



**BEM VINDO! CANAL SEDUC-PI1**

**PROFESSORA: GEÓRGIA SOARES**

**DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA**

**CONTEÚDO: BADMINTON**

**AULA: 02**

# Equipamentos

## • Pena/Volante/Peteca de Badminton

Esta deve ser feita de penas de ganso, 16 delas (se não for oficial ou em escalões mais novos pode encontrar também em plástico, que duram muito mais), pesando entre 4,7 a 5,5 gramas.



## • Raquete de Badminton

A raquete de badminton normalmente é feita de materiais resistentes mas leves como fibra de carbono ou titânio, pensando cerca de 100 gramas. A sua medida máxima é de 68 centímetros de comprimento e é constituída por cordas entrelaçadas na vertical e na horizontal. Estas raquetes de badminton podem suportar desde 7 a 11 quilos de força.



# Regras do Badminton

**As regras do badminton são simples e não existem assim tantas. Vamos agora referir algumas que são mais comuns.**

- Serviço: O serviço deve sempre ser feito na diagonal, e se não for feito desse jeito, o adversário ganha o ponto.**

- **Tocar na Rede:** Se você toca na rede quando estiver a jogar e o toque for substancial com o corpo ou raquete, é considerado falta e o adversário ganha o ponto.
- **Servir do lado errado:** Como já foi dito, o lado do serviço depende do seu número de pontos. Se o fizer do lado errado, é automaticamente falta e ponto para o adversário, caso ele não dê sequência à jogada.



**BEM VINDO! CANAL SEDUC-PI1**

**PROFESSORA: GEÓRGIA SOARES**

**DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA**

**CONTEÚDO: XADREZ**

**AULA: 02**

# Xadrez

O xadrez é um esporte intelectual, uma luta de gênios, de persistência que se desenvolve sobre um tabuleiro. Os elementos utilizados são: o tabuleiro (com 64 casas; 32 brancas e 32 negras), o relógio (obrigatório em torneios oficiais) e as peças (16 brancas e 16 negras)..



As peças estão divididas em brancas e pretas, iguais em número e força, que se movimentam segundo as convenções do jogo. O objetivo dos movimentos que se chamam jogadas, é levar o Rei adversário a uma posição que se chama “xeque mate”, e ganha o jogo àquele que conseguir colocar o Rei do adversário nesta posição crítica primeiro.





# O Tabuleiro

O jogo de xadrez se desenvolve sobre um tabuleiro quadrado, composto de oito fileiras com oito casas, de cores claras e escuras alternadas.

