



PREFEITURA DE SANTOS  
Secretaria de Educação



**Atividade**

**UME PREFEITO ESMERALDO TARQUÍNIO**

**ANO: 4º ano A, B, C, D e E**

**COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA**

**PROFESSOR: FRED**

**PERÍODO: 30/11/2020 a 11/12/2020**

Habilidades do currículo santista:

Habilidades do currículo santista: Esportes de campo e taco, Esportes de rede/parede e Esportes de invasão.

(EF45EF05)-Experimentar e fruir, prezando pelo trabalho coletivo e protagonismo, práticas lúdicas e específicas de esportes de marca e de precisão, identificando os elementos comuns a essas práticas.

## **ATIVIDADE 1**

- 1- Os alunos devem ler o texto abaixo aula 1 - Histórico do badminton
- 2- Após ler o texto, o aluno deve responder o questionário sobre badminton aula 1- 4ºano que está abaixo, copiá-lo em uma folha do caderno e respondê-lo, depois deve tirar uma foto e encaminhá-la ao professor de Educação Física.

### **Aula 1 – Histórico do badminton**

O Badminton é um esporte muito parecido com o tênis, porém, no lugar de uma bola utiliza-se uma espécie de peteca. Na prática deste esporte são exigidas várias habilidades como, por exemplo, agilidade, força física, velocidade, reflexo, flexibilidade e resistência física.

Este esporte foi levado para a Inglaterra por militares ingleses, que o conheceram na Índia durante a fase da colonização inglesa (século XIX). Na Índia, o jogo possuía o nome de *poona*. Em 1873, surgiu a versão oficial do jogo, através do duque inglês de Beaufort.

Foi na Índia que o Badminton nasceu, com o nome de *Poona*. Oficiais ingleses a serviço neste país gostaram do jogo e levaram-no para a Europa.

O "poona" passou a se chamar Badminton quando, em 1873, uma nova versão do esporte foi jogada na propriedade de Badminton, pertencente ao Duque de Beaufort's, em Gloucestershire, Inglaterra.

Em 1934 foi fundada a Federação Internacional de badminton com nove membros: Canadá, Dinamarca, Escócia, França, Holanda, Inglaterra, Nova Zelândia e País de Gales. Sua sede se situa, logicamente, em Gloucestershire.

Nos anos seguintes mais países se tornaram membros, especialmente após a estreia do esporte nas olimpíadas de Barcelona, em 1992. Hoje em dia, existem mais de 170 países membros da Federação Internacional de badminton, e o número tende a crescer.

Existem, na atualidade, seis torneios principais promovidos pela IBF: Thomas Cup (campeonato mundial masculino de equipes), Uber Cup (campeonato mundial feminino de equipes), Sudirman Cup (equipes mistas), World Championship, World Juniors e World Grand Prix Finals.

Em 1995 o Badminton foi incluído nos XII Jogos Pan-Americanos de Mar del Plata, Argentina, e foi jogado novamente, em 1999, nos XIII Jogos Pan-Americanos em Winnipeg, Canadá. Depois disso, a

modalidade se firmou no evento e sempre ganha medalhas para o Brasil. Inclusive, em 2007 nos Jogos Pan-Americanos do Rio de Janeiro, o Brasil conquistou sua primeira medalha na competição. O feito histórico para o Badminton brasileiro foi conseguido pelos atletas Guilherme Kumasaka e Guilherme Pardo que conquistaram medalha de bronze na categoria de dupla masculina.

No Brasil, a prática do badminton tornou-se competitiva a partir de 1983, quando foi disputada a primeira edição da Taça São Paulo. A Confederação Brasileira de Badminton, entretanto, só seria fundada dez anos depois, em 1993. Hoje, a entidade conta com 15 federações filiadas.

Nome:

Nº

Classe:

## Questionário sobre badminton aula 1- 4º ano

1-Como era o nome do esporte praticado na Índia que deu origem ao Badminton?

( ) Cricket.

( ) Rugby.

( ) Poona.

2- A prática do badminton no Brasil tornou-se competitiva em que ano e em qual competição?

( ) Em 1983 na primeira edição da taça São Paulo.

( ) Em 1987 no Aberto do Rio de Janeiro.

( ) Em 1990 na primeira edição da Taça Belo Horizonte.

3-No badminton, o que é utilizado no lugar da bola?

( ) um peso.

( ) uma peteca.

( ) um disco.

## ATIVIDADE 2

1-Os alunos devem ler o texto abaixo aula 2 - Regras do badminton.

2-Após ler o texto, o aluno deve responder o questionário sobre badminton aula 2 - 4º ano, que está abaixo, copiá-lo em uma folha do caderno e respondê-lo, depois deve tirar uma foto e encaminhá-la ao professor de Educação Física.

## Aula 2 – Regras do badminton

O objetivo do jogo é muito parecido com o do tênis, mas no lugar de uma bola, os atletas devem jogar uma peteca para o lado adversário, sem permitir que ela toque no chão. Aquele que a deixar encostar no solo perde o ponto.

Modalidades do Badminton:

Individual masculino

Individual Feminino

Dupla masculino (2 homens compõem a dupla).

Dupla feminino (2 mulheres compõem a dupla)

Dupla mista (1 homem e 1 mulher compõem a dupla)

A partida, que pode ser jogada individualmente ou em duplas, é decidida em uma disputa de melhor de três sets. O vencedor de um set é quem marca 21 pontos primeiro. Caso haja empate por 20 a 20, vence o competidor que conseguir abrir dois pontos de diferença primeiro ou até que alguém chegue a 30 pontos.

Assim como não pode tocar o chão, a peteca não deve bater no corpo de um jogador. Caso isso aconteça, uma falta será anotada, e ao adversário será concedido um ponto.

### Saque:

Todos os pontos são iniciados por saque;

O saque deve ser realizado abaixo da linha da cintura do jogador, com o cabo da raquete apontado para baixo;

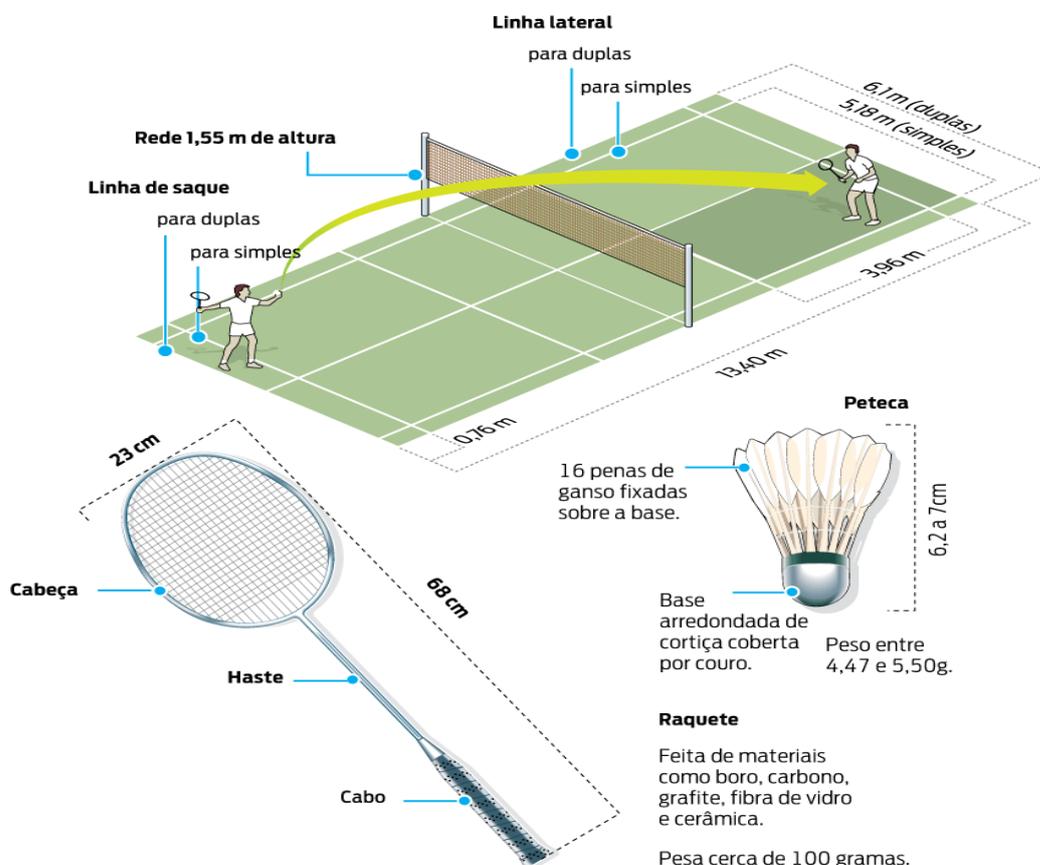
Para um saque ser válido, ele deve ultrapassar a rede e atingir o espaço aéreo em sua diagonal dentro de um retângulo sobre a área de saque correspondente na quadra adversária.

O jogador que vence um set começa sacando o set seguinte.

O badminton é jogado em uma quadra de 6,10 metros de largura x 13,4 metros de comprimento. A rede separa a quadra em duas áreas iguais. A rede de Badminton mede 6,10 metros de comprimento e 75 cm de altura e esta rede deve ficar presa nas extremidades por dois postes de metal a 1,55m de altura do chão nas extremidades e no centro da quadra deve ficar a 1,52 m do chão.

A peteca pode ser feita de material sintético ou natural, ter 16 penas fixas com tamanho de 62 a 70 milímetros cada e deve pesar entre 4,74 e 5,50 gramas. A peteca é jogada, ou rebatida, com uma raquete.

O peso e a forma da raquete podem variar. Entretanto, a moldura da raquete não pode exceder 68 centímetros de comprimento total e 23 centímetros de largura total.



## Quadra

O badminton pode ser praticado ao ar livre, mas o ideal é que ele seja jogado em quadra coberta, onde não ocorram correntes de ar. Não é aconselhado também o uso de sistema de ventilação que movimente o ar, o que atrapalharia o jogo.

O piso da quadra deve ser feito de material antiderrapante, e suas marcações serão feitas de cores facilmente identificáveis (branco ou amarelo). O espaço entre a quadra e as paredes que cercam o recinto não deve ter menos de 1m (até as paredes laterais), e de um 1,5m (para as paredes de fundo).

Estudos científicos conduzidos pelo Departamento de Educação Física na Universidade de Baylor mostram o badminton como uma das melhores atividades de condicionamento. Em nível competitivo, ele requer explosão, muitas corridas e saltos, bons reflexos e boa coordenação entre mãos e olhos.

O badminton é o esporte de raquetes mais rápido do planeta. Enquanto no tênis o saque mais veloz já registrado atingiu 263 quilômetros por hora (do australiano Samuel Groth), no badminton a velocidade da peteca em um jogo profissional pode ultrapassar os 300 quilômetros por hora.

Nome:

Nº

Classe:

## Questionário sobre badminton aula 2- 4º ano

1-Quantos pontos o jogador de badminton precisa ganhar para vencer um set durante uma partida?

(     ) 7 pontos.

(     ) 13 pontos.

(     ) 21 pontos.

2-Qual é o tamanho oficial da quadra de badminton?

(     ) A quadra deve ter 6,10 metros de largura por 13,4 metros de comprimento.

(     ) A quadra deve ter 12,10 metros de largura por 19,4 metros de comprimento.

(     ) A quadra deve ter 14,10 metros de largura por 22,4 metros de comprimento.

3-Em quais modalidades o badminton é praticado?

(     ) Individual masculino, individual feminino, dupla masculino, dupla feminino e dupla mistas

(     ) Individual masculino, Individual feminino, dupla masculino e dupla feminino.

(     ) Individual masculino, dupla masculino e dupla mista.

Copie as perguntas em uma folha do seu caderno, responda e envie uma foto ao professor.

### ATIVIDADE 3

1-Os alunos devem ler o texto abaixo Técnicas do badminton.

2 -Após ler o texto, o aluno deve responder o questionário sobre badminton aula 3 - 4º ano, copiá-lo em uma folha do caderno e respondê-lo, depois deve tirar uma foto e encaminhá-la ao professor de Educação Física.

## Aula 3 – Técnicas e golpes do badminton

Os golpes mais utilizados no badminton são: O clear, smash, net play, drive e o drop shot. A seguir explicaremos cada um deles:

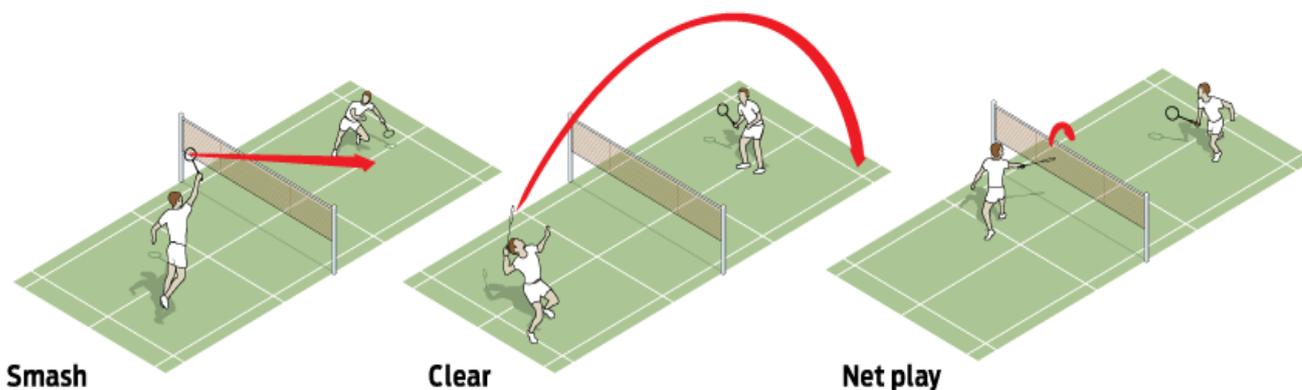
### Clear

O clear é um golpe defensivo básico do badminton. Deve ser alto e profundo, alto para evitar uma interceptação precoce, dando mais tempo para o jogador se reposicionar em quadra e, profundo, para dificultar a resposta do adversário.

Para acertar um clear defensivo, o jogador deve golpear a peteca quando esta estiver alta e um pouco

à frente da sua cabeça, impulsionando a peteca para o fundo da quadra adversária, descrevendo-se uma parábola.

O golpe também pode ser usado para o ataque quando o adversário se encontra em posição desfavorável esperando outro tipo de golpe, como um smash ou um drop shot. Para tanto, o jogador deve acertar a peteca, quando esta estiver caindo, um pouco mais à frente da sua cabeça do que no clear defensivo, fazendo a peteca voar mais rápida e reta, indo direto para o espaço descoberto no fundo da quadra do adversário.



## Smash

O smash é o golpe mais ofensivo, portanto, o mais importante do badminton. É o golpe que vence o ponto se for bem executado.

O sucesso do golpe depende de vários fatores como o ponto de impacto da peteca, a altura desta, o *timing* etc. Observar jogadores mais experientes é uma ótima prática para quem quer melhorar o desempenho.

Desloque-se em direção a peteca, para aproveitar a força do movimento do corpo.

O golpe deverá ser forte, direcionado para baixo, devendo o jogador girar totalmente o pulso de modo que, no fim do movimento, a cabeça da raquete esteja totalmente voltada para baixo.

Evite saltar para acertar a peteca, pois pode-se errar o tempo da peteca. Não tenha pena do adversário, desferindo o golpe com precisão e força.

## Net play

É um golpe jogado muito próximo a rede.

Eles podem ser jogados de baixo para cima ou de cima para baixo.

**O objetivo do golpe é devolver a peteca tão perto da rede que o adversário não terá condições de responder a jogada.**

É muito importante recuperar o posicionamento da raquete, pois, geralmente a peteca será devolvida de forma rápida.

## Drive

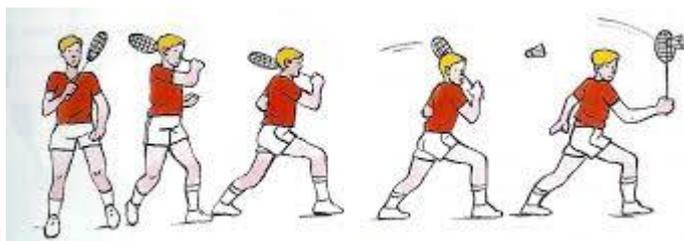
O Drive é um golpe realizado quando a peteca está a meia altura, mais ou menos na altura dos ombros do jogador de Badminton. É executado como se o jogador estivesse “chicoteando” a peteca. Mais usado em jogos em duplas, a intenção do drive é lançar a peteca em algum ponto “descoberto” da quadra

adversária.

## Drive



Trajétória da peteca no golpe Drive



## Drop shot

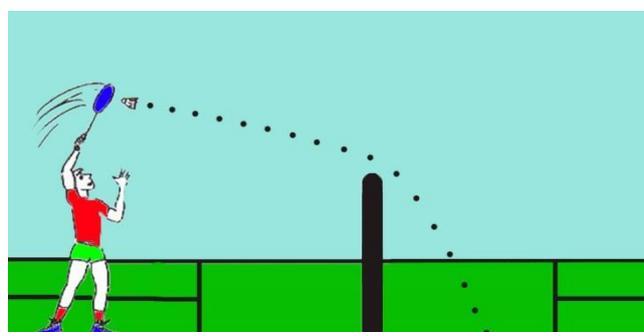
O drop shot é um golpe ofensivo, dando ao jogador bons resultados com pouco dispêndio de energia. Para enganar o oponente, faça a mesma movimentação usada no clear defensivo, acertando a peteca quando esta estiver exatamente em frente da sua cabeça, reduzindo a velocidade do braço num espaço pequeno antes de acertar a peteca, a trajetória da peteca deve ser descendente, devendo esta cair logo após a rede, dificultando a próxima jogada do adversário.

A velocidade do drop shot pode variar dependendo do posicionamento na quadra. Um drop shot rápido na rede é sempre difícil de se devolver.



Linha azul – Trajetória do Golpe Drop lento

Linha vermelha – Trajetória do Golpe Drop rápido



Movimento do jogador para golpear o drop.

Nome:

Nº

Classe:

## Questionário sobre badminton aula 3- 4º ano

1- É um golpe defensivo básico, deve ser alto e profundo, alto para evitar uma interceptação precoce, dando mais tempo para o jogador que executa o golpe, se reposicionar na quadra e, profundo, para dificultar a resposta do adversário?

- ( ) Clear.
- ( ) Net play.
- ( ) Smash.

2-Quais são os golpes mais utilizados no badminton?

- ( ) Bloqueio, levantamento e cortada.
- ( ) Clear, smash, net play, drive e drop-shot.
- ( ) Arremesso, finta, drible e salto.

3- O objetivo do golpe é devolver a peteca tão perto da rede que o adversário não terá condições de responder a jogada. De qual golpe estamos falando?

- (     ) Net play
- (     ) Clear
- (     ) Drive

## ATIVIDADE 4

1- Os alunos devem ler o texto abaixo sobre jogadores de destaque no badminton brasileiro.

2- Após ler o texto, o aluno deve responder o questionário sobre badminton aula 4 - 4º ano, copiá-lo em uma folha do caderno e respondê-lo, depois deve tirar uma foto e encaminhá-la ao professor de Educação Física.

### Aula 4 – Jogadores de destaque no badminton brasileiro.

O Brasil chega ao segundo ano consecutivo com uma grande participação na elite dos atletas de Badminton. O país tem sete atletas no Top 100 mundial desde a divulgação do ranking em dezembro de 2019, um recorde e um feito inédito e histórico da modalidade no nosso país. Na atualização da lista, feita em Março de 2020, Ygor Coelho, Fabiana Silva, Fabrício Farias, Francielton Farias, Jaqueline Lima, Sâmia Lima e Gabriel Cury permanecem entrem os 100 melhores do mundo.



Ygor Coelho, no individual Masculino, é o atleta que mais se destaca. Há mais de 30 meses segue presente entre os 50 melhores do ranking mundial. Atualmente, confirmou a 48ª posição da Federação Mundial de Badminton (nome em inglês - Badminton World Federation ou BWF), com 29,779 pontos. Nas Américas, no Ranking da Confederação Pan-americana de Badminton (em inglês - Badminton Pan American Confederation ou BPAC), é o primeiro colocado, seguido por Jason Anthony Ho-shue (49 do mundo), do Canadá e Kevin Cordon (56 do mundo), da Guatemala.



Os últimos anos do Badminton brasileiro foram, notadamente, de grande evolução dos jogadores no ranking mundial, com resultados expressivos. Além de Ygor Coelho, Fabiana Silva, na individual Feminina, veio de 2019 na posição 75 e hoje está, firme a atuante, na elite das melhores mulheres, na 62ª colocação.

Fabiana Silva alcançou o pódio no Kenya International 2020, realizado em Thika, no torneio Future Series que concederam pontos para o ranking válido para classificação dos jogos de Tóquio 2020 (que será realizado em Julho de 2021 devido a pandemia do Covid-19 mas continua com o nome de Tóquio 2020), conquistando o bronze.



A maior evolução entre os atletas que habitualmente representam o país em competições internacionais foi da dupla masculina formada pelos "Irmãos Farias", Fabrício e Francielton Farias, que subiu 130 posições desde 2018, finalizando 2019 na posição 61 e mergulharam na elite mundial sendo a dupla 57ª do mundo, com 21,232 pontos no ranking mundial.



Espetacular evolução também teve a dupla feminina do badminton brasileiro. Jaqueline Lima e Sâmia Lima, hoje entre as 50 melhores do mundo, estando na posição 49 do ranking da Federação Internacional de Badminton. Jaqueline iniciou 2019 como 123 do mundo ainda no ranking júnior. Sua parceira, Sâmia Lima, sequer pontuava como dupla e já veio muito bem para a categoria adulto, colocando-se firme na elite do badminton mundial. Nas Américas a dupla é a segunda, atrás somente do Canadá. A dupla, em 2019, era a 60ª do mundo.



Outra dupla que também veio da categoria Junior e estreou no adulto de forma extraordinária, é dupla mista formada por Fabrício Farias e Jaqueline Lima. Hoje, no último ranking divulgado pela da Federação Mundial de Badminton, a dupla está na posição 49 do mundo. Nas Américas eles estão na segunda posição logo atrás da dupla canadense formada por Joshua Hurlburt-Yu e Josephine Wu.

Nome:

Nº

Classe:

## Questionário sobre badminton aula 4 - 4º ano

1- Qual jogador brasileiro permanece por mais de 30 semanas entre os 50 melhores jogadores do ranking mundial de badminton?

- (     ) Ygor Coelho.
- (     ) Gustavo Kuerten.
- (     ) Fabrício Farias.

2- Qual dupla mista brasileira é a mais bem colocada no ranking mundial de badminton?

- (     ) Gustavo Kuerten e Ana Patrícia.
- (     ) Ygor Coelho e Rebeca.
- (     ) Fabrício Farias e Jaqueline Lima.

3- Qual dupla feminina brasileira é a mais bem colocada no ranking mundial de badminton?

- (     ) Ana Patrícia e Rebeca.
- (     ) Jaqueline Lima e Sâmia Lima.
- (     ) Fabiana Silva e Duda.

Copie as perguntas em uma folha do seu caderno, responda e envie uma foto ao professor.