

# Educação Física

## 9º Ano



## *Senhores pais e queridos alunos*

*Nas aulas de Educação Física são trabalhados vários temas sobre a Cultura Corporal de Movimento. Entre esses temas, a Educação Física trabalha o que chamamos de Esportes de Rede e Parede. São modalidades que têm como objetivo rebater a bola com as mãos ou raquete buscando os pontos durante o jogo. Como por exemplo o Tênis de Campo.*



## **Vocabulário usado no tênis**

*Como o Tênis tem origem inglesa, foram derivados e trazidos muitos termos como:*

**Ace:** *Saque que não dá ao adversário chance de rebater a bola.*

**Approach (aproximação):** *Golpe que proporciona ao jogador tempo para se aproximar da rede e tentar executar um volley/voleio.*

**Backhand:** *Golpe dado com a mão esquerda e com as costas da mão viradas para frente.*

**Break:** *Game conquistado pelo jogador adversário àquele que sacou a bola.*

**Drive:** *Qualquer golpe dado quando se está ao fundo da quadra.*

## Vocabulário usado no tênis

**Love:** Termo equivalente a “zero”.

**Slice (fatiar):** Golpe dado, quase que horizontalmente, como se o jogador estivesse “fatiando” a bola, muito usado como forma de defesa quando não se está bem posicionado o suficiente para fazer um drive.

**Smash:** Golpe dado a uma altura acima da cabeça.

**Volley (voleio):** Golpe, geralmente feito próximo à rede, em que a bola é rebatida antes mesmo de tocar a meia-quadra.

**Winner:** Ponto marcado sem que o adversário consiga alcançar a bolinha.

## *FUNDAMENTOS DO TÊNIS DE CAMPO*

*O Tênis de Campo assim como as demais modalidades esportivas, tem uma execução de movimentos próprios:*

- ***SAQUE**- É o movimento que inicia o jogo.*
- ***SAQUE ADAPTADO**- Como vamos utilizar mini quadra adaptadas, se faz necessário que o saque seja feito em sistema de rebatida, ou seja, joga-se a bolinha no chão e executa-se o saque de qualquer lugar fora da sua meia quadra.*
- ***BACKHAND**- Rebatida ou pancada de esquerda para jogadores destros, batida com as costas da mão virada para frente.*
- ***FOREHAND**- Rebatida ou pancada de direita, batida com a palma da mão virada para frente.*

- **DRIVE** - Qualquer golpe dado no fundo da quadra.
- **DROP SHOT OU DEIXADINHA**- É um golpe dado com efeito cortado (*underspin*) ou lateral (*sidespin*) para que a bolinha aterrisse perto da rede do lado adversário.
- **LOB OU BALÃO** – Golpe dado sobre o adversário quando ele está próximo à rede.
- **SLICE** – Golpe dado com a raquete quase na horizontal, como que fatiando a bola.
- **SMASH** –Golpe dado por sobre a cabeça, quando a bola vem alta do adversário.
- **TOPSPIN** – Golpe com efeito que faz a bolinha passar alta sobre a rede para, em seguida, sofrer uma brusca decaída e tocar o campo do adversário dentro da quadra. Como o próprio nome diz, esse efeito faz com que a bolinha suba (*top*) e ganhe velocidade ao tocar a quadra. Com este efeito a bolinha viaja mais lentamente do que quando batida chapada ou, em inglês, *flat*. Este tipo de jogada é frequentemente usada em quadras de piso lento de saibro.
- **VOLEIO** – Ato de golpear a bolinha antes que a mesma toque ao chão. Geralmente é feito perto da rede.

## ***ATIVIDADES PRÁTICAS***

***1- Para começar, pegar uma bola pequena, e usando a própria mão como “raquete”, rebater a bola contra a parede. Nosso objetivo é chegar a marca de 30 rebatidas sem que a bola caia no chão.***

***2- Agora com uma raquete, ou com uma panela, vamos jogar a bola contra a parede rebatendo com a panela. Nosso objetivo é chegar a marca de 30 rebatidas sem que a bola caia no chão.***

***3- Escrever em uma folha, como foi a experiência de jogar tênis dessa forma adaptada contra a parede e com materiais alternativos. Tente identificar quais esportes também utilizam raquetes. Máximo de 10 linhas.***





*Se possível, registre você  
treinando a rebatida do  
tênis de campo!*



*Esperamos que todos possam aproveitar essas atividades!*



*Esse material foi preparado a partir da habilidade (HCEF09EF01AT) Praticar um ou mais esportes de rede e parede oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas.*



Prefeitura de  
**TAUBATÉ**

**Equipe de Práticas Pedagógicas  
e  
Professores de Educação Física da  
Rede Municipal de Taubaté**