a marcação da nossa “Quadra”, pode ser um giz, um carvão ou uma fita. O tamanho da quadra é adaptável para cada lugar, podendo ser maior ou menor, dependendo do espaço que tivermos.

Duas bolas de meia ou de outros materiais que vocês tiverem. Faça de um tamanho e um peso confortável para segurar.

Rede: Uma dificuldade na prática dos esportes de rede são as próprias redes, às vezes difíceis de achar e de ter disponíveis nos espaços públicos. Podemos adaptar nosso jogo utilizando duas cadeiras nas laterais da nossa quadra, amarrando um barbante ou cordinha para ser nossa linha central. Caso não tenha, podemos utilizar apenas a linha feita no chão simulando o espaço da rede. Feito isso vamos ao jogo!

1- Decida quem começará o jogo.

2- Quem for começar, arremessa a primeira bolinha da linha de saque e a segunda da linha 2L (como mostra na figura acima).

3- A partir daqui podemos consultar as regras e ir adaptando à nossa realidade, lembrando que é um jogo dinâmico e rápido. Bom jogo!

SUGESTÃO: Recrie regras no jogo, utilize sua criatividade para deixar o jogo mais justo, dinâmico e divertido!!!

Até a próxima!!