



ATIVIDADE PARA ESTUDO DOMICILIAR  
16º SEMANA: 06/07/2020 a 09/07/2020

Professor: Pablo Dutra de Castro	Componente curricular: Ed. Física
Nível de ensino: 7º ano	2º Trimestre

HABILIDADES:

- Ler sobre o esporte Tênis: história, regras e tipos de quadra;
- Promover a saúde voltada para qualidade de vida.

ROTINA DE ESTUDOS:

- O aluno deverá Ler antes da aula - teoria de Tênis.

- ★ História;
- ★ Tipos de Quadra;
- ★ Regras.

HISTÓRIA DO TÊNIS

Na França havia um jogo tradicional chamado “Jeu de Pame”, traduzido como jogo de mão, no qual os jogadores utilizavam as mãos para rebater a bola. Depois de muito tempo, passaram a utilizar uma espécie de raquete de madeira (Battoir) e o esporte foi chamado de Tênis, era praticado em uma quadra retangular, dividida por uma rede, com 6 jogadores de cada lado. No final do séc. XIX os ingleses - atuantes na urbanização do RJ e SP - vieram ao Brasil e trouxeram, além da bola de futebol, bolinhas e raquetes de tênis.

ALGUMAS REGRAS

- Os pontos no game são somados da seguinte forma:

Primeiro ponto: 15  
Segundo ponto: 30  
Terceiro ponto: 40  
Quarto ponto: Game

- Fala-se “iguais” quando há um empate dos pontos.
- O mesmo jogador saca até o término do Game (se erra o primeiro saque, tem o segundo saque, se erra o segundo saque, ocorre a dupla falta e o ponto é do adversário).
- O saque deve obrigatoriamente cair na área da saque, não pode ser devolvido com voleio (antes do quique).

## TIPOS DE QUADRA

- SAIBRO - Pó de tijolo. A bola é mais lenta. Gera facilmente efeitos na bola. O atleta desliza com facilidade. (Roland Garros);
- RÁPIDA - Quadra dura, especial para quem saca bem. O atleta precisa de um bom preparo físico. (Australian Open e US Open);
- GRAMA - Jogo difícil, estilo saque-voleio, pois a bola desliza facilmente e se a grama for mais alta altera a direção da bola. (Wimbledon).

## *Importante: Muitas Saudades!!*

- Chegue na hora;
- Traga seu caderno para a aula online;
- Deixe seu microfone desligado (**quando for solicitado**, ligue seu microfone)!!

## **AULA ONLINE:**

**Todas as Aulas de Ed. Física Serão:  
Terças-Feiras às 11h!!**



**ACESSAR O LINK:**

**[meet.google.com/gji-wztq-xhj](https://meet.google.com/gji-wztq-xhj)**