



# PETECA

Não é apenas uma brincadeira

## VOLUME ÚNICO

- Aspectos gerais
- História
- Regras
- Fundamentos técnicos



Educação Física,  
Esporte e Corpo

## EDUCAÇÃO FÍSICA, ESPORTE E CORPO

### PETECA

#### ORGANIZADOR

Conteúdo organizado por **Saulo Fernando Pereira**, licenciado e bacharel em Educação Física, especialista em Fisiologia do Exercício, Personal Trainer, Treinamento Desportivo e Atividades Físicas e Esportivas Para Pessoas com Deficiência.

#### CONTATOS



(33) 9 9990-0514



edfisicaesportecorpo



edfisicaesportecorpo



[www.educacaofisicaesportecorpo.com](http://www.educacaofisicaesportecorpo.com)



[youtube.com/educacaofisicaesportecorpo](https://youtube.com/educacaofisicaesportecorpo)

---

Fiquem ligados no canal do YouTube **Educação Física, Esporte e Corpo** por lá vocês podem acompanhar aulas relacionadas a este E-book clicando nos links. Além disso, nessa plataforma digital vocês poderão encontrar outros conteúdos.



# Educação Física, Esporte e Corpo

## ÍNDICE

### Seção I – Aspectos iniciais

### Seção II – Regras

### Seção III – Fundamentos

### Seção IV – Referências

### Seção I – Aspectos Iniciais

PETECA.....	.04
<a href="#">Aspectos gerais</a>	
PETECA.....	.04
<a href="#">Objetivo do jogo</a>	
PETECA.....	.05
<a href="#">História</a>	

### Seção II – Regras

REGRAS.....	.08
<a href="#">Dimensões da quadra e altura da rede</a>	
REGRAS.....	.09
<a href="#">Artefato esportivo peteca e número de jogadores</a>	
REGRAS.....	.10
<a href="#">Pontos e sets, troca de quadra e início da partida</a>	
REGRAS.....	.11
<a href="#">Como tocar a peteca, tomada de saque e jogos de dupla</a>	

### Seção III – Fundamentos

FUNDAMENTOS.....	.13
<a href="#">Quais os fundamentos da peteca?</a>	
FUNDAMENTOS.....	.14
<a href="#">Saque</a>	
FUNDAMENTOS.....	.15

[Toque](#)

FUNDAMENTOS.....16

[Deslocamento](#)

## Seção IV – Referências

REFERÊNCIAS.....18

[Referências bibliográficas](#)

## Seção I – Aspectos Iniciais

### CONSIDERAÇÕES INICIAIS

#### ASPECTOS GERAIS

✓ Peteca é o nome dado tanto a um esporte quanto ao artefato esportivo utilizado em sua prática, sendo ambos de origem indígena brasileira.

✓ O jogo de peteca guarda certas semelhanças com o voleibol e o badminton, pelo fato de jogar-se, como estes, em um campo dividido por uma rede. O elemento principal do jogo é a peteca, que se golpeia com a mão.

✓ É um esporte praticado em várias regiões do Brasil, e tem como origem, o estado de Minas Gerais, proveniente dos indígenas que habitavam aquela região, que utilizavam tocos de madeira e palha amarrados em penas de aves, arremessando o artefato entre si como forma de diversão.



*Figura 1 – Representação de uma partida de peteca*

## OBJETIVO DO JOGO

O jogo consiste em dois ou mais participantes, utilizando-se as mãos, para fazer a peteca passar sobre a rede de modo a que a mesma toque no chão dentro da quadra adversária, ao mesmo tempo em que se evita que os adversários consigam fazer o mesmo.

## HISTÓRIA DA PETECA

O objeto que hoje conhecemos como peteca vem sendo utilizado por vários povos habitantes da América do Sul e Central. Relatos e evidências materiais indicam a prática disseminada, mesmo antes do desembarque dos colonizadores portugueses no Brasil pela costa atlântica, no início do século XVI, tendo como referência o ano de 1500.

O jogo ou brincadeira de peteca tomava forma de acordo com culturas específicas, adotando assim usos distintos.



*Figura 2 – Indígenas jogando peteca*

A peteca era constituída de fibras naturais, com destaque para as cascas de bananeira (embira) e palhas de milho. Tradicionalmente, algumas petecas não apresentam penas, com enchimentos e envoltórios de palha. Outras, compostas também com penas grandes e coloridas, deram origem à peteca que conhecemos hoje em sua forma esportiva.

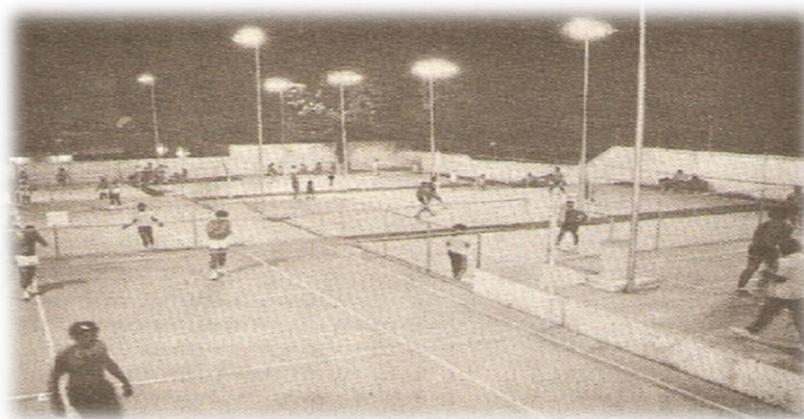
A introdução da peteca, inicialmente em pequenas comunidades e povoados, fez crescer o interesse pela prática da brincadeira desde a confecção do brinquedo até a sua forma de jogo. A peteca deixou de ser um mero objeto para se tornar um brinquedo popularmente apreciado, fonte de cultura, memória e identidade daqueles que brincavam. A Curiosidade do objeto, a experimentação da prática e as emoções geradas pelas situações lúdicas a tornaram muito apreciada em ruas, praças e parques pelo Brasil. A brincadeira, ainda hoje, tem como objetivo principal não deixar a peteca cair ou rebatê-la o mais alto possível.

A Revista Educação Physica de 1937, serve de referência ao afirmar o início da esportivização da peteca, ao ser praticada pelos nadadores brasileiros durante a Olimpíada de Antuérpia (Bélgica), em 1920. A peteca foi utilizada por esses atletas brasileiros nos momentos de lazer entre as competições. O fato despertou a curiosidade dos ocupantes estrangeiros da “Villa dos Athletas”, que perguntaram sobre as regras, ainda inexistentes à época. O Dr. José Maria Castello Branco, chefe da delegação brasileira, ao regressar ao Brasil, elaborou as primeiras regras, cumprindo o compromisso de enviá-las aos colegas europeus. Vale lembrar que essa edição dos Jogos Olímpicos teve duração aproximada de três meses. Inicialmente, o campo de jogo associava os campos de tênis e de voleibol, resultando num extenso espaço de 43m x 10m dividido em dois campos. Não havia uma rede, mas duas redes de um metro de altura, distantes três metros uma da outra para separar os campos. A peteca era jogada por cinco pessoas de cada lado. As complicadas regras não favoreceram a sobrevivência do esporte por muito tempo e logo sofreu reformulações.

Os anos de 1940 deram forma ao esporte que conhecemos hoje, coube a Minas Gerais a primazia de dar-lhe o formato da peteca típica de jogo. Tudo aconteceu pela prática dos atletas de remo do late Golf Clube. Este clube foi projetado pela mente arquiteta vanguardista de Oscar Niemeyer, às margens da Lagoa da Pampulha, Belo Horizonte. Nos anos de 1950, outros clubes tiveram importante papel na difusão do esporte, no crescimento do número de praticantes e na realização de intercâmbios por meio da promoção de eventos, entre eles o Minas Tênis Clube, Country Club, Quinze Veranistas, Jaraguá Country Club, Cruzeiro Esporte Clube e a Associação Cristã de Moços. A peteca não ficou restrita aos clubes. Popularizou-se, ocupando ruas, quadras, praças, praticada onde fosse possível bastando colocar uma rede ou estender uma corda presa em postes ou árvores e marcar o “chão da quadra”. Nesse processo, a Peteca

distanciou-se da prática original de jogo de “não deixar a peteca cair”, configurando-se como esporte de “fazer a peteca cair” no campo adversário. A brincadeira deu lugar à competição, à confrontação e à luta pela vitória. A peteca esportiva ganhou espaço nos anos seguintes em direção às cidades do interior de Minas Gerais e outros estados, como manifestação lúdica, admitindo adaptações, reformulações de regras e formas variadas de prática.

Apesar de já ser comum a prática da peteca no Brasil, foi apenas em 1973 que surgiram as regras oficiais sobre o esporte, com a criação da Federação Mineira de Peteca (FEMPE).



*Figura 3 – Jogos de petecas sendo realizados em Belo Horizonte em 1984*

Somente em 1985 é que a peteca foi reconhecida oficialmente como esporte no Brasil, pelo Conselho Nacional de Desportos.

A Peteca é um esporte de criação nacional amparado pela Lei 9.615, de 24 de março de 1998, do Governo Brasileiro, que considera o desporto, Capítulo II, artigo 2º, como direito individual baseado em importantes princípios, sendo eles: princípio da identidade nacional, refletido na proteção e incentivo às manifestações esportivas de criação nacional (parágrafo VII); princípio da educação, voltado para o desenvolvimento integral do homem, como ser autônomo e participante, e fomentado por meio de prioridade dos recursos públicos ao desporto educacional (parágrafo VIII). A década de 1990 foi especialmente importante para a consolidação do esporte com a realização do 1º campeonato Brasileiro Interclubes de Seleções Estaduais em 1991 e de várias Copas patrocinadas pela iniciativa privada.

**FONTE:.**  
<https://pt.wikipedia.org/wiki/Peteca>

## Seção II – Regras

### REGRAS

#### DIMENSÕES DA QUADRA

✓ A quadra tem a dimensão de 15 metros por 7,50 metros para o jogo de duplas e de 15 metros por 5 metros para o jogo individual.

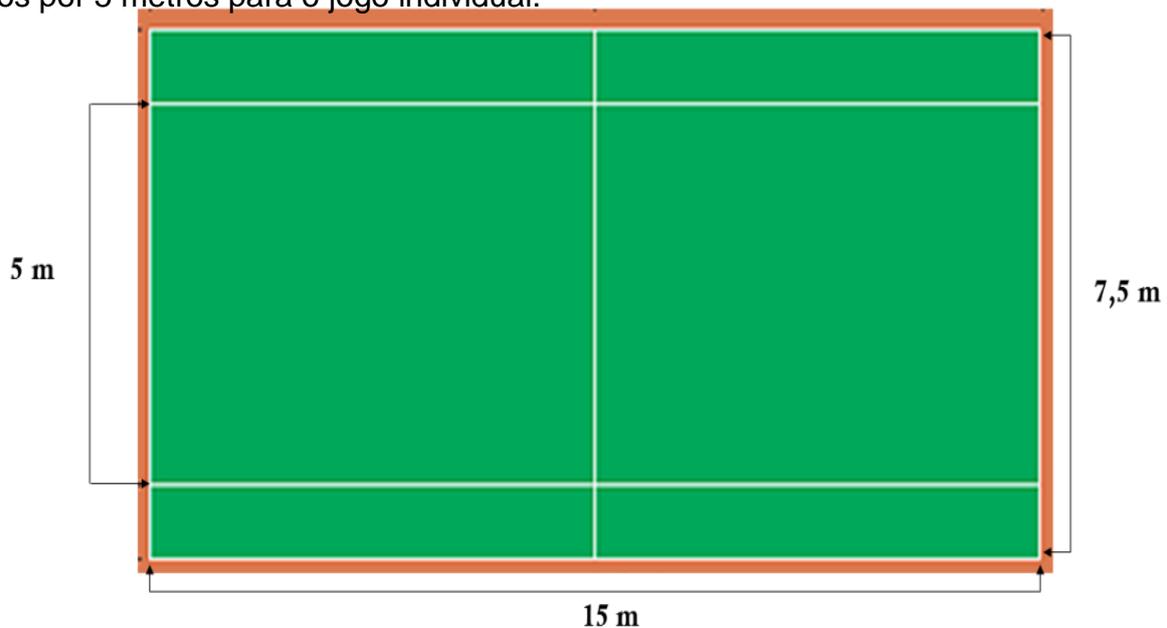


Figura 4 – Dimensões da quadra de peteca

#### ALTURA DA REDE

✓ Rede deve ser instalada numa altura uniforme de 2,43 metros para jogos da categoria Masculina e 2,24 metros para a Feminina.

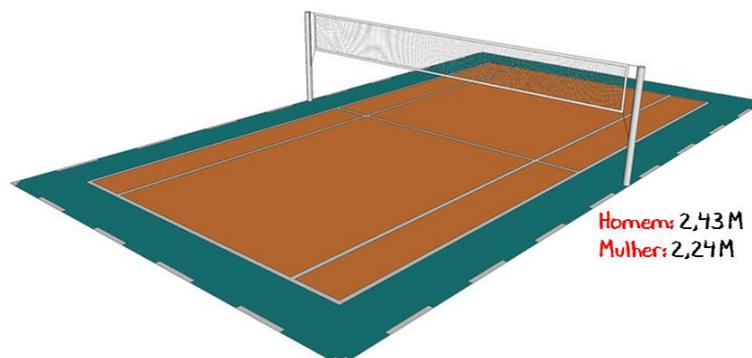


Figura 5 – Altura da rede de peteca

## ARTEFATO ESPORTIVO: PETECA

- ✓ A peteca possui uma base que concentra a maior parte de seu peso, geralmente feita de borracha, e uma extensão mais leve, geralmente feita de penas naturais ou sintéticas, com o objetivo de dar equilíbrio ou orientar sua trajetória no ar quando arremessada.
- ✓ O peso da peteca deve ser de 40 a 42 gramas, aproximadamente.



Figura 6 – Peteca oficial

## NÚMERO DE JOGADORES

- ✓ Os jogos podem ser de um jogador ou de duplas, nos moldes de uma partida de tênis.



Figura 7 – Jogo feminino de peteca

## PONTOS E SETS

✓ A partida é definida em melhor de três sets, consagrando-se vencedora a equipe que ganhar dois sets.

✓ Os dois primeiros sets se resolvem quando uma das equipes atingir a marca de 25 (vinte e cinco) pontos, com uma diferença obrigatória de dois pontos.

✓ O terceiro set, quando houver, se resolve quando uma das equipes atingir a marca de 15 (quinze) pontos, sendo sempre necessários dois pontos de diferença para essa definição.

✓ É de três minutos o tempo de intervalo entre os sets de uma partida.

SETS	PONTOS
1º	25 Pontos
2º	25 Pontos
3º	15 Pontos

Tabela 1 – Sets e pontos na peteca

### **TROCA DE QUADRA**

➤➤➤ Nos dois primeiros sets, as equipes trocam automaticamente de lado na quadra assim que uma delas atingir a contagem de 12 (doze) pontos.

➤➤➤ No terceiro set, quando houver, as equipes trocam de lado na quadra assim que uma delas atingir 8 (oito) pontos.

### **PEDIDOS DE TEMPO**

➤➤➤ Cada equipe pode pedir, por set disputado, no máximo **dois tempos** de um minuto cada.

## INÍCIO DA PÁRTIDA

✓ A forma de início do jogo é semelhante à do vôlei: Um jogador deve se posicionar atrás da linha de fundo e saca a peteca, fazendo com que ela atravesse a rede e chegue ao campo da equipe adversária.

## COMO TOCAR A PETECA

- ✓ Ao receber a peteca em seu campo, a equipe tem o direito de fazer um único movimento para devolvê-la ao campo adversário. Caso não consiga fazê-lo com apenas um toque, é declarado ponto da equipe adversária.
- ✓ No decorrer do jogo, em qualquer circunstância, a peteca só pode ser batida com uma das mãos, uma única vez e por um único atleta.

## TOMADA DE SAQUE

- ✓ A equipe que saca tem o tempo oficializado em **VINTE SEGUNDOS** para a conquista do ponto em disputa.
- ✓ Se a equipe que sacou não concretizar o ponto no tempo oficial de **VINTE SEGUNDOS**, será contado ponto para a equipe adversária.



Figura 8 – Cronômetro da tomada de saque

## JOGOS DE DUPLAS

✓ O jogo de duplas pode conter até três atletas, sendo dois jogadores titulares e um suplente (reserva).

✓ Durante a partida, se a equipe for composta por um trio, é permitido o rodízio ilimitado entre os seus três atletas, desde que a peteca esteja fora de jogo.

*FONTE: .  
CBP, Confederação Brasileira de Peteca. REGRAS OFICIAIS DA PETECA. Uberlândia,  
2019. Disponível em:  
<https://cbpeteca.org.br/regras-oficiais/>*

## Seção III – Fundamentos

### FUNDAMENTOS DA PETECA

Durante uma partida de peteca existem dois momentos distintos: **ATAQUE** e **DEFESA**. Durante as ações de ataque e defesa são executados os seguintes fundamentos:

#### 1. Saque:

- ✓ Saque por baixo.
- ✓ Saque por cima.

#### 2. Toques:

- ✓ Toque por baixo.
- ✓ Toque por baixo.
- ✓ Cortada/ataque.

#### 3. Deslocamento:

- ✓ Para frente e para trás.
- ✓ Lateral.
- ✓ Longitudinal.



Figura 9 – Atleta golpeando a peteca

## SAQUE

É o primeiro gesto utilizado para deslocar a peteca em um jogo no início de cada set e de extrema importância, pois de sua posse vem à possibilidade de marcação do ponto. A peteca poderá ser sacada por qualquer um dos jogadores em quadra pelo fundo da mesma, sem avançar ou invadir as linhas de limitação, sem necessidade de rodízio, deverá ultrapassar a rede pela borda superior, podendo tocá-la. Os saques básicos são: **por baixo e por cima.**

### ***SAQUE POR BAIXO***



Figura 10 – Saque por baixo

### ***SAQUE POR CIMA***



Figura 11 – Saque por cima

## TOQUE

É realizado com apenas uma das mãos, a peteca deve ser batida ou tocada, não valendo, portanto, a chamada “carregada e/ou conduzida”. Não é permitido o contato com as duas mãos juntas e/ou sua intenção de fazê-lo. Os toques básicos são: **Toque por baixo, toque por cima e cortada/ataque**. Quanto do toque por baixo, o movimento do atleta assemelha-se ao ato de pegar alguma coisa no chão, inclinando o corpo para frente. Quanto ao toque por cima, o movimento é executado com os braços acima da linha dos ombros e assemelha-se à cortada no voleibol, com a possibilidade de saltos (suspensão) ou não. Em ambas as situações, a peteca deverá passar a rede, em um único toque, para a quadra adversária. O posicionamento das pernas dependerá de cada atleta (destro ou canhoto) com referência ao braço que baterá na peteca, sempre com uma na frente da outra, observando apoio e deslocamento do corpo.

### ***TOQUE POR BAIXO***



*Figura 12 – Toque por baixo*

### ***TOQUE POR CIMA***



*Figura 13 – Toque por cima*

### ***ATAQUE/CORTADA***



*Figura 14 – Ataque/cortada*

## **DESLOCAMENTO**

O deslocamento é um dos mais importantes fundamentos no jogo de peteca. Neste aspecto devemos observar o posicionamento e entendimento dentro de sua área de atuação na quadra, levando-se em conta as características de habilidade e destreza do

jogador e a capacidade de decisão nas jogadas de ataque e defesa. Deve-se ficar atento aos exercícios com mudança do pé de apoio e/ou base, durante as ações, promovendo aprimoramento motor para possibilidades de utilização de gestos ambidestros, aspecto que qualifica o praticante, pois aumenta seu domínio de movimentação em relação ao braço que irá definir tais situações no decorrer das partidas.

## **DESLOCAMENTOS**



Figura 15 – Deslocamentos

**FONTE:.**

[https://sme.goiania.go.gov.br/conexaoescola/ensino\\_fundamental/educacao-fisicaesportes-de-rede-ou-parede-peteca/](https://sme.goiania.go.gov.br/conexaoescola/ensino_fundamental/educacao-fisicaesportes-de-rede-ou-parede-peteca/)

## Seção IV – Referências

### **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- Almanaque dos Esportes, Editora Europa, 2009.
- A História dos Esportes, Orlando Duarte, 4ª ed. Editora Senac, SP, 2004.
- <https://cbpeteca.org.br/>.
- [https://sme.goiania.go.gov.br/conexaoescola/ensino\\_fundamental/educacao-fisicaesportes-de-rede-ou-parede-peteca/](https://sme.goiania.go.gov.br/conexaoescola/ensino_fundamental/educacao-fisicaesportes-de-rede-ou-parede-peteca/).
- <https://pt.wikipedia.org/wiki/Peteca>.