

Vento na praia: observar, ajustar e testar

Tarefa de observação de 15 minutos para duas pessoas e uma bola, após aquecimento leve.

0:00–0:03 — Conferir e descrever

Use areia livre, uma bola e uma área de queda segura longe de outras pessoas. Observe uma bandeira ou biruta existente, se houver; descreva o vento em relação à direção do jogo: vindo à frente, por trás ou de lado. Não precisa estimar a velocidade.

Pare se as condições, a visibilidade, objetos soltos ou a instalação da rede não forem seguros. Não jogue areia para testar a direção. Substitua outro bloco de prática; não acrescente automaticamente a uma sessão completa.

0:03–0:06 — Cinco lançamentos parecidos

Marque uma área ampla de queda com marcas planas ou pegadas. A faz cinco lançamentos suaves e semelhantes para ela, do mesmo ponto inicial. B observa de fora e busca a bola depois que cair. Registre curta, longa, esquerda ou direita do ponto de vista de A. Não persiga uma bola desviada para outra quadra.

0:06–0:09 — Trocar de lado

Troque quem lança e quem observa, voltando-se para a direção oposta. Mantenha o lançamento e o alvo tão parecidos quanto possível. Registre mais cinco. Rajadas, rotação da bola e diferenças na execução podem influenciar: isso não isola o vento como causa única.

0:09–0:12 — Mudar uma coisa

Escolha um ajuste pequeno: lançamento mais baixo e controlado ou outro ponto inicial. Mantenha as outras escolhas parecidas. Faça cinco lançamentos e compare com as primeiras notas. Se o vento mudar, registre em vez de declarar sucesso do ajuste.

0:12–0:15 — Aplicar e decidir

A envia suavemente para B, que devolve de manchete para A agarrar. Troque a cada cinco. Observe se mover os pés cedo e controlar a plataforma ajuda a produzir uma devolução alcançável. Mais fácil: aproxime e suavize o lançamento. Termine escolhendo um ajuste para manter ou desfazer.

Registro de observação

Esquerda e direita são do ponto de vista de quem lança naquele turno. As categorias podem se sobrepor: uma bola pode cair curta e à esquerda. Não some as quatro contagens como percentual de acerto.

Data / pessoas / local seguro: _____

Vento em relação à minha direção / rajadas percebidas: _____

Primeiras cinco: curtas ____ longas ____ esquerda ____ direita ____

Direção oposta, cinco: curtas ____ longas ____ esquerda ____ direita ____

Uma mudança testada: _____

Após a mudança: _____ Próxima escolha: _____

Uma amostra curta não é previsão. Confira novamente quando as condições mudarem; nenhum saque, levantamento ou trajetória tem comportamento garantido. Agarrar e lançar aqui são exercícios, não contatos legais durante o rally.