

Educação Física

5º ANO 1º BIMESTRE

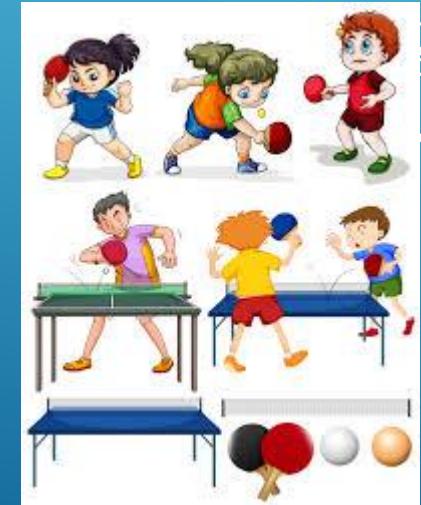
PRÁTICAS LÚDICAS
CAMPO E TACO:
BEISEBOL



**ESPORTES DE REDE E
PAREDE:BADMINTON**



**ESPORTES DE REDE
E PAREDE:
TÊNIS DE MESA**



**SENHORES
RESPONSÁVEIS!**

Nas aulas de Educação Física seu filho (a) aprende muitas coisas, entre elas, aprende o que chamamos de Práticas Lúdicas Esportivas de Rede e Parede.

Por meio dessas brincadeiras, jogos e esportes seu filho (a) aprende sobre modalidades nas quais o objetivo principal é lançar, bater ou arremessar a bola para a quadra adversária, sobre uma rede ou rebatendo contra uma parede. Podemos citar como exemplos de esportes com rede divisória o voleibol, vôlei de praia, tênis, badminton, squash, tênis de mesa,etc.



SAUDAÇÃO INICIAL!

Prof.
Miguel



Olá pessoal do 5º ano!
Aqui é o professor de Educação Física Miguel da Rede Municipal de Taubaté.

Vamos ficar juntos aprendendo os conteúdos da Educação Física no nosso site.

Nessa aula vamos começar a conhecer o Tênis de Mesa! Vamos também ter outros assuntos importantes nas nossas aulas.

**AULA 1: TEMA PRINCIPAL
O TÊNIS DE MESA
UMA VISÃO GERAL.**

ORIENTAÇÃO PARA REGISTRO DAS AULAS!

VAMOS REGISTRAR MUITO DAS NOSSAS AULAS DE FORMA TEÓRICA.
SERIA IMPORTANTE ,DENTRO DO POSSÍVEL QUE VOCÊS PUDESEM DESTINAR UM CADERNO,OU MESMO PAPEL SULFITE PARA A DISCIPLINA.
SE VOCÊ PREFERIR PODE TAMÉM REGISTRAR COM FOTOS DO SEU CELULAR E MONTAR UMA PASTA NO SEU DISPOSITIVO.



SESSÃO SAÚDE !



O profissional de Educação Física também é da área da saúde e nas nossas aulas, nessa sessão sempre vão ter umas dicas importantes para a nossa saúde.

Dica do dia

Vamos combater o coronavírus conforme orientação das autoridades de saúde. Use a máscara sempre que sair de casa e sempre higienize bem as mãos.



VOÇÊ SABIA?

O tênis de mesa é um dos esportes mais populares do mundo em termos de números de jogadores, atualmente o **tênis de mesa** é praticado em **141 países**, sendo os chineses os maiores jogadores.

AULA 1

TÊNIS DE MESA UMA VISÃO GERAL .



PONTAPÉ INICIAL

Ele já foi chamado de pingue-pongue e é considerado o esporte com bola mais rápido do mundo. Sabe de que esporte estamos falando? Do tênis de mesa! Este esporte, que tem versões olímpica e paralímpica, é muito popular na China, onde conta com mais de 10 milhões de jogadores registrados na Federação. Como você acha que é o tênis de mesa no Brasil? Ele é jogado na sua escola? Você já jogou alguma vez? Conhece as regras? Acha difícil? Entre uma jogada e outra, vamos desvendar os mistérios deste esporte! Esteja pronto para CONHECÊ-LO!



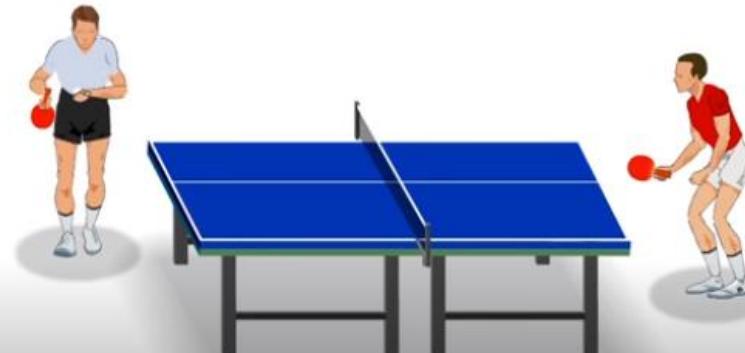
**PARA
ASSISTIR?**

ASSISTA O VÍDEO E CONHEÇA MAIS DO TÊNIS DE MESA .



TÊNIS DE MESA

Objetivo do jogo



Enviar a bola por cima da rede para o outro lado da mesa
dificultando ao máximo a devolução do adversário



0:04 / 2:51



primeiro 01



Para assistir o vídeo, aperte a
tecla “CTRL” e clique no link
acima pressionando a tecla.

**OU COPIE O
LINK E ASSISTA .**

<https://www.youtube.com/watch?v=LXPOsdkAkqQ>

HORA DE ESTUDO!



COMO
FAZER!



ANOTE AS
QUESTÕES E
RESPONDA.

MOSTRE PARA A
SUA FAMÍLIA O
QUE VOCÊ
APRENDEU.



História do Tênis de Mesa (resumo)

O Tênis de Mesa é um esporte que surgiu na Inglaterra na segunda metade do século XIX. Chegou ao Brasil na primeira década do século XX, trazido por turistas ingleses. É considerado um dos esportes mais populares do mundo.



HORA DE ESTUDO CONTINUAÇÃO.

Principais características do esporte: regras e equipamentos.

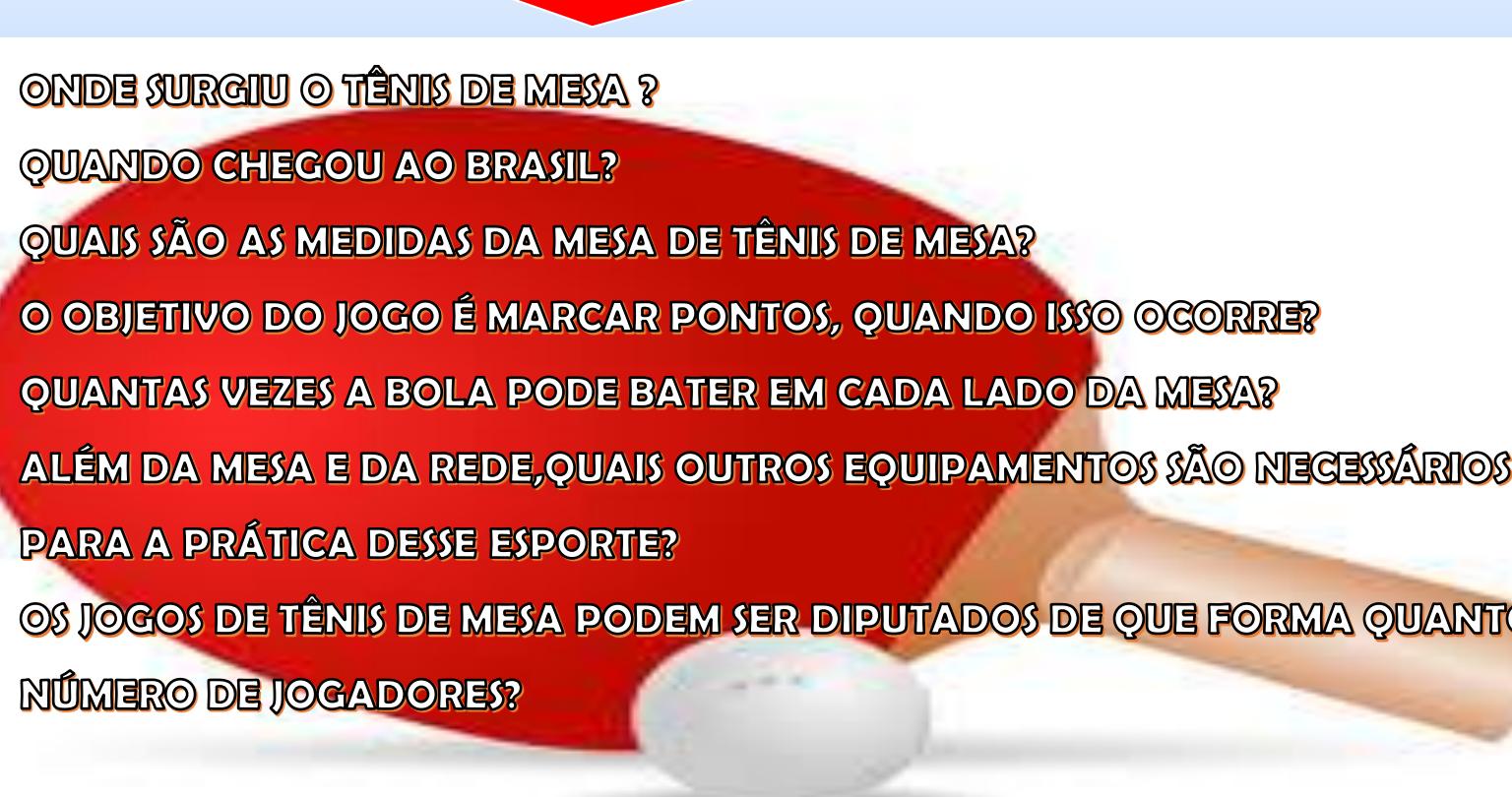
O tênis de mesa é praticado numa mesa que possui 2,74 metros de comprimento por 1,45 metro de largura. A altura da mesa deve ficar a 76 cm de distância do solo. No meio da mesa é fixada uma rede com 1,83 metro de comprimento e 15,25 cm de altura.

O objetivo do jogo é marcar pontos. Isso ocorre quando o adversário manda a bola para fora da mesa (no lado oposto ao seu) ou quando ele não alcança a bola (desde que a bola tenha batido no lado de sua mesa). A bola só pode bater uma vez de cada lado da mesa. No saque (início da jogada), a bola deve tocar uma vez em cada metade da mesa. Caso isso não ocorra, o jogador que efetuou o saque dá um ponto para o adversário. Vence o jogador que consegue ganhar 3 sets (nas partidas de 5 sets) ou 4 (nas partidas de 7 sets). Cada set é composto por 11 pontos. Quando há empate em 10 pontos, vence quem colocar dois pontos de vantagem sobre o adversário.

Além da mesa e da rede, os outros equipamentos necessários para a prática deste esporte são a bola e as raquetes. A bola é feita de celuloide ou material plástico similar e deve ter 40 mm de diâmetro. A raquete é feita de 85% de madeira, não havendo limite para tamanho da mesma. A parte da raquete que bate na bola é coberta por borracha.

Os jogos de tênis de mesa podem ser disputados um contra um (individuais) ou dupla contra dupla.

QUESTÕES SOBRE O TÊNIS DE MESA HORA DO ESTUDO.

- 
- 1) ONDE SURGIU O TÊNIS DE MESA ?**
 - 2) QUANDO CHEGOU AO BRASIL?**
 - 3) QUAIS SÃO AS MEDIDAS DA MESA DE TÊNIS DE MESA?**
 - 4) O OBJETIVO DO JOGO É MARCAR PONTOS, QUANDO ISSO OCORRE?**
 - 5) QUANTAS VEZES A BOLA PODE BATER EM CADA LADO DA MESA?**
 - 6) ALÉM DA MESA E DA REDE, QUAIS OUTROS EQUIPAMENTOS SÃO NECESSÁRIOS PARA A PRÁTICA DESSE ESPORTE?**
 - 7) OS JOGOS DE TÊNIS DE MESA PODEM SER DISPUTADOS DE QUE FORMA QUANTO AO NÚMERO DE JOGADORES?**



**SAÚDE É MOVIMENTO!
SEMPRE FAÇAM ATIVIDADE FÍSICA!**



**ATÉ A PRÓXIMA! VAMOS APRENDENDO
JUNTOS TODOS OS DIAS!**



Fontes de Pesquisa:

<http://www.blog.saude.gov.br/>

<https://impulsiona.org.br/>

<https://www.cbtm.org.br/home/index>

<https://www.cpb.org.br/>

<https://www.ittf.com/>

<https://www.youtube.com/?gl=BR&hl=pt>

Tênis de Mesa-Teoria e Prática

Copyright 2006 by Ph Editora.



Prefeitura de
TAUBATÉ

*O professor Miguel Angelo Benedicto, trabalha na escola
EMIEF Prof. Emílio Simonetti-Bosque da Saúde.
Ele preparou este material conforme a habilidade:
(HCEF05EF03BT) Experimentar e fruir esportes de
rede/paredes comparando seu elementos comuns, prezando
pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo*

