

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



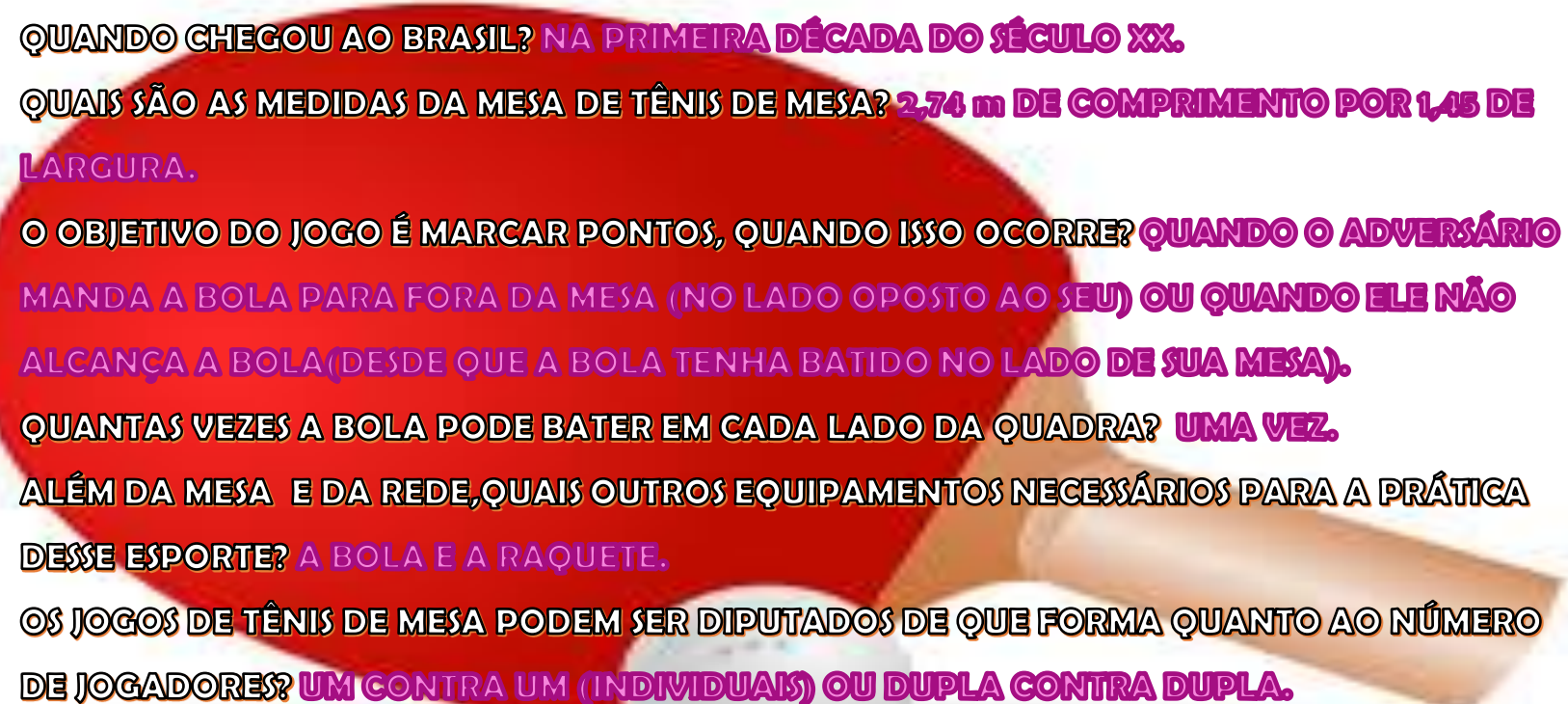
Olá pessoal do 5º ano!
Aqui é o professor de Educação Física Miguel da Rede Municipal de Taubaté.

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

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

AULA 2: TEMA PRINCIPAL
**TÊNIS DE MESA
PARALÍMPICO.**

RESOLUÇÃO DAS QUESTÕES SOBRE O TÊNIS DE MESA HORA DO ESTUDO AULA 1.

- 1) ONDE SURTIU O TÊNIS DE MESA ? **NA INGLATERRA .**
 - 2) QUANDO CHEGOU AO BRASIL? **NA PRIMEIRA DÉCADA DO SÉCULO XX.**
 - 3) QUAIS SÃO AS MEDIDAS DA MESA DE TÊNIS DE MESA? **2,74 m DE COMPRIMENTO POR 1,45 DE LARGURA.**
 - 4) O OBJETIVO DO JOGO É MARCAR PONTOS, QUANDO 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).**
 - 5) QUANTAS VEZES A BOLA PODE BATER EM CADA LADO DA QUADRA? **UMA VEZ.**
 - 6) ALÉM DA MESA E DA REDE, QUAIS OUTROS EQUIPAMENTOS NECESSÁRIOS PARA A PRÁTICA DESSE ESPORTE? **A BOLA E A RAQUETE.**
 - 7) OS JOGOS DE TÊNIS DE MESA PODEM SER DIPUTADOS DE QUE FORMA QUANTO AO NÚMERO DE JOGADORES? **UM CONTRA UM (INDIVIDUAIS) OU DUPLA CONTRA DUPLA.**
- 

ORIENTAÇÃO PARA REGISTRO DAS AULAS!

VAMOS REGISTRAR MUITO DAS NOSSAS AULAS DE FORMA TEÓRICA.

SERIA IMPORTANTE ,DENTRO DO POSSÍVEL, QUE VOCÊS PUDESSEM 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!

Dica
do dia

SONO!

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.

O sono é um dos momentos mais importantes do dia. Ele funciona como um alimento. Repõe as energias, revigora o corpo e a mente e nos regula para uma nova jornada. O indicado é dormir de 6 a 8 horas por dia, sem interrupções. Horários regulares também colaboram para um bom sono, tente dormir e acordar nos mesmos horários. A falta de sono pode causar, além do conhecido cansaço no dia seguinte, fadiga, irritabilidade e lapsos de memória.

Saiba mais: <http://www.blog.saude.gov.br/index.php/570-destaques/34350-voce-sabe-por-que-o-sono-e-tao-importante>



VOCÊ SABIA?

Os atletas paralímpicos são divididos em onze classes distintas. Segue a lógica de que quanto maior o número da classe, menor é o comprometimento físico motor do atleta. A classificação é realizada a partir da mensuração do alcance de movimentos de cada atleta, sua força muscular, restrições locomotoras, equilíbrio na cadeira de rodas e a habilidade de segurar a raquete.

AULA 2

TÊNIS DE MESA PARALÍMPICO.



**PARA
ASSISTIR?**

ESPORTES ADAPTADOS: CONHEÇAM O TÊNIS DE MESA PARALÍMPICO.



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=zJIY8rKbkEs>

HORA DE ESTUDO!



**COMO
FAZER!**



**ANOTEM AS
QUESTÕES E
RESPONDAM.**

**MOSTREM PARA
A SUA FAMÍLIA
O QUE VOCÊS
APRENDERAM.**





LEIAM O TEXTO E CONHEÇAM MAIS DO TÊNIS DE MESA, E RESPONDAM AS QUESTÕES QUE SEGUEM.



O tênis de mesa começou a ser praticado por pessoas em cadeira de rodas e entrou para o programa dos Jogos Paraolímpicos de Roma, em 1960. A primeira participação de jogadores, em pé, aconteceu em Toronto 1976, junto com a estreia do Brasil na modalidade.

No tênis de mesa, participam atletas do sexo masculino e feminino com paralisia cerebral, amputados e cadeirantes. As competições são divididas entre mesatenistas andantes e cadeirantes, com jogos individuais, em duplas ou por equipes. As partidas consistem em uma melhor de cinco sets, sendo que cada um deles é disputado até que um dos jogadores atinja 11 pontos. Em caso de empate em 10 a 10, vence quem primeiro abrir dois pontos de vantagem. Em relação ao tênis de mesa convencional, existem apenas algumas diferenças nas regras, como na hora do saque para a categoria cadeirante. No Brasil, a modalidade é administrada pela Confederação Brasileira de Tênis de Mesa (CBTM).

Até os Jogos de Pequim 2008, a única conquista brasileira na modalidade havia sido a prata da dupla Welder Knaf e Luiz Algacir. No Rio 2016, a Seleção Brasileira fez a melhor campanha de sua história, com quatro medalhas. Israel Stroh e Bruna Alexandre faturaram prata e bronze, respectivamente, nas disputas individuais da competição. Ainda, o Brasil levou mais dois bronzes, nas disputas por equipes.

RESOLUÇÃO DAS QUESTÕES SOBRE O TÊNIS DE MESA PARALÍMPICO DA HORA DE ESTUDO.

- 1) QUANDO O TÊNIS DE MESA PARALÍMPICO COMEÇOU SER PRATICADO POR PESSOAS EM CADEIRA DE RODAS?
- 2) QUANDO FOI A PRIMEIRA PARTICIPAÇÃO DE JOGADORES EM PÉ ?
- 3) COMO SÃO DIVIDIDAS AS COMPETIÇÕES DE TÊNIS DE MESA PARALÍMPICO?
- 4) EM QUANTOS SETS SÃO DISPUTADOS AS PARTIDAS DE TÊNIS DE MESA PARALÍMPICO?
- 5) QUANTAS E QUAIS MEDALHAS, O BRASIL GANHOU NA OLÍMPIADA, NO RIO DE JANEIRO, EM 2016, NAS DISPUTAS INDIVIDUAIS?



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



**ATÉ A PRÓXIMA! VAMOS SEMPRE
APRENDENDO JUNTOS TODOS OS DIA!**



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: (HCEFO5EFO3BT) Experimentar e fruir esportes de rede/parede comparando seu elementos comuns, prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo.

