

# TÊNIS DE MESA E TÊNIS DE MESA PARALÍMPICO

Esporte, inclusão e sustentabilidade, vol. 2, n. 2



PATRÍCIA VIGÁRIO, BIANCA GAMA, SILVIO DE CASSIO COSTA TELLES,  
ANNA CAROLINA CARVALHO DE SOUZA,  
CÁTIA REGINA DIMATTEU PAULO E ANA GRACE GARCIA





## ORGANIZAÇÃO

---



## APOIO

---



Programa de Pós-graduação  
em **Desenvolvimento Local**  
(Mestrado e Doutorado)



---

MINISTÉRIO DA  
CIDADANIA



## **CONHEÇA O VOLUME 1 DA COLETÂNEA ACESSANDO OS LINKS:**

### **Atletismo Olímpico e Paralímpico**

[https://expo3d.emuseudoesporte.com.br/downloads/Download\\_Livro%20Atletismo.html](https://expo3d.emuseudoesporte.com.br/downloads/Download_Livro%20Atletismo.html)

### **Esgrima e Esgrima em cadeira de rodas**

[https://expo3d.emuseudoesporte.com.br/downloads/Download\\_Livro%20Esgrima%20e%20esgrima%20em%20cadeira%20de%20rodas.html](https://expo3d.emuseudoesporte.com.br/downloads/Download_Livro%20Esgrima%20e%20esgrima%20em%20cadeira%20de%20rodas.html)

### **Basquete e Basquete em cadeira de rodas**

[https://expo3d.emuseudoesporte.com.br/downloads/Download\\_Livro%20Basquete%20em%20cadeira%20de%20rodas\\_v2.html](https://expo3d.emuseudoesporte.com.br/downloads/Download_Livro%20Basquete%20em%20cadeira%20de%20rodas_v2.html)

### **Vôlei e vôlei sentado**

[https://expo3d.emuseudoesporte.com.br/downloads/Download\\_Livro%20Volei%20e%20volei%20sentado.html](https://expo3d.emuseudoesporte.com.br/downloads/Download_Livro%20Volei%20e%20volei%20sentado.html)

**Veja também as exposições em 3D  
acessando o link do eMuseu do Esporte:**

[www.emuseudoesporte.com.br](http://www.emuseudoesporte.com.br)

**Acompanhe o eMuseu do Esporte  
também nas redes sociais:**

Instagram: @emuseudoesporte  
Facebook: eMuseu do esporte

# **TÊNIS DE MESA E TÊNIS DE MESA PARALÍMPICO**

**Esporte, inclusão e sustentabilidade, vol. 2, n.2**

**PATRÍCIA VIGÁRIO,  
BIANCA GAMA,  
SILVIO DE CASSIO COSTA TELLES,  
ANNA CAROLINA CARVALHO DE SOUZA,  
CÁTIA REGINA DIMATTEU PAULO E  
ANA GRACE GARCIA**

Rio de Janeiro, julho de 2022

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)  
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)**

Tênis de mesa e tênis de mesa paralímpico [livro eletrônico] : esporte, inclusão e sustentabilidade, vol. 2, n.2 / Patrícia Vigário...[et al.]. -- Rio de Janeiro, RJ : Gama Assessoria Empresarial, 2022.  
PDF

Outros autores: Bianca Gama, Silvio de Cassio Costa Telles, Anna Carolina Carvalho de Souza, Cátia Regina Dimatteu Paulo e Ana Grace Garcia.

Bibliografia.

ISBN 978-65-995711-7-6

1. Atletas com deficiência - Brasil
2. Esportes para pessoas com deficiência física
3. Paralimpíadas
4. Tênis de mesa I. Vigário, Patrícia. II. Gama, Bianca. III. Telles, Silvio de Cassio Costa. IV. Souza, Anna Carolina Carvalho de. V. Paulo, Cátia Regina Dimatteu. VI. Garcia, Ana Grace.

22-123528

CDD-796.087

**Índices para catálogo sistemático:**

1. Esporte paralímpico 796.087

Eliete Marques da Silva - Bibliotecária - CRB-8/9380

**COMISSÃO EDITORIAL**

Ana Miragaya (UNESA)  
Felipe da Silva Triani (FAETEC- RJ/ UNESA)  
Gabriela Conceição de Souza (IFRJ)  
Lamartine Da Costa (UERJ)  
Luís Carlos Lira (UFJF)  
Marinilza Bruno de Carvalho (UERJ)  
Rodrigo Vilela Elias (SME-RJ/FACHA)

**ILUSTRADOR**  
Moisés David de Moura Estevão Furtado

**PROJETO GRÁFICO E DIAGRAMAÇÃO**  
Evlen Lauer

# APRESENTAÇÃO

**P**or meio do movimento, da brincadeira e do jogo, as crianças e os jovens podem também promover o autoconhecimento e conhecer o mundo que os cerca. As possibilidades de jogar são inúmeras. Quanto mais experiências tiver, maior a chance de se identificar por alguma delas. Se já vivenciou o tênis de mesa, por exemplo, pode se identificar, mas precisa ter essa oportunidade. Por isso, ainda que seja de forma adaptada, é muito importante que essas atividades sejam propostas.

Conhecer uma modalidade esportiva, por exemplo, significa saber jogar, mas, também saber sobre sua origem, as situações sociais que a permeiam, o ambiente que é mais praticado, as regras, aprender sobre os praticantes e os atletas que se destacam, os instrumentos utilizados, e as formas adaptadas de praticar. Esses conhecimentos podem desenvolver a capacidade criativa dos que aprendem, além disso, estimular hábitos de cuidado com a própria saúde e com o meio ambiente.

Apesar de o termo tênis de mesa ser institucionalmente reconhecido, o ping pong (nome popular dessa prática esportiva) permeia a prática de atividade física de muitas pessoas, desde a tenra idade até os idosos, por ser uma prática de lazer que envolve sensações de prazer e promove a sociabilidade. Essa prática tem atraído praticantes dos mais diversos espaços durante muitos anos. Com uma bolinha, duas raquetes e uma mesa é possível a adaptação da modalidade permitindo a prática lúdica.

Aliás, foi assim que o tênis de mesa começou a surgir, de forma improvisada e espontânea. Há histórico da prática da modalidade adaptada utilizando rolhas como bolas, livros como rede em cima de uma mesa nas universidades e áreas militares, por exemplo, até mesmo como uso de tampas de caixas de charuto e outras variadas formas para simular a raquete.

É pensando na promoção de práticas esportivas, na vivência lúdica e desportiva que a coletânea “Esporte, Inclusão e Sustentabilidade”, do eMuseu do Esporte desenvolveu essa coletânea que está organizada em dois volumes e aborda os seguintes esportes:

- (1) Atletismo Olímpico e Atletismo Paralímpico – provas de arremesso de peso, lançamento de disco, lançamento de dardo e lançamento de club
- (2) Esgrima e esgrima em cadeira de rodas
- (3) Basquete e basquete em cadeira de rodas
- (4) Vôlei e vôlei sentado

Volume 2:

- (1) Tênis e tênis em cadeira de rodas
- (2) Tênis de mesa e Tênis de mesa Paralímpico
- (3) Badminton e Parabadminton
- (4) Futebol e futebol de cegos

Neste número será possível encontrar um breve histórico sobre o Tênis de Mesa e o Tênis de Mesa Paralímpico. Além disso, será possível visualizar uma linha do tempo com importantes marcos históricos dessas modalidades, conhecer nomes desses esportes, descobrir formas de criar implementos com uso de materiais recicláveis ou de baixo custo, como raquete feita com papelão, e aprender formas de vivenciar o esporte com uso dos implementos.

É nesse contexto que os leitores são convidados a conhecer mais sobre o universo esportivo, preservando e perpetuando o esporte. Assim, além de incentivar a prática esportiva e a reflexão crítica social sobre esse fenômeno cultural, buscamos aumentar a base de atletas e multiplicar a possibilidade de surgimento de novos campeões e ídolos do Brasil. Que esse convite a leitura possa auxiliar no entendimento dessa potente ferramenta inclusiva e sustentável que é o esporte.

## OS AUTORES

# SUMÁRIO

## 6 1 TÊNIS DE MESA

- 6 1.1 Conceitos e um breve passeio pela história
- 7 1.2 Esporte Paralímpico - Tênis de mesa

## 8 2 MARCOS HISTÓRICOS

### 9 3 PERSONALIDADES DO TÊNIS DE MESA BRASILEIRO

- 9 3.1 Bruna Alexandre - Tênis de mesa Paralímpico
- 9 3.2 Hugo Calderano
- 10 3.3 Hugo Hoyama
- 10 3.4 Cláudio Mitsuhiro Kano

### 11 4 ENSINANDO A MONTAR: IMPLEMENTOS PARA A PRÁTICA DE ESPORTES DE RAQUETE UTILIZANDO MATERIAIS RECICLÁVEIS, REUTILIZÁVEIS E DE BAIXO CUSTO

- 11 4.1 Raquete de Tênis de Mesa
- 14 4.2 Rede para Tênis de Mesa
- 15 4.3 Bola
- 15 4.4 Atividades

## 17 BIBLIOGRAFIA

# 1 Tênis de mesa

## 1.1 CONCEITOS E UM BREVE PASSEIO PELA HISTÓRIA

O esporte se originou na Inglaterra no século XIX, e foi criado a partir do jogo medieval de tênis. Era uma proposta alternativa para jogar diferente da prática do esporte de campo, começou como uma brincadeira improvisada. Era um esporte mais praticado nos tempos livres em locais fechados para que as pessoas pudessem passar o tempo, principalmente no inverno, quando praticar o tênis de campo era mais difícil por causa do frio. Esse jogo foi iniciado com equipamentos improvisados, como quando os estudantes usavam livros no lugar das redes e os militares também faziam adaptações. Os materiais para criar raquetes eram vários, desde madeiras, papelões e outros, e as bolas também

No Século XIX, James Gibb, inglês, voltou dos Estados Unidos com bolas de celulóide de brinquedo, que ele imaginou que poderiam ser úteis para este jogo em seu país. O som que a bola fazia ao ser golpeada por uma raquete foi associado com o som "pingue-pongue", dando origem ao nome do jogo. O nome "Ping Pong" é então criado pela empresa inglesa J. Jaques and Son no final dos anos de 1800s, sendo registrado como marca pela empresa norte-americana Parker Brothers.

Em 1901 ocorreram os primeiros registros de torneios de tênis de mesa com grande número de participantes. Assim surgiu o "Ping-Pong Association", que em 1922 passou a ser reconhecida como "Table Tennis Association" que é substituída em 1926 pela Table Tennis Federation (ITTF).

## 1.2 ESPORTE PARALÍMPICO - TÊNIS DE MESA

**Deficiências:** física (indivíduos com paralisia cerebral, amputação ou usuários de cadeira de rodas) ou deficiência intelectual.

Praticado por homens e mulheres.

**Categorias:** atletas andantes e atletas usuários de cadeira de rodas.

**Disputas:** individuais, duplas ou equipes.

**Partidas:** Cinco sets de 11 pontos (em caso de empate em 10 a 10 vence o atleta que abrir dois pontos de vantagem).

**Regras:** Semelhantes ao tênis de mesa Olímpico, com pequenas adaptações, como o saque.

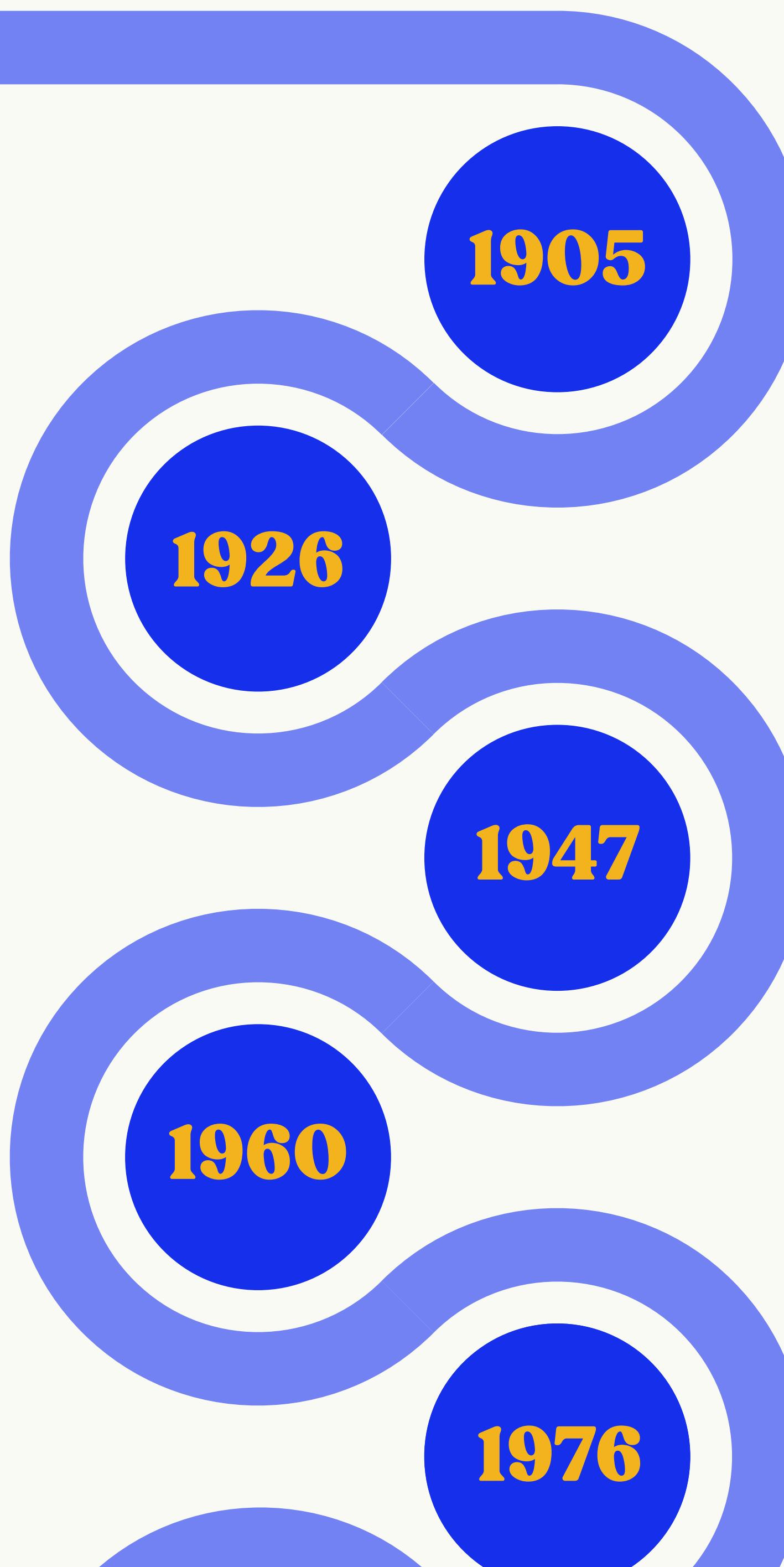
**Classificação funcional:** os atletas são divididos em 11 classes: cinco para andantes, cinco para usuários de cadeira de rodas e uma para andantes com deficiência intelectual.

# 2 Marcos Históricos DO TÊNIS DE MESA E DO TÊNIS DE MESA PARALÍMPICO

É fundada a International Table Tennis Federation (ITTF) que oficializa a modalidade, define regras oficiais e coordena o esporte a nível mundial.

Roma: Tênis de mesa entra para o Programa dos Jogos Paralímpicos, sendo praticado por usuários de cadeiras de rodas.

O tênis de mesa só passou a ser olímpico nas Olimpíadas de Seul na Coréia do Sul em 1988



Por volta de 1905, por incentivo de turistas ingleses o tênis de mesa começou a ser implementado no Brasil

O Brasil participou do 3º Campeonato Sul-Americano e internacional, fato que marcou o início da participação brasileira em competições internacionais.

Houve a primeira participação brasileira no tênis de mesa nas Paralimpíadas, em Toronto.

# 3 Personalidades do tênis de mesa brasileiro

## 3.1 BRUNA ALEXANDRE

Alexandre Urch/CPB/MPIX



Bruna Alexandre é natural do estado de Santa Catarina e foi a primeira mulher brasileira a conquistar uma medalha Paralímpica na modalidade. Bruna teve o seu braço direito amputado aos seis meses de idade devido à uma trombose. A sua primeira participação em Jogos Paralímpicos foi

em Londres 2012, porém as suas primeiras medalhas – duas de bronze – vieram nos Jogos do Rio de Janeiro, em 2016. Nos Jogos Paralímpicos de Tóquio 2020, Bruna fez história mais uma vez se tornando a primeira brasileira a disputar uma final na modalidade, conquistando a medalha de prata. Nesta mesma competição conquistou também a medalha de bronze por equipes.

## 3.2 HUGO CALDERANO

Nelson Ayres  
(Foto&Ação) Assessoria  
de Imprensa CBTM



Hugo Calderano é um mesatenista brasileiro que nasceu no Rio de Janeiro em 1996. O atleta competiu em seis edições dos Jogos Olímpicos, entre Barcelona 1992 e Londres 2012. Em 2022, ocupou a 3ª posição no ranking mundial de tênis de mesa.

Conquistou a medalha de bronze nos Jogos Olímpicos da Juventude, na China. Foi tricampeão latino-americano e bicampeão no Pan-Americano. Entre outras conquistas, em 2021 foi o quinto colocado no torneio individual dos Jogos Olímpicos de Tóquio 2020.

### 3.3 HUGO HOYAMA

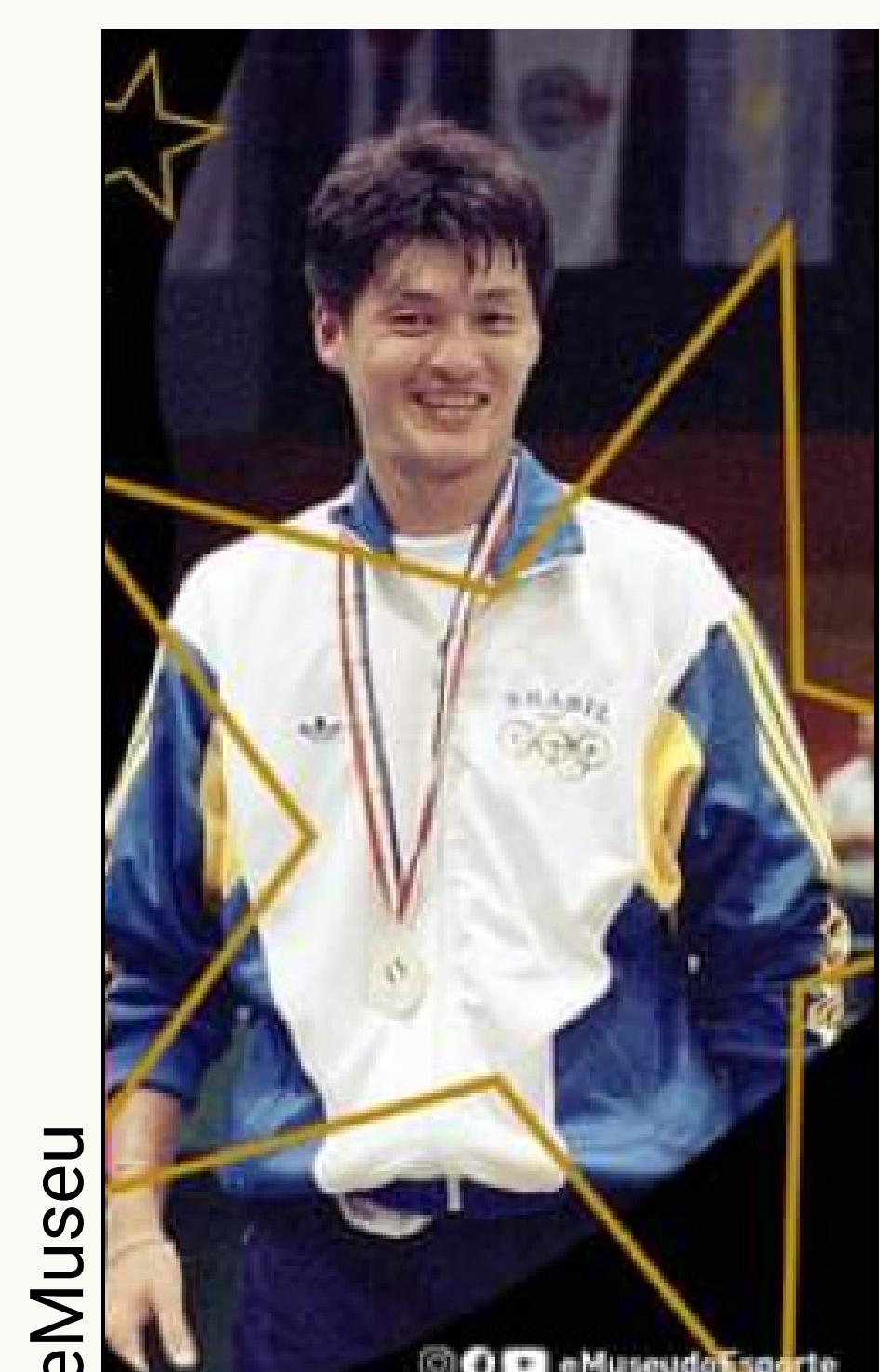
Nelson Ayres  
(Foto&Ação) – Assessoria  
de Imprensa CBTM



Hugo Hoyama nasceu em 9 de maio de 1969, em São Paulo. Dentre as suas conquistas, conseguiu 15 medalhas em Jogos Pan-Americanos, 8 participações em Mundiais e oito Olimpíadas (seis como atleta entre os jogos de Barcelona 1992 e Londres 2012 e duas como técnico). O

resultado conquistado por Hugo Hoyama nos Jogos de Atlanta, em 1996, foi um marco para sua trajetória enquanto atleta e para a história do tênis de mesa do brasileiro.

### 3.4 CLÁUDIO MITSUHIRO KANO



Cláudio Mitsuhiro Kano (1965-1996) foi um dos maiores jogadores de Tênis de Mesa da história com o recorde de 12 medalhas no Jogos Panamericanos. Foi iniciado ainda criança no tênis de mesa, de forma improvisada na própria mesa da casa dos pais e começou a treinar aos 9 anos em um clube. Depois não parou mais, passou a ser referência internacional e conquistou medalhas nos Pans de Caracas (1983), Indianápolis (1987), Havana (1991) e Mar Del Plata (1995), além de seis vezes ouro em Sul-Americanos.

# 4 Ensinando a montar: atividades do tênis de mesa utilizando materiais recicláveis, reutilizáveis e de baixo custo

## 4.1. RAQUETE DE TÊNIS DE MESA

### Materiais necessários



#### PAPELÃO

(exemplos: caixa de leite, caixa de sabão em pó; tamanho suficiente para desenhar um disco de 20 – 30 cm de diâmetro)



#### FITA ADESIVA OU CREPE



## CONSTRUINDO A RAQUETE DE TÊNIS DE MESA



Para a construção da raquete de tênis de mesa, faça um círculo no papelão com um prolongamento equivalente ao cabo.

Recorte-o e reserve-o.



Repita este procedimento duas ou mais vezes, dependendo da espessura do papelão. É importante que a raquete fique firme.



Cole as raquetes uma sobre a outra, com cola. Em seguida, coloque-as sob um objeto pesado e espere secar. Para finalizar, envolva o cabo com fita adesiva ou crepe.



Raquete de tênis de mesa pronta.

## 4.2. REDE PARA TÊNIS DE MESA

### Materiais necessários



**BARBANTE**



**2 GARRAFAS PET PEQUENAS**



**TESOURA**

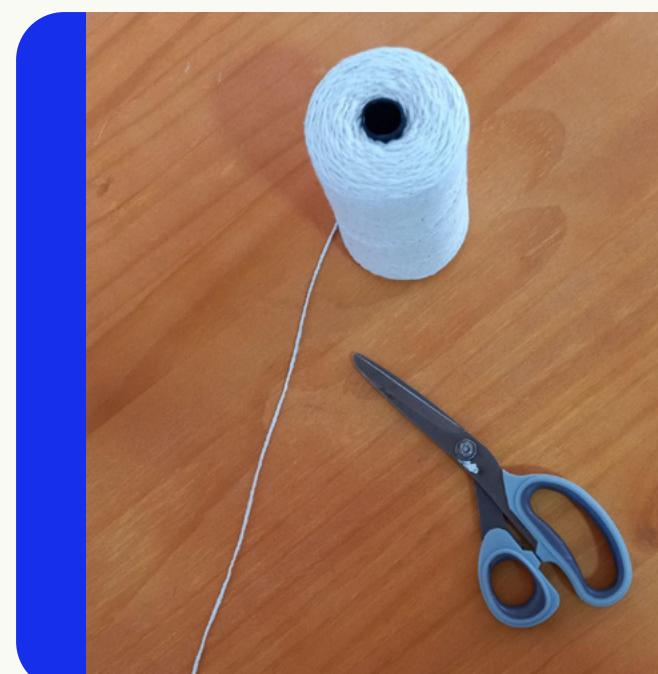


**FITA ADESIVA OU CREPE**

### Construindo a rede



Encha com água as duas garrafas que servirão de suporte para a colocação da rede.



Corte quatro pedaços de barbante equivalentes ao tamanho da sua mesa.



Prenda e cole os barbantes com fita adesiva ou crepe nas duas garrafas PET



Rede pronta.

### 4.3. BOLA



Uma maneira simples e prática é retirar a bola das embalagens de desodorante roll-on.

### 4.4. ATIVIDADES

#### Atividade 1: Não deixe cair!

- Em duplas e utilizando a raquete, lançar e rebater a bola para o companheiro sem deixá-la cair no chão.
- Variação: realizar os movimentos na posição sentada.

## **Atividade 2: Um quiqe**

- Em duplas, lançar a bola para cima, deixá-la quicar no chão uma vez e rebatê-la para o companheiro da dupla.

## **Atividade 3: Acerte o alvo!**

- Bater na bola com a raquete de modo a acertá-la em alvos colocados em distâncias diferentes. Os alvos podem ser caixas de papelão ou latas.
- Variação: realizar os movimentos na posição sentada.

## BIBLIOGRAFIA

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE TÊNIS DE MESA (CBTM). Disponível em: <https://www.cbtm.org.br/> acesso em: 15/05/2021.

CORRÊA, M. M. L.; FREITAS, T. C.R.; SILVA S. A. O ensino dos esportes de raquete no ambiente escolar. *Physical Education and Sport Journal*, v. 17 n. 1 | p. 309-316, 2019.

MELLO, Marco Túlio de; WINCKLER, Ciro. *Esporte Paralímpico*. São Paulo: Atheneu, 2012.

COMITÊ PARALÍMPICO BRASILEIRO. Tênis em cadeira de rodas. Disponível em: <https://www.cpb.org.br/modalidades/66/tenis-em-cr> acesso em 13 de janeiro de 2022.

## VÍDEOS:

### Raquete tênis de mesa:

<https://www.youtube.com/watch?v=ZxPcBHQQxVE>

### Rede tênis de mesa:

<https://www.youtube.com/watch?v=M8qS1OqoT2k>

## COORDENADORES AUTORES:

### Dra. Patrícia Vigário



**Link currículo Lattes:** <http://lattes.cnpq.br/1263665448871342>

### Dra. Bianca Gama Pena



**Link do portfólio:** <https://www.biancagamapena.com>

**Link currículo Lattes:** CV: <http://lattes.cnpq.br/2631251683978140>

**Link do linkedin:** <https://www.linkedin.com/in/bianca-gama-pena- -b141a478>

**Site do eMuseu do Esporte:** [www.emuseude esporte.com.br](http://www.emuseude esporte.com.br)

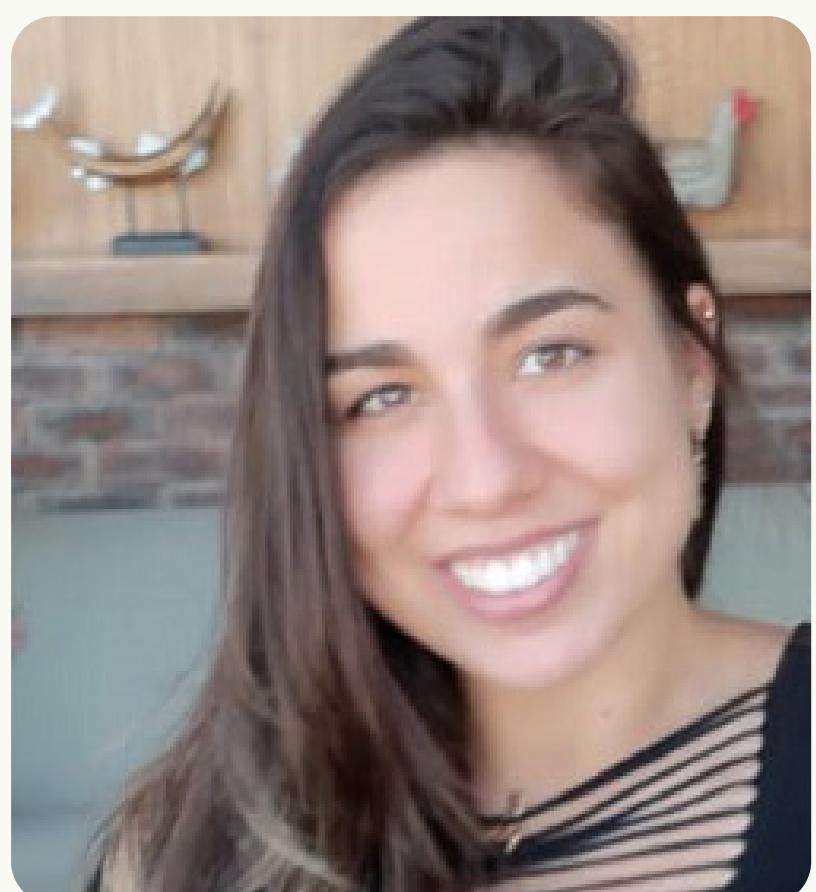
### Dr. Silvio de Cassio Costa Telles



**Link currículo Lattes:** <http://lattes.cnpq.br/9130913958427863>

## **PROFESSORES AUTORES:**

### **Anna Carolina Carvalho de Souza**



**Link currículo Lattes:** <http://lattes.cnpq.br/8353402716233836>

### **Cátia Regina Dimatteu Paulo**



**Link currículo Lattes:** <http://lattes.cnpq.br/5041873902564497>

### **Ana Grace Garcia**



**Link currículo Lattes:** <http://lattes.cnpq.br/0547850254616245>

