

# A PRÁTICA DO TÊNIS DE MESA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

ALMEIDA, Alexandre Bitencourt<sup>1</sup>  
CARVALHO, Francine Pereira<sup>2</sup>

## RESUMO

O tênis de mesa é um esporte individual, de iniciação complexa e vem ocupando um espaço mais frequente nas escolas por ser um esporte prazeroso. A utilização da coordenação motora grossa e fina, desperta em seus praticantes um grande fascínio por desafiar os limites de cada um. O objetivo desse estudo foi analisar os benefícios da prática do tênis de mesa nas aulas de Educação Física escolar. Trata-se de um estudo de revisão da literatura que abordou publicações durante um período de tempo compreendido entre 1981 até 2013. Os dados foram coletados das bases de dados Google Acadêmico, Scielo e Lilacs, além do acervo disponível na biblioteca da Faculdade de Ensino Superior do Interior Paulista (FAIP). Os estudos já analisados mostraram que faz parte da Educação Física escolar, preparar e passar conhecimento para que cada aluno saia da escola com uma bagagem suficiente para formar opiniões sobre a cultura corporal do movimento, e continuarem ativos para que possam se beneficiar com o esporte. Com uma metodologia fácil de ser ensinado, o tênis de mesa desenvolve diversos benefícios para seus praticantes como: lateralidade, equilíbrio, coordenação motora fina e grossa, consciência corporal e orientação espacial. O tênis de mesa trabalha o desenvolvimento cognitivo, fazendo com que o aluno desperte em si mesmo um equilíbrio adequado para suportar momentos de tensão, e ainda o desenvolvimento social, pois a modalidade, praticada no âmbito escolar, contribui de maneira positiva a convivência em grupo. Estas informações nos permite concluir que o tênis de mesa traz ótimos benefícios, quando trabalhados com crianças e adolescentes, sendo uma opção válida e viável para ser trabalhada dentro do contexto da Educação Física escolar.

**PALAVRAS-CHAVE:** Desenvolvimento motor; Tênis de Mesa; Educação Física.

---

<sup>1</sup> Acadêmico do Curso de Licenciatura em Educação Física, da Faculdade de Ensino Superior do Interior Paulista – FAIP, da Sociedade Cultural e Educacional do Interior Paulista. [minasgeraismarilia@gmail.com](mailto:minasgeraismarilia@gmail.com)

<sup>2</sup> Docente do Curso de Educação Física, da Faculdade de Ensino Superior do Interior Paulista – FAIP, da Sociedade Cultural e Educacional do Interior Paulista. E-mail: [carvalho.franp@gmail.com](mailto:carvalho.franp@gmail.com)