

**TREINAMENTO DE ALTA PERFORMANCE: EQUILÍBRIO ENTRE AS APLICAÇÕES DO COMPLEXO I X II****HIGH-PERFORMANCE TRAINING: BALANCE BETWEEN THE APPLICATIONS OF COMPLEX I X II****ENTRENAMIENTO DE ALTO RENDIMIENTO: EQUILIBRIO ENTRE LAS APLICACIONES DEL COMPLEJO I X II**

10.56238/revgeov17n2-069

**Elizabeth Matos de Souza**

Doutora em Ciências da Educação

Instituição: Facultad Intamericana de Ciencias Sociales (FICS)

E-mail: elizabeth.matos77@gmail.com

**Luís Ernesto Gomes Castro**

Graduado em Licenciatura em Educação Física

Instituição: Escola Superior da Amazônia (ESAMAZ)

E-mail: luis.castro86@hotmail.com

**RESUMO**

A análise de jogo no voleibol é um instrumento fundamental na identificação de êxitos nas equipes e estabelecer equilíbrio, possibilitando a organização e estrutura dos treinamentos de acordo com as demandas competitivas. Assim, o presente estudo teve como objetivo investigar se a utilização de estratégias de treinamento de alta performance impacta positivamente o jogo e atletas a fim de alcançar um equilíbrio entre as aplicações do Complexo I e II. A metodologia adotada foi uma revisão integrativa de literatura de abordagem descritiva com os seguintes descritores: Complexo I, Complexo II, Treinamento de Alta Performance, Equilíbrio, nas plataformas de busca Scielo e Lilacs, com 06 publicações. Os resultados encontrados evidenciaram que os ajustamentos táticos que ocorrem em detrimento do nível de disputa entre as equipes, indicam a segurança e manutenção de um equilíbrio consistente entre os Complexos I e II, mas está condicionada a outras variáveis inerentes à construção ofensiva. Entre essas variáveis, pontua-se o Plano de Jogo mediado por um Modelo de Jogo, com procedimentos que os constituem. Conclui-se que os resultados apresentam implicações diretas para a organização do processo de treinamento, recomendando inserir exercícios específicos voltados aos Complexos I e II, capazes de aproximar as soluções táticas das particularidades dos adversários, ao mesmo tempo que se estimula a adaptabilidade e flexibilidade nas respostas táticas a fim de favorecer o desenvolvimento da adaptabilidade e da flexibilidade nas respostas táticas das equipes.

**Palavras- chave:** Complexo I. Complexo II. Treinamento de Alta Performance. Equilíbrio.

**ABSTRACT**

Game analysis in volleyball is a fundamental tool for identifying team successes and establishing balance, enabling the organization and structure of training according to competitive demands. Therefore, this study aimed to investigate whether the use of high-performance training strategies



positively impacts the game and athletes in order to achieve a balance between the applications of Complex I and II. The methodology adopted was an integrative literature review with a descriptive approach using the following descriptors: Complex I, Complex II, High-Performance Training, Balance, in the Scielo and Lilacs search platforms, with 6 publications. The results showed that the tactical adjustments that occur in response to the level of competition between teams indicate the security and maintenance of a consistent balance between Complexes I and II, but this is conditioned by other variables inherent to offensive construction. Among these variables, the Game Plan mediated by a Game Model, with its constituent procedures, stands out. It is concluded that the results have direct implications for the organization of the training process, recommending the inclusion of specific exercises focused on Complexes I and II, capable of bringing tactical solutions closer to the particularities of the opponents, while simultaneously stimulating adaptability and flexibility in tactical responses in order to favor the development of adaptability and flexibility in the tactical responses of the teams.

**Keywords:** Complex I. Complex II. High Performance Training. Balance.

### RESUMEN

El análisis del juego en voleibol es una herramienta fundamental para identificar los éxitos del equipo y establecer un equilibrio, lo que permite organizar y estructurar el entrenamiento según las exigencias competitivas. Por lo tanto, este estudio tuvo como objetivo investigar si el uso de estrategias de entrenamiento de alto rendimiento impacta positivamente en el juego y los atletas para lograr un equilibrio entre las aplicaciones del Complejo I y II. La metodología adoptada fue una revisión bibliográfica integradora con un enfoque descriptivo utilizando los siguientes descriptores: Complejo I, Complejo II, Entrenamiento de Alto Rendimiento, Equilibrio, en las plataformas de búsqueda Scielo y Lilacs, con 6 publicaciones. Los resultados mostraron que los ajustes tácticos que ocurren en detrimento del nivel de competencia entre los equipos indican la seguridad y el mantenimiento de un equilibrio consistente entre los Complejos I y II, pero esto está condicionado por otras variables inherentes a la construcción ofensiva. Entre estas variables, destaca el Plan de Juego mediado por un Modelo de Juego, con los procedimientos que lo constituyen. Se concluye que los resultados tienen implicaciones directas para la organización del proceso de entrenamiento, recomendando la inclusión de ejercicios específicos centrados en los Complejos I y II, capaces de aproximar las soluciones tácticas a las particularidades de los oponentes, a la vez que estimulan la adaptabilidad y la flexibilidad en las respuestas tácticas para favorecer el desarrollo de la adaptabilidad y la flexibilidad en las respuestas tácticas de los equipos.

**Palabras clave:** Complejo I. Complejo II. Entrenamiento de Alto Rendimiento. Equilibrio.



## 1 INTRODUÇÃO

O voleibol é considerado como um gênero esportivo mais praticado e disseminado no panorama brasileiro, segundo o Ministério do Esporte e se configura como um fenômeno esportivo de grande importância nos aspectos social, histórico e cultural da natureza humana e que envolve diversas situações do jogo, na interação, cooperação e obstáculos fixados entre os tempos da partida e times adversários. Esses fatores são importantes, pelo fato de que todos os envolvidos devem estar atentos aos movimentos dos seus companheiros e dos oponentes, para anteciparem-se e, dessa forma, alcançar as finalidades do jogo.

A partir desse detalhamento técnico, pontua-se que para alcançar o rendimento esportivo em nível de elite, faz-se necessário que treinadores e atletas adotem estratégias de treinamento planejadas, a fim de potencializar o desempenho e, simultaneamente, reduzir a incidência de lesões.

Por ser um tipo de competição esportiva marcada por um grau elevado de complexidade técnico-tática, o treinamento de alta performance é determinado para elevar o desempenho com eficiência, resistência contra uma investida e capacidade física dos jogadores, a fim de alcançar resultados excepcionais, uma vez que envolve a modulação de estratégias voltadas ao aperfeiçoamento das capacidades físicas, técnicas, táticas e psicológicas exigidas nas competições de alto nível (Horta et al. 2018).

Sendo assim, no voleibol é possível dividi-lo em duas etapas principais denominadas Complexo I ou *side-out*, composto de recepção do saque, levantamento e ataque, e o Complexo II, que se constitui no contra-ataque, bloqueio e defesa do ataque (Garcia Alcaraz et al. 2020). Ambas as fases são fundamentais para o sucesso da equipe, mas exigem estratégias de treinamento específicas para otimizar o desempenho.

Sobre o Complexo I, desempenha uma função essencial e decisiva na organização do jogo ofensivo, na construção do ataque, na estruturação da investida da equipe, visto que, mantém a construção das ações de ataque para atingir níveis de complexidade e favorecer a criação de situações efetivas de pontuação por meio de elementos táticos e cognitivos, com elevada capacidade de tomada de decisão, leitura do jogo e coordenação coletiva. Assim, a interação entre recebedores, levantador e atacantes requer sincronia e adaptação constante às estratégias adversárias, sobretudo diante da evolução do saque como ação ofensiva prioritária.

Ainda nessa fase as equipes devem mostrar condições facilitadoras na ação ofensiva, na utilização de recursos de jogadas combinadas, levantamentos mais rápidos, e ataques mais potentes e imprevisíveis, para então, ocorrer o ataque significativamente mais elevado e mais forte.

O Complexo II, por sua vez, conforme o autor supra, apresenta-se como elemento estratégico para a eficiência defensiva, contribuindo para a contenção e a neutralização das investidas do adversário, sobretudo em ações que exigem elevada intensidade, rapidez de resposta e força explosiva.



Dessa forma, destaca-se o equilíbrio adequado por parte de treinadores e atletas nas aplicações do Complexo I e II, pois ambos são interdependentes e competem por recursos de treinamento e exigem adaptações fisiológicas e técnicas específicas (Castro et al., 2024). Logo, uma equipe que domina o Complexo I, com uma recepção de saque eficiente e ataques potentes, tem mais oportunidades de criar chances de pontuação, porém, em contrapartida, se não tiver um Complexo II eficaz, pode estar sujeitos aos contra-ataques rápidos do adversário e perder pontuação importantes (López et al., 2024).

Não obstante, a sistematização de métodos estratégicos aplicados pelo treinador deve oferecer o progresso das potencialidades e competências dos atletas, pois as ações dos complexos de jogo requerem necessariamente alterações adequadas que devem estar contidas no planejamento do treinamento, visto que ambos demandam tempo, quantidade e intensidade específicos, o que evidencia a articulação com adaptações fisiológicas e neuromusculares, com o intuito de beneficiar a atuação dos atletas (Greco et al. 2015).

Ainda sob essa análise, a importância de cada complexo pode sofrer variabilidade, com relação direta à identidade da equipe no jogo, dos oponentes e da situação do jogo. O que importa dizer, portanto que, os estímulos não podem ser voltados a um único complexo, porque pode comprometer o desenvolvimento do outro e interferir negativamente tanto no desempenho técnico-tático quanto na capacidade de recuperação do atleta (Andrade, 2021; Halson, 2014).

Portanto, o presente estudo é substancial pela razão de compreender que o fenômeno do equilíbrio do treinamento de alta performance torna-se vital junto aos Complexos I e I, com planejamento e exatidão a fim de impedir o ataque ofensivo do adversário com a criação de oportunidades de pontuação e manter a pressão sobre o adversário.

Mediante os pressupostos, a pergunta que norteou a pesquisa a ser investigada foi: quais estratégias devem ser utilizadas para se obter o fenômeno do equilíbrio do treinamento de alta performance junto aos Complexos I e II no voleibol?

Neste contexto, constituiu o objetivo do artigo a investigação se a utilização de estratégias de treinamento de alta performance impacta positivamente o jogo e atletas a fim de alcançar um equilíbrio entre as aplicações do Complexo I e II, visando melhorar o desempenho dos atletas de voleibol de elite, visto que não há um complexo mais importante do que o outro para ganhar o jogo de voleibol, ambos são fundamentais e interdependentes.

## **2 METODOLOGIA**

A escolha dos procedimentos metodológicos se centrou na revisão de literatura com abordagem descritiva, que se refere a uma técnica que facilita a oportunidade de se obter conhecimentos de forma resumida, assim como encontra-se associada ao propósito de se alcançar informações significativas aos pesquisadores quanto a temática (Marconi; Lakatos, 2017).



Para o processo sistemático de busca, coleta, análise e interpretação de informações, foram desenvolvidos os seguintes processos metodológicos: 1) Elaboração da problemática da pesquisa; 2) No mecanismo de busca nas bases de dados da literatura e critérios de inclusão e exclusão; 3) Coleta de informações; 4) Interpretação das evidências científicas, e integração dos dados; 5) Resumo, análise e discussão dos dados; 6) Apresentação da revisão de literatura.

A investigação foi realizada com os seguintes descritores: Complexo I, Complexo II, Treinamento de Alta Performance, Equilíbrio, nas bases de dados de busca Scielo, Medline e Lilacs. A coleta de informações foi realizada no período de novembro a dezembro de 2025 com as leituras das publicações escolhidas no período de 2016 a 2026, pelas limitações do número reduzido de publicações acerca da temática nos últimos 5 anos.

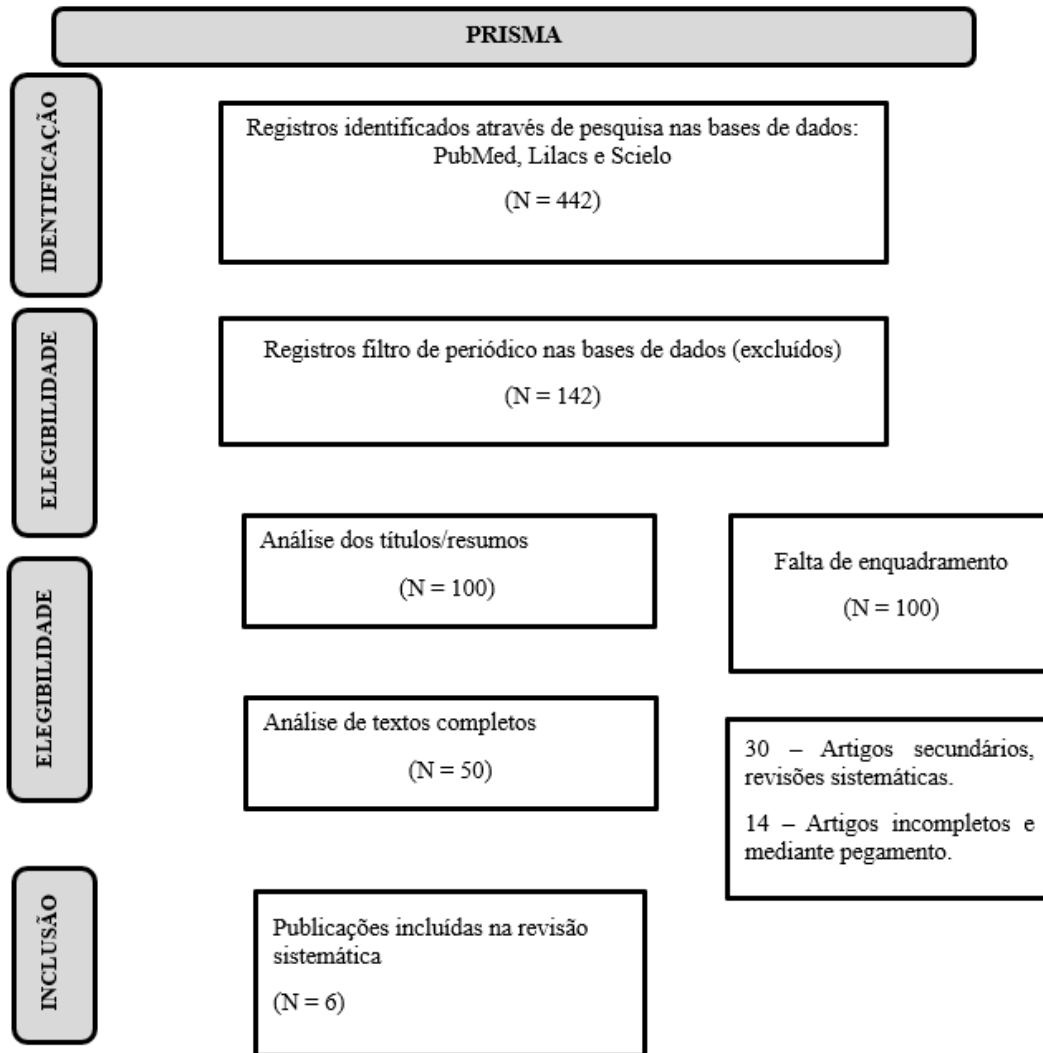
Como critérios de inclusão estão os artigos científicos que apresentassem a temática, publicados em língua portuguesa e inglesa, trabalhos de conclusão de curso, teses, dissertações, tendo como critério de exclusão, produções e materiais nos sites artigos disponíveis de forma incompleta e no prelo com acesso restrito ou mediante pagamento.

Quanto a coleta de informações, foi realizada após o levantamento das publicações, com a leitura e filtro dos assuntos, retirando os argumentos de maior relevância ao tema, com a iniciação do processo de análise para a concretização do trabalho, visto que, uma das principais especificidades dessa abordagem situa-se em realizar a descrição dos acontecimentos observados, dos eventos, por meio da análise e interpretação de dados, sem que o pesquisador possa interferir (Minayo, 2014).

E, ainda, a coleta de dados ocorreu, primeiramente por uma verificação dos títulos das publicações, com o intuito de avaliar a associação com a temática. Na sequência, os resumos das pesquisas também foram examinados para se averiguar seus objetivos e procedimentos metodológicos, e por fim, o restante apurado, em conformidade aos critérios de inclusão e exclusão por meio de toda sua leitura e análise, como descritos no fluxograma abaixo (Figura 1).



Figura 1. Fluxograma do processo de seleção dos estudos segundo o método PRISMA.



Fonte: Elaborado pelos autores, 2026

Usando as palavras-chave nas plataformas digitais de pesquisa foi encontrado 442 estudos. Destes foram retirados 142 por não atenderem os critérios de inclusão, envolvendo outras modalidades que não fazem parte da pesquisa. Restaram 200 produções, onde por falta de enquadramento, restaram 50. Após análise de textos completos, restaram 30 publicações e 14 incompletos e mediante pagamento. Por meio da análise de títulos e resumos, foram encontradas 06 publicações que seguiram os critérios pré-estabelecidos.

### 3 RESULTADOS

Os resultados foram fundamentados na coleta de dados de 06 publicações selecionadas conforme o critério de inclusão, quanto ao percentual utilizados neste estudo, na linguagem em inglês e português, sendo possível visualizar as principais informações das pesquisas selecionadas abaixo (Tabela 1).



Tabela 1. Estudos incluídos na revisão

Código dos artigos e Autores	Publicações	Título dos Artigos	Objetivo dos Artigos	Breve descrição metodológica
A 1 Vieira et al (2025)	Retos	Complexos de jogo no voleibol feminino: como o sequenciamento se constitui a partir do nível do confronto?	Analisar o sequenciamento dos complexos de jogo no voleibol feminino, considerando os diferentes níveis de confronto na Superliga 2021/2022.	Análises descritivas
A 2 Vieira et al (2024)	Revista CorpoConsciência	Análise do sequenciamento dos complexos de jogo no voleibol feminino: implicações para o treinamento	Analisar o fluxo de jogo no vôlei feminino de alto nível, por meio do sequenciamento de complexos de jogos e utilizando a análise de redes sociais com centralidade de autovetor	Amostra com 135 jogos da Superliga feminina brasileira de 2021/2022
A 3 Martins (2018)	Trabalho de Conclusão de Curso	Desenvolvimento de planos de jogo em voleibol: construção, aplicação no processo de preparação e concretização em competição	Compreender a importância do Modelo de Jogo, a utilidade do Plano de Jogo e o valor da sua relação para a promoção de uma melhor performance desportiva.	Foi realizado na equipa sénior feminina de voleibol do Boavista Futebol Clube, participante na 1.ª divisão nacional, em 2017/2018.
A 4 Souza (2024)	Trabalho de Conclusão de Curso	Análise do desempenho nas ações de saque, ataque e bloqueio em diferentes fases da Superliga brasileira masculina de voleibol.	Analisar o desempenho técnico dos fundamentos de saque, ataque e bloqueio de cada equipe semifinalista em três diferentes fases (1º. Turno, 2º. Turno e Play-Off) da Superliga Brasileira de Voleibol Masculina, nas temporadas 2017/2018 e 2018/2019.	A amostra constituiu em 51.067 ações realizadas em 189 jogos durante as temporadas 2017/2018 e 2018/2019
A 5 Silva (2020)	Dissertação	Análise do complexo defensivo no voleibol: a relação da ação de defesa do levantador e transição de jogo	Verificar a participação do levantador no complexo defensivo e a organização ofensiva em seleções nacionais.	Amostra de 110 jogos e 2282 ações de defesa do Campeonato Mundial de Voleibol 2018 masculino e feminino
A 6 Hurst (2016)	Dissertação	Mapeamento sistémico do jogo de voleibol feminino no alto nível através da análise de redes sociais	Elaborar uma análise de uma modalidade coletiva - Voleibol Indoor - em contexto de Alta Competição, visando contribuir para um melhor entendimento das dinâmicas do jogo em questão.	8 jogos de Voleibol da Fase de Grupos do Women's Grand Prix 2015 (Grupos A e B)

Fonte: Elaborado pelos autores (2026)

## 4 DISCUSSÃO

O presente estudo teve como propósito investigar se a utilização de estratégias de treinamento de alta performance impacta positivamente o jogo e atletas a fim de alcançar um equilíbrio entre as aplicações do Complexo I e II. Os resultados mostraram que a análise de jogo no voleibol é um instrumento fundamental para reconhecer padrões de resultados das equipes, viabilizando a



organização e a adequação dos treinamentos, de acordo com as demandas competitivas, cujos achados permitiram reforçar a relevância de entender o entrelaçamento dos complexos de jogo como marcadores da dinâmica tática e da resistência das equipes (Vieira et al. 2025). A análise detalhada das estratégias indicou que os programas de treinamento, ao incorporarem exercícios sistematizados, favorecem o desenvolvimento da adaptabilidade tática em múltiplos níveis. Essas práticas têm como foco o aprimoramento da transição entre recepção e ataque, bem como a qualificação das equipes para atuar em distintos cenários competitivos, contribuindo para a maximização da eficiência coletiva e do equilíbrio tático no voleibol feminino de alto rendimento

Em outra pesquisa distinta, Vieira et al. (2024), observaram que a análise de jogo auxilia significativamente para o aprimoramento da capacidade dos treinadores em interpretar as ações que influenciam o desempenho esportivo, sendo um recurso fundamental tanto no treinamento quanto na competição. Os autores enfatizaram, ainda, a organização do voleibol em Complexo I, que envolve recepção, levantamento e ataque, e Complexo II, formado pelas ações de saque, bloqueio, defesa e contra-ataque.

Contudo, para os autores, essa divisão não possibilitava a identificação das diversas formas de organização ofensivas do contra-ataque, o que restringia a compreensão do modelo de jogo empregado. Diante disso, com o objetivo de intensificar a análise das fases do jogo, o Complexo II passou a ser desmembrado em outros complexos, a saber: a) Complexo 0: corresponde a ação do saque; b) Complexo I: refere-se ao contra-ataque originado da defesa do ataque adversário; c) Complexo II: relativo ao contra-ataque decorrente do contra-ataque do oponente; d) Complexo III: associado ao contra-ataque proveniente da cobertura do ataque; e) Complexo IV: caracterizado por contra-ataques iniciados a partir de bolas enviadas à quadra adversária sem a intenção direta de finalização (Vieira et al. 2024).

Dessa forma, esses autores (Vieira et al. 2024), também ressaltaram que sob essa divisão, é possível analisar o jogo de voleibol, haja vista que o comportamento das equipes se diferencia de acordo com o início da construção ofensiva, bem como mediante a preparação da equipe para o jogo, na qual percebe-se se os treinamentos realizados, são favoráveis e ideais para uma construção ofensiva e estruturada, ou uma organização para a construção ofensiva limitada. Embora haja concordância parcial com os autores supracitados, deve-se considerar que a presente pesquisa analisou 135 dos jogos da Superliga Feminina Brasileira de 2021/2022, enquanto as pesquisas nesse tema analisaram número reduzido de jogos.

Os resultados encontrados, em outra análise apresentaram o desenvolvimento de um Modelo de Jogo no voleibol, aliado ao processo de construção de Planos de Jogo, desde a sua criação, passando pela aplicação no processo de preparação, até à concretização em jogo (Martins, 2018). Assim, foi considerado o Modelo de Jogo um guia orientador com o intuito de definir a forma de jogar e



influenciar a equipe diretamente no Plano de Jogo, sendo este um planejamento semanal, que permite conhecer e superar o adversário, existindo uma ligação muito forte entre estes dois conceitos. Para o autor, o Plano de Jogo deve ser bem construído e aplicado em treino e em competição, de modo a favorecer o sucesso desportivo, e para a sua melhor compreensão é importante haver sessões de vídeo, de forma coletiva e individual.

Nesse contexto, os resultados dessa pesquisa permitem aos treinadores de voleibol compreenderem a importância de se ter um Modelo de Jogo para executar o Plano de Jogo tendo em vista que esse conhecimento permite ao treinador repensar a construção ofensiva e criar estratégias de jogo que são condizentes com as especificidades desse esporte tanto no naipe feminino quanto masculino.

O estudo de Silva (2020), analisou os fatores determinantes para o êxito de uma competição, com base da defesa realizada pelo levantador no contexto das seleções nacionais masculinas e femininas. Os resultados indicaram que, nas equipes masculinas, a defesa do levantador na zona defensiva aumenta as probabilidades de sucesso no rally. E, ainda, a técnica de ataque, especialmente o ataque potente, mostrou-se um elemento decisivo para o desfecho positivo das jogadas, tanto no contexto das seleções masculinas quanto femininas

Dialogando com as pesquisas acima, é possível inferir e dizer que no decorrer de qualquer evento desportivo, a exemplo do voleibol, existem tarefas dinâmicas a serem levadas em consideração em um contexto sistêmico complexo, o que envolve vários sujeitos a atuarem em um ambiente de competição de alta pressão que se caracteriza por mudanças rápidas das condições da alta performance desportiva (Hurst, 2020). Para o autor, os treinadores de voleibol devem, portanto, levar mais em consideração os momentos de jogo fora do sistema e elaborar uma estratégia de jogo que possa transformar o jogo fora do sistema em uma vantagem, e não em uma dificuldade.

Portanto, observou-se que utilização de estratégias de treinamento de alta performance a fim de impactar os atletas no voleibol e promover o equilíbrio entre os Complexo I e II, está diretamente relacionada a flexibilidade tática do treinador com ajustes táticos diante do desempenho do adversário e alterar a dinâmica da partida.

## **5 CONCLUSÃO**

A pesquisa apresentada neste artigo evidenciou que os ajustamentos táticos que ocorrem em detrimento do nível de disputa entre as equipes, indicam a segurança e manutenção de um equilíbrio consistente entre os Complexos I e II, mas está condicionada a outras variáveis inerentes à construção ofensiva. Entre essas variáveis, pontua-se o Plano de Jogo mediado por um Modelo de Jogo, com procedimentos que os constituem.



Nesse cenário, é de fundamental importância que os treinadores priorizem o aperfeiçoamento da transição entre recepção e ataque, concomitantemente, à preparação da equipe para diferentes contextos de jogo, de modo a potencializar a eficácia coletiva e ampliar a flexibilidade tática com estratégias de alta performance.

Esses resultados demonstram envolvimento direto na organização do processo de treinamento, com implicações na necessidade de incluir exercícios específicos direcionados aos Complexos I e II, com habilidades que possam reduzir a distância das soluções táticas das particularidades dos adversários. Paralelamente, tais práticas devem favorecer o desenvolvimento da adaptabilidade e da flexibilidade nas respostas táticas das equipes.



**REFERÊNCIAS**

- ANDRADE, S. A. de. Periodização do Treinamento Esportivo: Entre a Ciência e a Prática do Personal Trainer. RCMOS – Revista Científica Multidisciplinar O Saber, Ano I, v.1 2021
- BARDIN, Laurence. Análise de conteúdo. Revista Educação, Porto Alegre, v. 22, n. 37, p. 732, 2017.
- CASTRO, Henrique O. et al. Constraints-led approach and training transfer in volleyball game complexes. Sports, Basel, v. 12, n. 2, p. 1–14, 2024.
- GARCÍA-DE-ALCARAZ, A. et al. Side-out success and competitive performance in professional volleyball. European Journal of Sport Science, Londres, v. 20, n. 6, p. 827–834, 2020.
- GIL, A. C. Métodos e técnicas de pesquisa social. São Paulo: Atlas, 2014.
- GRECO, P. J. et al. A cognição em ação: Proposta de um modelo de treinamento tático-técnico da tomada de decisão nos jogos desportivos coletivos. In: LEMOS, K. L. M.; PEREZ MORALES, J. C., et al (Ed.). O esporte criando pontes entre a pesquisa e a prática. Belo Horizonte: Casa da Educação Física, 2015. p.311-334.
- HALSON, Shona L. Monitoring training load and fatigue in athletes. Sports Medicine, v. 51, n. 2, p. 213–224, 2014.
- HORTA, T. A. G. et al. Perfil da carga de treinamento no voleibol de alto rendimento: um estudo de caso. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 41, n. 4, p. 419-426, 2019.
- HURST, M. S. Mapeamento Sistêmico do Jogo de Voleibol Feminino de Alto Nível através da Análise de Redes Sociais. (Dissertação). Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. 2016
- LÓPEZ, E. et al. Ataque del colocador en voleibol de alto nivel (The setter's attack in high-level volleyball). Universidad de Sevilla (España, Retos, 56, 95-106, 2024.
- MARTINS, J. B. C. P. C. Desenvolvimento de planos de jogo em voleibol: construção, aplicação no processo de preparação e concretização em competição. Relatório de estágio profissionalizante para a obtenção do grau de Mestre em Treino de Alto Rendimento Desportivo, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, 2018
- MINAYO, Maria Cecília de Souza (org.). Pesquisa social: teoria, método e criatividade. 33. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2017.
- SILVA, L. H. M. da. Análise do complexo defensivo no voleibol: [recurso eletrônico]: a relação da ação de defesa do levantador e transição de jogo. (Dissertação). Universidade Tecnológica do Paraná. 2020.
- SOUZA, F. A. de L. Análise do desempenho nas ações de saque, ataque e bloqueio em diferentes fases da superliga brasileira masculina de voleibol. Trabalho de conclusão de curso (Graduação).. Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física, 2020
- VIEIRA, P.H.C. et al. Análise do sequenciamento dos complexos de jogo no voleibol feminino: implicações para o treinamento. Revista Corpoconsciencia: Cuiabá-MT, v. 28, e17521, p. 1-13, 2024.
- VIEIRA, P.H.C. et al. Complexos de jogo no voleibol feminino: como o sequenciamento se constitui a partir do nível do confronto? Noviembre, Retos, 72, 1056-1068, 2025.