

ESCOLA BÁSICA MUNICIPAL ALBERTO BORDIN

PROFESSOR (A): EBERTON ROVER

ALUNO: _____

DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA

ATIVIDADES PEDAGÓGICAS NÃO PRESENCIAIS DE 6º ao 8º ANO

(Referente à 10ª etapa)

ESTUDO COMPLEMENTAR SOBRE A MODALIDADE TÊNIS DE MESA

CONTEUDO DESTA ETAPA: TÊNIS DE MESA

UM POUCO DA HISTÓRIA.

Quando surgiu na Inglaterra no século 19, o tênis de mesa era apenas um jogo de salão vitoriano que era feito para distração após o jantar, e somente em 1988 passou a fazer parte do esporte olímpico.

Um dos jogos mais populares, tanto que lá é onde se encontram os melhores jogadores, e portanto são dominantes nesse esporte.

Como qualquer outro jogo, o principal objetivo é vencer o oponente, e para que isso aconteça são utilizados algumas táticas que incluem fazer o adversário jogar a bola de ping pong na rede ou jogar para fora da mesa.

REGRAS BÁSICAS

Antes de começar o jogo um sorteio deve ser feito, ele definirá quem será o primeiro a sacar ou qual lado da mesa começará, o sorteio pode ser feito com um disco colorido ou uma moeda, quem ganha o sorteio tem o direito de decidir se quem dar o primeiro saque, ou também pode escolher o lado da mesa, mas perde o direito ao saque.

- O jogo começa com ambos os jogadores com zero ponto, e o primeiro que chegar a 11 pontos vence a partida.
- Cada jogador tem direito a 2 saques seguidos, após o segundo saque consecutivo, o próximo a sacar deverá ser o adversário. Caso ambos os jogadores chegarem a 10 pontos, os saques deverão ser alternados, e o jogo continuará até que algum jogador abra 2 pontos de diferença, ganhando assim o set.
- Ao realizar o saque, o jogador deverá bater com a sua raquete de tal forma que a bola salte uma vez ao seu lado e pelo menos uma vez no lado do seu oponente da mesa, a bola não poderá encostar na rede.
- Caso ao realizar o saque a bola saltar mais de 1 vez na área de quem fez o saque, o ponto vai para o adversário, agora se a bola saltar mais de 1 vez na área do adversário quem ganha o ponto é quem realizou o saque.
- Se, enquanto estiver sacando, a bola quicar fora da mesa, tocar o topo da rede e cair do lado do seu oponente: você tem que voltar a jogar o saque (Re-sacar)Mas, se ela saltar, acertar a rede e voltar ao seu lado da mesa: o sacador perde os pontos .
- Quando um set terminar, os jogadores deverão trocar de lado na mesa, e o saque de início será do jogador que não iniciou o saque na partida anterior.

PONTUAÇÕES DO JOGO

O jogador perde pontos nas seguintes situações

Caso algum dos jogadores cometer os seguintes erros, marcará pontos para o oponente

- Se houver um erro no saque (isto é, quicando duas vezes na sua mesa ou jogando a bola para o ar e não a acertando na mesa)
- Erro no retorno (ou seja, você não consegue devolver a bola para a mesa do seu oponente ou enquanto retorna você acerta a rede e ela cai para o seu lado)
- Não acertar a bola depois de ter saltado da mesa.
- Bater a bola antes de saltar do seu lado.
- Bater a bola duas vezes (golpes duplos)
- Colocar a mão que não está jogando na mesa, movendo a mesa ou a rede enquanto estiver em jogo.
- Obstruindo a bola com qualquer parte do corpo. (a menos que não saia da sua mesa primeiro)

As partidas podem ser divididas em 5 ou 7 sets, o ganhador nas partidas de 5 sets será aquele que canhar pelo menos 3 sets, já na partida de 7 sets o vencedor será aquele jogador que ganhar pelo menos 4 sets.

BOM TRABALHO

1ª) QUANDO SURTIU O TÊNIS DE MESA?

2ª) COMO É FEITO O SORTEIO PARA VER QUEM SACA PRIMEIRO?

3ª) ESCREVA 5(cinco) REGRAS BÁSICAS DO TÊNIS DE MESA.

4ª) ESCREVA 6 (seis) SITUAÇÕES EM QUE O JOGADOR PERDE O PONTO.

5ª) QUAL DIFERENÇA ENTRE TÊNIS DE MESA E PING-PONG?

6ª) REALIZAR UM EXERCÍCIO DE AQUECIMENTO RELACIONADO AO TÊNIS DE MESA. (PRÁTICO)

BOM TRABALHO!