

O TÊNIS DE MESA NO CONTEXTO EDUCACIONAL: UMA ABORDAGEM INTEGRADA PARA O DESENVOLVIMENTO FÍSICO, COGNITIVO E SOCIAL

Elizeu Crispim de Mello

Veni Creator Christian University – EUA. <http://lattes.cnpq.br/2357998907383892>
<https://orcid.org/0009-0000-7667-7438>. E-mail: elizeucrispim@hotmail.com

Francisco Marchi

Veni Creator Christian University- EUA. <http://lattes.cnpq.br/8540295536100723>
<https://orcid.org/0000-0002-7318-9137>. E-mail: francisco.marchi@sed.sc.gov.br

Rafael de Andrade

Veni Creator Christian University- EUA. <https://lattes.cnpq.br/6443383911941345>
<https://orcid.org/0009-0000-0864-4351>. E-mail: rafaelandradersl@hotmail.com

Elzimar Monteiro do Nascimento Breves

Veni Creator Christian University- EUA. <https://lattes.cnpq.br/1468654127050805>
<https://orcid.org/0009-0003-4088-5675>. E-mail: elzimar Monteiro2008@gmail.com

Leandra Wesolovski Costa

Veni Creator Christian University- EUA. <http://lattes.cnpq.br/6762325718342149>
<https://orcid.org/0009-0003-6348-4604>. E-mail: leandrawkosta@gmail.com

Elaine Lolatto Ecker

Veni Creator Christian University- EUA. <https://lattes.cnpq.br/8328717981291011>
<https://orcid.org/0009-0000-1741-5075>. E-mail: elainelolattoecker@gmail.com

Rosemary Sevilha Gonçalves

Veni Creator Christian University- EUA. <https://lattes.cnpq.br/8687545114310953>
<https://orcid.org/0009-0009-9657-1230>. E-mail: sevilhart@yahoo.com.br

Verônica Ana da Silva Estevam dos Santos

Veni Creator Christian University- EUA. <http://lattes.cnpq.br/9694309387659877>
<https://orcid.org/0009-0004-1133-8979>. E-mail: veronica.anaestevam@hotmail.com

Angela Maurer

Veni Creator Christian University- EUA. <http://lattes.cnpq.br/9495559246177283>
<https://orcid.org/0009-0009-6775-0897>. E-mail: angela.maurer@gmail.com

Carla Christina de Barros Rosa

Veni Creator Christian University- EUA.
<https://orcid.org/0009-0003-8354-0028>. E-mail: carlabarrosrosa21@gmail.com

DOI-Geral: <http://dx.doi.org/10.47538/RA-2024.V3N3>

DOI-Individual: <http://dx.doi.org/10.47538/RA-2024.V3N3-24>

RESUMO: O presente artigo tem como objetivo apresentar a importância do tênis de mesa no contexto educacional; destacando seus benefícios físicos, cognitivos e sociais para os estudantes. Embora o tênis de mesa, também conhecido como pingue-pongue, seja amplamente reconhecido mundialmente por sua dinâmica, velocidade e alto nível de exigência técnica, ele ainda é subestimado como uma prática de competição de alto nível,

MELLO, E.C.; MARCHI, F.; ANDRADE, R.; BREVES, E.M.N.; COSTA, L.W.; ECKER, E.L.; GONÇALVES, R.S.; SANTOS, V.A.S.E.; MAURER, A.; ROSA, C.C.B. O tênis de mesa no contexto educacional: uma abordagem integrada para o desenvolvimento físico, cognitivo e social. *Revista Eletrônica Amplamente*, Natal/RN, v. 3, n. 3, p. 318-330, jul./set., 2024.



sendo muitas vezes relegado a um papel secundário na Educação Física escolar. Este artigo busca contribuir para a discussão sobre a ampliação das práticas esportivas escolares, evidenciando o papel do tênis de mesa na formação integral dos estudantes.

PALAVRAS-CHAVE: Tênis de mesa. Educação Física escolar. Esporte.

TABLE TENNIS IN THE EDUCATIONAL CONTEXT: AN INTEGRATED APPROACH TO PHYSICAL, COGNITIVE AND SOCIAL DEVELOPMENT

ABSTRACT: This article aims to present the importance of table tennis in the educational context; highlighting its physical, cognitive and social benefits for students. Although table tennis, also known as ping-pong, is widely recognized worldwide for its dynamics, speed and high level of technical demands, it is still underestimated as a high-level competitive practice, often being relegated to a secondary role in school Physical Education. This article seeks to contribute to the discussion on the expansion of school sports practices, highlighting the role of table tennis in the comprehensive education of students.

KEYWORDS: Table tennis. School physical education. Sport.

INTRODUÇÃO

O tênis de mesa, popularmente conhecido como pingue-pongue, é um esporte que ganhou destaque mundialmente pela sua dinâmica, velocidade e exigência técnica. Originado no final do século XIX na Inglaterra, o tênis de mesa rapidamente se disseminou pelo mundo, tornando-se uma prática esportiva popular em diversos países. No entanto, apesar de sua popularidade, o tênis de mesa muitas vezes é subestimado como uma atividade esportiva de alta competição, relegada a um papel secundário no contexto da Educação Física escolar (Zeng, 2023).

Contudo, recentemente, tem-se observado um crescente interesse na inclusão do tênis de mesa como conteúdo curricular na Educação Física do Ensino Fundamental II. Essa tendência surge da compreensão de que o tênis de mesa oferece uma série de benefícios físicos, cognitivos e sociais para os alunos, tornando-se uma ferramenta valiosa para promover o desenvolvimento integral dos estudantes nessa fase crucial de sua formação (Monteiro, 2023).

Em termos físicos, a prática regular do tênis de mesa proporciona uma excelente forma de exercício cardiovascular e de fortalecimento muscular. Durante uma partida, os jogadores realizam uma série de movimentos rápidos e coordenados, exigindo um alto

nível de agilidade, reflexos e resistência física. Além disso, o tênis de mesa é uma atividade de baixo impacto, o que o torna adequado para praticantes de todas as idades e níveis de condicionamento físico (Zeng, 2023).

Do ponto de vista cognitivo, o tênis de mesa também oferece importantes estímulos para o desenvolvimento mental dos praticantes. Durante uma partida, os jogadores precisam tomar decisões rápidas e estratégicas, antecipando os movimentos do oponente e planejando suas próprias jogadas. Isso estimula o raciocínio lógico, a concentração e a capacidade de resolver problemas de forma eficaz, habilidades essenciais para o desenvolvimento acadêmico e profissional dos alunos (Da Cunha Matos, 2020).

Além dos benefícios físicos e cognitivos, a prática do tênis de mesa também promove a socialização e o trabalho em equipe. Durante as partidas, os jogadores têm a oportunidade de interagir uns com os outros, compartilhar experiências e aprender a lidar com vitórias e derrotas de forma construtiva. Isso contribui para o desenvolvimento da empatia, da cooperação e da resiliência, habilidades essenciais para o convívio social e para o sucesso em diversas áreas da vida (Geronimo et al., 2024).

Diante desses benefícios, torna-se evidente a relevância do tênis de mesa como conteúdo curricular na Educação Física do Ensino Fundamental II. Ao oferecer uma prática esportiva dinâmica e desafiadora, que estimula tanto o corpo quanto a mente, essa proposta contribui para a formação de alunos mais saudáveis, competentes e participativos. Além disso, a inclusão do tênis de mesa no currículo escolar amplia as possibilidades de vivência esportiva dos alunos, oferecendo uma alternativa interessante para aqueles que não se identificam com esportes tradicionais, como futebol e vôlei (Santana et al., 2024).

No entanto, é importante ressaltar que a efetivação da inclusão do tênis de mesa como conteúdo curricular na Educação Física do Ensino Fundamental II requer uma abordagem pedagógica adequada. Os professores devem estar preparados para planejar e conduzir as aulas de forma a promover o desenvolvimento integral dos alunos, levando em consideração não apenas os aspectos físicos e técnicos do esporte, mas também seus

aspectos cognitivos, sociais e emocionais. Isso requer uma abordagem educativa que valorize a diversidade de habilidades e interesses dos alunos, privilegiando a experimentação, a reflexão e a participação ativa dos estudantes no processo de aprendizagem (Geronimo et al., 2024).

Em suma, a inclusão do tênis de mesa como conteúdo curricular na Educação Física do Ensino Fundamental II representa uma oportunidade única para enriquecer o processo educativo dos alunos e promover seu desenvolvimento integral. Ao oferecer uma prática esportiva dinâmica e desafiadora, que estimula tanto o corpo quanto a mente, essa proposta contribui para a formação de cidadãos mais saudáveis, competentes e participativos, capazes de enfrentar os desafios e oportunidades do século XXI com autonomia e responsabilidade (Monteiro, 2023).

RELEVÂNCIA DO TÊNIS DE MESA COMO CONTEÚDO CURRICULAR NO ENSINO FUNDAMENTAL II

A inclusão do tênis de mesa como conteúdo curricular no Ensino Fundamental II apresenta uma relevância significativa, contribuindo não apenas para o desenvolvimento físico, mas também para o desenvolvimento cognitivo e social dos alunos. Esse esporte, embora muitas vezes negligenciado em programas escolares tradicionais, oferece uma série de benefícios que justificam sua integração de forma mais ampla e sistemática no currículo escolar.

Primeiramente, o tênis de mesa é uma atividade que promove o desenvolvimento da coordenação motora fina e grossa, habilidades essenciais para a formação integral dos estudantes. Estudos demonstram que a prática regular de tênis de mesa melhora significativamente a coordenação olho-mão, reflexos rápidos e precisão de movimentos, aspectos fundamentais para outras atividades físicas e cotidianas (Pradas et al., 2021). Além disso, a prática desse esporte estimula o desenvolvimento da concentração e da capacidade de tomar decisões rápidas, habilidades que são transferíveis para o desempenho acadêmico dos alunos.

Do ponto de vista físico, o tênis de mesa contribui para a melhoria da composição corporal e aptidão física geral. A prática regular desse esporte ajuda a reduzir o índice de massa corporal (IMC) e melhora a capacidade cardiovascular, fortalecendo o sistema imunológico dos praticantes (Norboyev, 2023). Esses benefícios são particularmente importantes na faixa etária do Ensino Fundamental II, onde a prevenção de doenças crônicas e o combate ao sedentarismo são prioridades. A inclusão do tênis de mesa no currículo pode, portanto, atuar como uma ferramenta eficaz na promoção da saúde e bem-estar dos estudantes.

Outro aspecto relevante é o impacto social e psicológico do tênis de mesa. A prática desse esporte em ambiente escolar promove a socialização, o trabalho em equipe e o respeito às regras, contribuindo para a formação de valores e atitudes positivas. A competição saudável e o estabelecimento de metas no tênis de mesa podem aumentar a autoestima e a confiança dos alunos, aspectos essenciais para o seu desenvolvimento emocional e social (Ribó; Minetto, 2022). Além disso, a inclusão de esportes variados no currículo escolar, como o tênis de mesa, ajuda a combater estereótipos de gênero e promove a igualdade de oportunidades para todos os estudantes, independentemente de suas habilidades físicas ou interesses pessoais (Severino; Oliveira, 2020).

A relevância do tênis de mesa no currículo escolar também se justifica pelo seu potencial inclusivo. Este esporte pode ser praticado por alunos de diferentes idades e habilidades, incluindo aqueles com necessidades especiais. A adaptação das regras e equipamentos permite que todos os alunos participem e se beneficiem da atividade física, promovendo uma educação física mais inclusiva e equitativa (Santana; Gomes; Dos Reis, 2024). A inclusão de tênis de mesa no currículo, portanto, contribui para a formação de um ambiente escolar mais inclusivo e acolhedor.

Além dos benefícios diretos para os alunos, a inclusão do tênis de mesa no currículo do Ensino Fundamental II também pode trazer vantagens para os professores e para a escola como um todo. A diversificação dos conteúdos de educação física pode aumentar o interesse e a motivação dos alunos, resultando em uma maior participação nas aulas e em um ambiente de aprendizagem mais dinâmico e engajador (Silva et al., 2020). Para os professores, a introdução de novos conteúdos como o tênis de mesa pode

representar uma oportunidade de desenvolvimento profissional e inovação pedagógica, contribuindo para a melhoria contínua da qualidade do ensino.

Do ponto de vista pedagógico, a integração do tênis de mesa no currículo escolar pode ser realizada de diversas maneiras, desde a inclusão em aulas regulares de educação física até a organização de torneios e competições internas. A sistematização dos conteúdos de tênis de mesa deve levar em consideração os diferentes níveis de habilidade dos alunos, proporcionando um ensino progressivo e adaptado às necessidades de cada grupo (Okimura-Kerr et al., 2023). A utilização de metodologias ativas e estratégias pedagógicas inovadoras pode potencializar os benefícios do tênis de mesa, promovendo uma aprendizagem mais significativa e contextualizada.

A relevância do tênis de mesa como conteúdo curricular no Ensino Fundamental II também pode ser vista à luz das diretrizes e políticas educacionais. A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) do Brasil enfatiza a importância da diversidade de práticas corporais na formação dos alunos, reconhecendo o papel do esporte na promoção da saúde e no desenvolvimento integral. Nesse sentido, a inclusão do tênis de mesa no currículo escolar está alinhada com as diretrizes da BNCC, contribuindo para a formação de cidadãos ativos, saudáveis e socialmente responsáveis (Sousa, 2020).

Em termos de pesquisa acadêmica, diversos estudos corroboram a relevância do tênis de mesa no contexto escolar. Por exemplo, um estudo conduzido por Zeng (2023) destaca as características do metabolismo e a aptidão física em jogadores de tênis de mesa, evidenciando os benefícios desse esporte para a saúde física e mental dos praticantes. Outro estudo de Yamasaki (2022) enfatiza os benefícios do tênis de mesa para a manutenção da saúde cerebral e prevenção da demência, indicando que a prática desse esporte pode ter impactos positivos a longo prazo na saúde dos alunos.

BENEFÍCIOS FÍSICOS, COGNITIVOS E SOCIAIS DA PRÁTICA DO TÊNIS DE MESA

A prática do tênis de mesa oferece uma ampla gama de benefícios físicos, cognitivos e sociais para aqueles que se dedicam a esse esporte dinâmico e desafiador.

Esses benefícios vão além do simples aspecto esportivo, impactando positivamente diversos aspectos da vida dos praticantes. Neste texto, exploraremos em detalhes os benefícios físicos, cognitivos e sociais proporcionados pela prática do tênis de mesa (Neto et al., 2023).

Começando pelos benefícios físicos, é importante destacar que o tênis de mesa é um esporte que requer movimentos rápidos e precisos, estimulando o desenvolvimento da coordenação motora fina e da agilidade. Durante uma partida, os jogadores precisam executar uma série de movimentos complexos, como rebater a bola com precisão e rapidez, o que fortalece os músculos dos membros superiores, especialmente os braços e os músculos do antebraço. Além disso, a constante movimentação no jogo contribui para melhorar a resistência cardiovascular e a capacidade aeróbica dos praticantes, promovendo assim a saúde cardiovascular e pulmonar (Do Sul; Pinno, 2020).

No aspecto cognitivo, o tênis de mesa oferece importantes estímulos para o desenvolvimento mental dos praticantes. Durante uma partida, os jogadores precisam tomar decisões rápidas e estratégicas, antecipando os movimentos do oponente e planejando suas próprias jogadas. Esse processo requer concentração, raciocínio lógico e capacidade de tomar decisões sob pressão, habilidades essenciais não apenas para o desempenho no esporte, mas também para o sucesso em diversas áreas da vida, como estudos e carreira profissional (Sousa; De Araújo, 2020).

No aspecto social, o tênis de mesa promove a interação social e o trabalho em equipe, aspectos fundamentais para o desenvolvimento socioemocional dos praticantes. Durante as partidas, os jogadores têm a oportunidade de interagir uns com os outros, compartilhar experiências e aprender a lidar com vitórias e derrotas de forma construtiva. Isso contribui para o desenvolvimento da empatia, da cooperação e da resiliência, habilidades essenciais para o convívio social e para o sucesso em diversas áreas da vida (Godoi et al., 2021).

Assim sendo, a prática do tênis de mesa oferece uma série de benefícios físicos, cognitivos e sociais para aqueles que se dedicam a esse esporte dinâmico e desafiador. Desde o desenvolvimento da coordenação motora e da agilidade até a melhoria da

concentração e do pensamento estratégico, passando pela promoção da interação social e do trabalho em equipe, o tênis de mesa impacta positivamente diversos aspectos da vida dos praticantes. Por isso, incentivar a prática desse esporte pode ser uma excelente estratégia para promover a saúde e o bem-estar físico, mental e social dos alunos, tanto dentro quanto fora da escola (Godoi et al., 2021).

Não somente nesses benefícios físicos, cognitivos e sociais mencionados, a prática do tênis de mesa também pode ter um impacto positivo na saúde mental dos praticantes. O esporte proporciona uma forma de escape do estresse e das preocupações do dia a dia, permitindo que os jogadores se concentrem totalmente na partida e no momento presente. De mais a mais, o tênis de mesa pode ser uma fonte de prazer e satisfação pessoal, proporcionando momentos de diversão e descontração que contribuem para o bem-estar emocional e a qualidade de vida.

Outro aspecto importante a se considerar é a acessibilidade do tênis de mesa como esporte. Ao contrário de outros esportes que requerem equipamentos caros ou espaços específicos para a prática, o tênis de mesa pode ser jogado em uma mesa simples, em ambientes fechados ou ao ar livre. Isso torna o esporte acessível a uma ampla variedade de pessoas, independentemente de sua idade, gênero ou condição socioeconômica. Sendo o tênis de mesa um esporte de baixo impacto, o que significa que é menos propenso a causar lesões do que alguns esportes mais intensos, tornando-o uma opção segura para pessoas de todas as idades e níveis de condicionamento físico.

No contexto educacional, a inclusão do tênis de mesa como conteúdo curricular na Educação Física do Ensino Fundamental II pode trazer uma série de benefícios para os alunos. Além de promover a saúde física e mental dos alunos, o esporte também pode contribuir para o desenvolvimento de habilidades importantes, como trabalho em equipe, liderança, respeito às regras e fair play. O tênis de mesa também oferece uma oportunidade única para os alunos se envolverem em atividades físicas divertidas e motivadoras, o que pode ajudar a aumentar sua participação nas aulas de Educação Física e promover um estilo de vida ativo e saudável a longo prazo.

Em resumo, a prática do tênis de mesa oferece uma série de benefícios físicos, cognitivos, sociais e emocionais para aqueles que se dedicam a esse esporte dinâmico e desafiador. Desde o desenvolvimento da coordenação motora e da agilidade até a melhoria da concentração e do bem-estar emocional, passando pela promoção da interação social e da inclusão, o tênis de mesa impacta positivamente diversos aspectos da vida dos praticantes. Por isso, incentivar a prática desse esporte pode ser uma excelente estratégia para promover a saúde e o bem-estar de alunos de todas as idades, além de contribuir para o desenvolvimento de habilidades importantes e para a promoção de um estilo de vida ativo e saudável.

EXPLORAÇÃO DAS OPORTUNIDADES DE INTEGRAÇÃO DO TÊNIS DE MESA NO CURRÍCULO

A integração do tênis de mesa no currículo escolar apresenta uma série de oportunidades que vão além da simples prática esportiva. Ao explorar essas oportunidades, os educadores podem enriquecer o processo educativo dos alunos, proporcionando experiências significativas que contribuam para o desenvolvimento integral dos estudantes (Sousa, 2020).

Uma das principais oportunidades de integração do tênis de mesa no currículo escolar diz respeito à promoção da saúde e do bem-estar dos alunos. O tênis de mesa é uma atividade física que oferece benefícios não apenas para o corpo, mas também para a mente. A prática regular do esporte ajuda a melhorar a condição física, fortalecer os músculos e aumentar a resistência cardiovascular. Além disso, o tênis de mesa estimula a concentração e o raciocínio estratégico, contribuindo para o desenvolvimento cognitivo dos alunos. Ao integrar o tênis de mesa no currículo escolar, os educadores têm a oportunidade de incentivar hábitos saudáveis de vida e promover o bem-estar físico e mental dos estudantes (Da Silva; De Araújo, 2022).

Outra oportunidade importante de integração do tênis de mesa no currículo escolar está relacionada ao desenvolvimento de habilidades socioemocionais. Durante as partidas de tênis de mesa, os alunos têm a oportunidade de interagir uns com os outros,

compartilhar experiências e aprender a lidar com desafios e adversidades. Essa interação social promove a construção de relações interpessoais positivas, contribuindo para o desenvolvimento da empatia, da cooperação e da resiliência (Godoi et al., 2021). Além disso, o tênis de mesa é um esporte que exige controle emocional e capacidade de lidar com a pressão, habilidades essenciais para a vida pessoal e profissional dos alunos.

A integração do tênis de mesa no currículo escolar pode contribuir para a promoção da inclusão e da diversidade. O tênis de mesa é um esporte acessível que pode ser praticado por alunos de diferentes habilidades e níveis de condicionamento físico. Isso significa que todos os alunos têm a oportunidade de participar e se beneficiar da prática do esporte, independentemente de suas aptidões individuais. Ao integrar o tênis de mesa no currículo escolar, os educadores podem criar um ambiente inclusivo e acolhedor, onde todos os alunos se sintam valorizados e respeitados (Okimura-Kerr et al., 2023). Isso não apenas promove a igualdade de oportunidades, mas também enriquece a experiência educacional dos alunos, permitindo que eles aprendam com as diferenças e desenvolvam uma maior compreensão e tolerância em relação aos outros.

A integração do tênis de mesa no currículo escolar pode contribuir para o desenvolvimento de habilidades transversais, que são essenciais para o sucesso acadêmico e profissional dos alunos. O tênis de mesa é um esporte que requer concentração, disciplina e capacidade de tomar decisões rápidas e estratégicas. Sendo também, um esporte que valoriza o trabalho em equipe e a colaboração, pois os alunos frequentemente jogam em duplas ou em equipes (Iacznski et al., 2021). Ao integrar o tênis de mesa no currículo escolar, os educadores têm a oportunidade de fortalecer essas habilidades transversais, preparando os alunos para enfrentar os desafios e oportunidades do mundo real.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A inclusão do tênis de mesa como conteúdo curricular revela-se uma estratégia educativa altamente relevante, que vai além da mera prática esportiva. Conforme discutido, o tênis de mesa oferece benefícios físicos, como o aprimoramento do

condicionamento cardiovascular e fortalecimento muscular, ao mesmo tempo em que promove o desenvolvimento cognitivo através da estimulação do raciocínio lógico, concentração e resolução de problemas. Socialmente, a prática favorece a construção de habilidades interpessoais, como empatia, cooperação e resiliência, fundamentais para o convívio em sociedade.

A exploração das oportunidades de integração do tênis de mesa no currículo escolar amplia o leque de experiências esportivas oferecidas aos alunos, proporcionando uma alternativa dinâmica aos esportes tradicionais e atendendo às diversas preferências e necessidades dos estudantes.

Assim, o tênis de mesa se destaca como uma ferramenta pedagógica poderosa, que contribui para o desenvolvimento integral dos alunos, preparando-os de maneira mais completa para os desafios acadêmicos e sociais que enfrentarão ao longo de sua formação. A adoção desta prática esportiva no contexto educacional, portanto, não só enriquece o currículo escolar, mas também desempenha um papel crucial na formação de indivíduos mais saudáveis, competentes e socialmente conscientes.

REFERÊNCIAS

DA CUNHA MATOS, Marcelo. **A importância dos Esportes Alternativos para as aulas de Educação Física.** e-Mosaicos, v. 9, n. 22, p. 299-310, 2020.

DA SILVA, Camila Braga; DE ARAÚJO, Judilson Lima. **O PIBID e a iniciação docente em educação física: ações desenvolvidas na escola estadual santo agostinho do município de Lábrea-AM.** BIUS-Boletim Informativo Unimotrisaúde em Sociogerontologia, v. 34, n. 28, p. 1-38, 2022.

DO SUL, RIO GRANDE; PINNO, CRISTIANO RAFAEL. **“Para explicar as coisas”:** as representações dos alunos do ensino fundamental II quanto ao uso dos cadernos didáticos de educação física. 2020.

GERONIMO, Fernanda Campos; DOS REIS, Eliane Josefa Barbosa; DOS SANTOS RÔAS, Yuri Alexander. **Beach tennis: possibilities in school physical education: Beach tênis: possibilidades na educação física escolar.** Concilium, v. 24, 2024.

GODOI, Marcos et al. **Práticas pedagógicas vencedoras do prêmio “Educador Nota 10”: evidências de inovação na Educação Física?.** Motrivivência, v. 33, n. 64, 2021.

IACZNSKI, Luiz Antônio; DE PAULA FIGUEIREDO, Juliana; DUEK, Viviane Preichardt. **Esportes de aventura e educação física: aproximações com a educação infantil.** Atos de Pesquisa em Educação, v. 16, p. e8429-e8429, 2021.

MELLO, E.C.; MARCHI, F.; ANDRADE, R.; BREVES, E.M.N.; COSTA, L.W.; ECKER, E.L.; GONÇALVES, R.S.; SANTOS, V.A.S.E.; MAURER, A.; ROSA, C.C.B. O tênis de mesa no contexto educacional: uma abordagem integrada para o desenvolvimento físico, cognitivo e social. **Revista Eletrônica Amplamente**, Natal/RN, v. 3, n. 3, p. 318-330, jul./set., 2024.



MONTEIRO, José Cláudio de Sousa Wanderley. **Tênis na Educação Física escolar: uma possibilidade didática.** 2023. Dissertação de Mestrado. Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

NETO, Luiz Sanches et al. **O badminton como possibilidade para a (co) educação física escolar: caminhos e perspectivas.** EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO FUNDAMENTAL II: saberes e experiências educativas de professores (as)– pesquisadores (as) Volume 29, 2023.

NORBOYEV, ABDUKODIR. **Table tennis benefits the human body, children's health and strengthening the immune system.** Theoretical aspects in the formation of pedagogical sciences, v. 2, n. 5, p. 150-154, 2023. Disponível: <https://zenodo.org/records/7648405>. Acessado em: 28/09/2023.

OKIMURA-KERR, Tiemi et al. **Educação física no ensino fundamental I: perspectiva de sistematização dos blocos de conteúdos temáticos-Volume 26.** Editora CRV, 2023.

PRADAS, Francisco et al. **Benefícios da prática regular de tênis de mesa na composição corporal e na aptidão física em comparação com crianças fisicamente ativas de 10 a 11 anos.** Revista Internacional de Pesquisa Ambiental e Saúde Pública, v. 6, pág. 2854, 2021. Disponível: <https://www.mdpi.com/1660-4601/18/6/2854> Acessado em: 06/10/2023.

RIBÓ, Joan Vives; MINETTO, Fiorella Lavaggi. **Integración de rutinas competitivas como hábito de entrenamiento en jugadores de tenis de mesa.** Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico, v. 7, n. 2, 2022. Disponível em: <https://www.redalyc.org/journal/6138/613874346003/613874346003.pdf> acessado em: 30/09/2023.

SANTANA, Thiago José Silva; GOMES, Luiz Gustavo Braga; DOS REIS, Deyse Almeida. **Os jogos de tabuleiro nas revistas de educação física.** Cadernos de Formação RBCE, v. 14, n. 1, 2024.

SEVERINO, Cláudio Delunardo; OLIVEIRA, Aline. **Esporte também é coisa de menina: abordagens acerca da inserção da mulher no esporte.** ANAIS DO XIV COLÓQUIO TÉCNICO CIENTÍFICO DO UniFOA, p. 5, 2020.

SILVA, A. J. F. da; PEREIRA, B. K. M.; OLIVEIRA, J. A. M. de; SURDI, A. C.; ARAÚJO, A. C. de. **A adesão dos alunos às atividades remotas durante a pandemia: realidades da educação física escolar.** Corpoconsciência, [S. l.], v. 24, n. 2, p. 57– 70, 2020. Disponível em: <https://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/corpoconsciencia/article/view/10664> . Acessado em: 16/09/2023

SOUSA, Charlles Phetterson Pereira Quirino de. **Educação física escolar: a abordagem do esporte nos anos finais do ensino fundamental.** 2020.

YAMASAKI, Takao. **Benefícios do tênis de mesa para manutenção da saúde cerebral e prevenção da demência.** Enciclopédia, v. 2, n. 3, pág. 1577-1589, 2022. Disponível: <https://www.mdpi.com/2673-8392/2/3/107> Acessado em: 25/09/2023.

ZENG, Wei. **Características do metabolismo e aptidão física em jogadores de tênis de mesa.** Revista Brasileira de Medicina do Esporte, v. 29, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbme/a/5ZMMsgqHny8nYYrxgLWtVrnm/abstract/?format=html&lang=pt> Acessado em: 22/08/2023

Submissão: fevereiro de 2024. Aceite: março de 2024. Publicação: agosto de 2024.

MELLO, E.C.; MARCHI, F.; ANDRADE, R.; BREVES, E.M.N.; COSTA, L.W.; ECKER, E.L.; GONÇALVES, R.S.; SANTOS, V.A.S.E.; MAURER, A.; ROSA, C.C.B. O tênis de mesa no contexto educacional: uma abordagem integrada para o desenvolvimento físico, cognitivo e social. **Revista Eletrônica Amplamente**, Natal/RN, v. 3, n. 3, p. 318-330, jul./set., 2024.

