

PEDAGOFLEX

— E-BOOKS —

Curso Intensivo de
Conhecimentos Específicos

Altos PI - Professor Educação Física

Professor Educação Física

- ✓ **LINGUAGEM CLARA E OBJETIVA**
- ✓ **ACESSO IMEDIATO**
- ✓ **CONTEÚDO ATUALIZADO**
- ✓ **FÁCIL DE CONSULTAR**
- ✓ **CUSTO-BENEFÍCIO**
- ✓ **FOCADO PARA CONCURSOS**

129
QUESTÕES COMENTADAS

PIRATARIA É CRIME!



Aviso Importante – Pirataria é Crime

Este material é protegido pela Lei de Direitos Autorais (Lei nº 9.610/1998). A reprodução, distribuição, venda, compartilhamento ou qualquer outra forma de uso indevido sem autorização expressa do autor constitui crime e pode gerar responsabilidade civil e criminal.

 **Atenção concurseiro:** Nos processos seletivos, há a etapa de avaliação da vida pregressa, que inclui a análise dos antecedentes criminais. Assim, qualquer envolvimento com pirataria pode comprometer sua aprovação no concurso e inviabilizar a posse no cargo público.

 Este e-book é de uso exclusivamente pessoal e intransferível. Não compartilhe, não repasse e não permita a circulação ilegal deste material. Respeitar os direitos autorais é também respeitar sua trajetória rumo à aprovação.

 Valorize o conhecimento, apoie a educação e lembre-se: pirataria é crime, não arrisque o seu futuro!

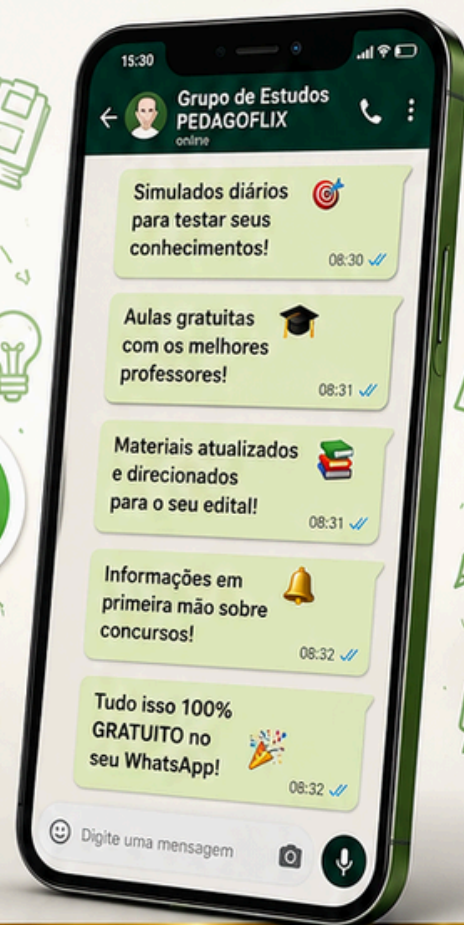
DENUNCIE: WHASTAPP 81 9787-9819

PEDAGOFlix

PARTICIPE DO NOSSO GRUPO DE ESTUDOS GRATUITO DO WHATSAPP!



TEMOS GRUPOS NO WHATSAPP
PARA TODOS OS ESTADOS
DO BRASIL!



**+ DE 50 MIL
PARTICIPANTES
EM TODO O BRASIL!**



**MILHARES DE ALUNOS
JÁ APROVADOS
COM A PEDAGOFlix!**

NO NOSSO GRUPO VOCÊ TEM ACESSO A:



**SIMULADOS
DIÁRIOS**



**AULAS
GRATUITAS**



**MATERIAIS
DE ESTUDO**



**INFORMAÇÕES
DE CONCURSOS**



**DICAS DE
PROFESSORES**



**E MUITO
MAIS!**



POR QUE PARTICIPAR?

- ✓ Conteúdos atualizados todos os dias
- ✓ Materiais exclusivos e direcionados
- ✓ Dicas valiosas de professores e aprovados
- ✓ Avisos e oportunidades de concursos
- ✓ Motivação e apoio de quem está no mesmo objetivo que você!



**É GRATUITO!
É NO WHATSAPP!
É PARA VOCÊ!**



**SUA APROVAÇÃO COMEÇA
COM AS ESCOLHAS CERTAS!**

Entre agora no grupo do seu Estado
e estude com quem está no mesmo
objetivo que você!



**ENTRE AGORA MESMO!
81 9787-9819**



ACESSE TAMBÉM:
WWW.LOJA.PEDAGOFlix.COM.BR/GRUPOSWhatsApp

PEDAGOFLEX
EBOOKS

CONHEÇA NOSSOS EBOOKS



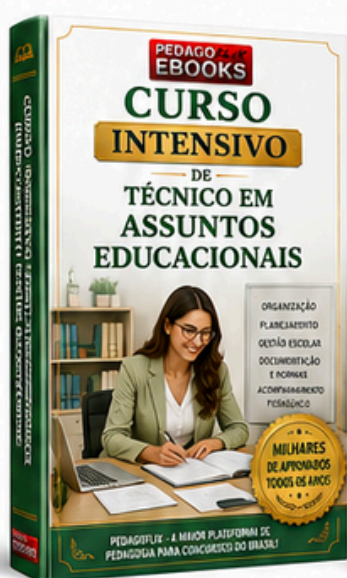
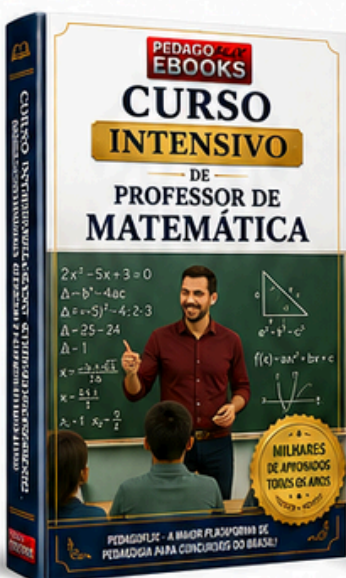
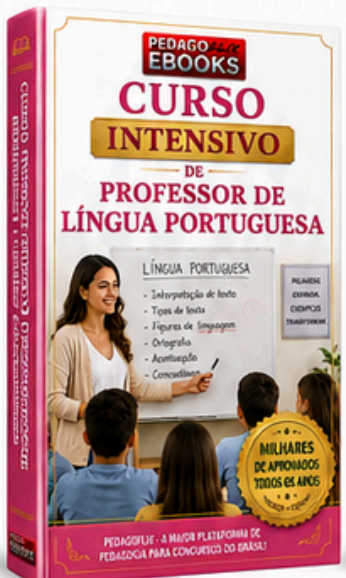
ESTUDE ONDE QUISER



REVISE MAIS RÁPIDO



APRENDA COM CONTEÚDOS
OBJETIVOS E ATUALIZADOS



E MUITO MAIS!



**CONTEÚDO
ATUALIZADO**

Sempre de acordo com
os editais mais recentes



**REVISÃO
RÁPIDA**

Materiais objetivos
para otimizar
seu tempo



**ESTUDE EM
QUALQUER
DISPOSITIVO**

Acesse quando e onde
quiser: celular, tablet,
computador ou e-reader



**FOCO NO QUE
REALMENTE CAI
NAS PROVAS**

Conteúdo selecionado
para o que mais importa



ACESSE AGORA NOSSA LOJA DE EBOOKS



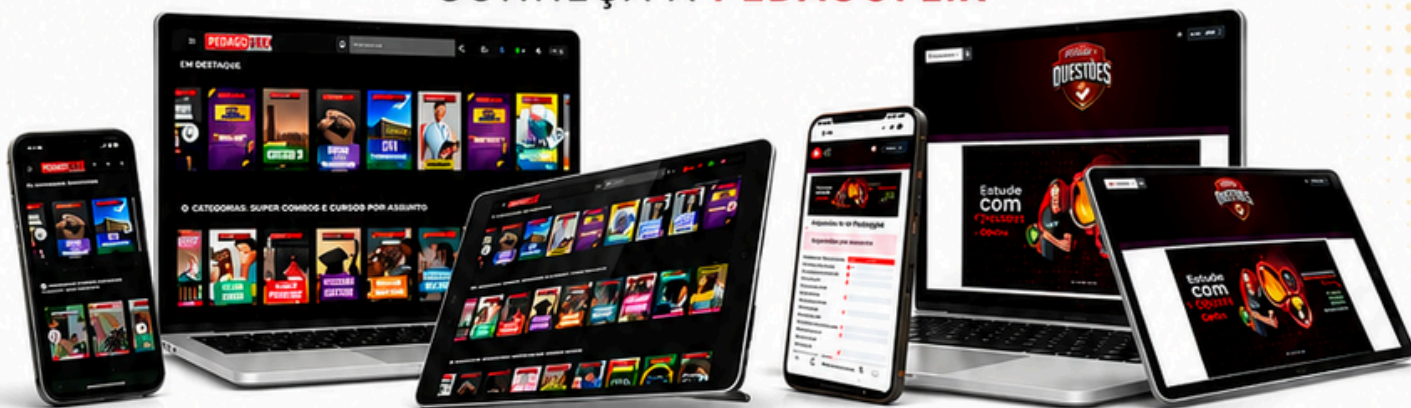
www.loja.pedagoflix.com.br/ebooks



PEDAGOFlix

A MAIOR PLATAFORMA DE PEDAGOGIA DO BRASIL

— CONHEÇA A PEDAGOFlix —



A Pedagogoflix é a **maior e mais completa** plataforma de **pedagogia para concursos** do Brasil, criada para preparar professores e pedagogos que desejam conquistar a aprovação e se destacar na prática educacional.



Fundada em outubro de 2020 pelo Professor Alonso, a Pedagogoflix nasceu com a missão de oferecer uma preparação de alta qualidade, acessível e realmente eficiente para quem sonha com a aprovação.



Hoje, a Pedagogoflix reúne **duas plataformas completas** de preparação para atender o aluno em todas as etapas dos estudos:



PLATAFORMA DE VIDEOAULAS



Mais de **1.000 videoaulas** com os melhores professores.



Conteúdos organizados e atualizados de acordo com os editais.



Metodologia objetiva e focada no que realmente cai na prova.



Aulas que facilitam o aprendizado e potencializam seus resultados.



WWW.PEDAGOFlix.COM.BR



PLATAFORMA DE QUESTÕES



O **maior** site de questões de pedagogia do Brasil.



Mais de **100.000** questões comentadas e organizadas por assunto.



Ideal para treinar, revisar conteúdos, testar conhecimentos e evoluir.



Estude de forma inteligente e aumente sua segurança para a prova.



WWW.QUESTOES.PEDAGOFlix.COM.BR



Já são **milhares de alunos aprovados** em todo o Brasil, consolidando a Pedagogoflix como uma das maiores referências nacionais em preparação para concursos na área da pedagogia.

E O MELHOR:

PLANOS A PARTIR DE R\$ 29,90 POR MÊS

Entre em contato com a nossa equipe, conheça a plataforma ideal para o seu momento e dê hoje mesmo o **próximo passo rumo à sua aprovação!**



81 99787-9819

Fale conosco pelo **WhatsApp!**

PROFESSOR ALONSO

EXPERIÊNCIA QUE APROVA E INSPIRA



Professor Alonso, natural do Rio de Janeiro, construiu uma trajetória marcada por disciplina, dedicação e resultados concretos em concursos públicos. Em 1999, iniciou sua caminhada de sucesso ao conquistar o 11º lugar no concorrido concurso do Colégio Naval da Marinha do Brasil, destacando-se entre mais de 10 mil candidatos. Serviu à Marinha por 16 anos, onde alcançou o posto de Capitão, experiência que consolidou sua liderança, disciplina e compromisso com a excelência.

Após a carreira militar, voltou-se aos concursos civis e, em 2014, conquistou a 7ª colocação para Auditor Fiscal da Receita Estadual de Pernambuco, cargo que exerce atualmente. Ao longo de sua jornada, também foi aprovado em outros concursos de destaque, como Analista Administrativo do TRF1 e Auditor Fiscal da Prefeitura de Recife.

A partir de 2014, uniu sua paixão pelo ensino e pela pedagogia à experiência de concurseiro vitorioso, passando a atuar como coach de concursos e professor dedicado à preparação de candidatos. Milhares de alunos já foram orientados por suas técnicas de estudo, planejamento e, principalmente, por sua forma clara e objetiva de ensinar.

Em 2020, fundou a PEDAGOFLEX, maior plataforma de pedagogia para concursos do Brasil, que hoje conta com milhares de aulas exclusivas e já se consolidou como referência nacional em aprovações.

Formação Acadêmica:

- Graduado em Ciências Navais (Administração) pela Escola Naval.
- Pós-graduado em Pedagogia Transformadora pela PUC.
- Certificado em Coaching pelo Instituto CEFOSPE.

Carreira e Aprovações:

- 16 anos como Oficial da Marinha do Brasil (Capitão).
- Auditor Fiscal da Receita Estadual de Pernambuco.
- Fundador e professor da PEDAGOFLEX.
- Aprovado em concursos de alto nível: Colégio Naval (1999), TRF1 (2011), Prefeitura de Recife (2014), Receita de Pernambuco (2014).



PEDAGOFlix

DÊ UM PLAY NA SUA
APROVAÇÃO!



PROFESSOR ALONSO

Sumário

1	Fundamentos da Educação Física Escolar	13
1.1	Conceito e objetivos da Educação Física escolar	
1.2	Valorização da cultura corporal do movimento	
1.3	Educação Física no contexto da escola	
1.4	Função educativa, social e formativa da disciplina	
1.5	Organização da prática pedagógica em Educação Física	
2	Desenvolvimento Motor e Aprendizagem Motora	18
2.1	Desenvolvimento motor na infância	
2.2	Desenvolvimento motor na adolescência	
2.3	Coordenação motora	
2.4	Habilidades motoras básicas	
2.5	Aprendizagem e aperfeiçoamento motor	
3	Capacidades Físicas e Condicionamento Físico	22
3.1	Força	
3.2	Resistência	
3.3	Velocidade	
3.4	Flexibilidade	
3.5	Agilidade	
3.6	Condicionamento físico	
3.7	Aptidão física	
4	Anatomia e Fisiologia do Exercício	27
4.1	Noções básicas de anatomia humana	
4.2	Sistema muscular aplicado ao movimento	
4.3	Sistema esquelético aplicado ao movimento	
4.4	Fisiologia do exercício	
4.5	Relação entre movimento, esforço e adaptação corporal	
5	Saúde, Prevenção e Qualidade de Vida	31
5.1	Promoção da saúde por meio da atividade física	
5.2	Hábitos de vida saudáveis	
5.3	Prevenção de lesões em atividades físicas	
5.4	Aquecimento	

5.5	Alongamento	
5.6	Cuidados com a prática corporal no ambiente escolar	
6	Jogos, Brincadeiras e Atividades Lúdicas	35
6.1	Atividades lúdicas	
6.2	Jogos educativos	
6.3	Jogos cooperativos	
6.4	Jogos recreativos	
6.5	Brincadeiras tradicionais	
6.6	Jogos pré-desportivos	
7	Esportes Coletivos	9
7.1	Futebol	
7.2	Futsal	
7.3	Basquetebol	
7.4	Handebol	
7.5	Voleibol	
7.6	Fundamentos técnicos dos esportes coletivos	
7.7	Regras básicas das principais modalidades coletivas	
7.8	Trabalho em equipe	
7.9	Espírito esportivo	
8	Esportes Individuais e Outras Práticas Corporais	46
8.1	Atletismo	
8.2	Ginástica	
8.3	Outras modalidades individuais	
8.4	Fundamentos básicos das práticas individuais	
8.5	Regras básicas das principais modalidades individuais	
9	Ginástica, Ritmo, Dança e Expressão Corporal	50
9.1	Ginástica escolar	
9.2	Ginástica geral	
9.3	Atividades rítmicas e expressivas	
9.4	Dança na escola	
9.5	Expressão corporal	
9.6	Vivências corporais e criatividade	
10	Planejamento e Organização das Aulas de Educação Física	54
10.1	Planejamento de aulas de Educação Física	
10.2	Objetivos, conteúdos e metodologias	

10.3	Organização de atividades físicas em ambiente escolar	
10.4	Uso de materiais e equipamentos esportivos na escola	
10.5	Organização de torneios e atividades esportivas escolares	
11	Avaliação em Educação Física	58
11.1	Avaliação do desempenho motor dos alunos	
11.2	Critérios e instrumentos de avaliação	
11.3	Avaliação formativa	
11.4	Acompanhamento do desenvolvimento dos estudantes	
11.5	Registro e análise do progresso motor	
12	Educação Física Adaptada e Inclusão	62
12.1	Educação física adaptada	
12.2	Inclusão nas atividades físicas	
12.3	Adequações metodológicas e pedagógicas	
12.4	Participação de estudantes com diferentes necessidades	
12.5	Diversidade e acessibilidade nas aulas	
13	Cultura Corporal e Trabalho Pedagógico	66
13.1	Cultura corporal do movimento	
13.2	Integração entre prática corporal e formação humana	
13.3	Trabalho em equipe	
13.4	Cooperação e convivência	
13.5	Formação de valores por meio das práticas corporais	
14	Fundamentos da Avaliação da Aprendizagem	70
14.1	Conceito de avaliação da aprendizagem	
14.2	Funções da avaliação	
14.3	Instrumentos avaliativos	
14.4	Avaliação diagnóstica, formativa e somativa	
14.5	Avaliação mediadora	
15	Currículo Escolar e Planejamento de Ensino	74
15.1	Currículo escolar	
15.2	Planejamento de ensino	
15.3	Projeto Político-Pedagógico	
15.4	Organização do trabalho pedagógico	
15.5	Articulação entre currículo, ensino e avaliação	
16	Desenvolvimento Cognitivo e Teorias da Aprendizagem	78
16.1	Desenvolvimento cognitivo em Jean Piaget	

16.2	Desenvolvimento sociocultural da aprendizagem em Lev Vygotsky	
16.3	Teorias da aprendizagem	
16.4	Construtivismo na educação em Emília Ferreiro	
16.5	Psicologia da educação	
17	Didática e Organização do Ensino	82
17.1	Didática	
17.2	Organização do ensino	
17.3	Contribuições de José Carlos Libâneo	
17.4	Métodos e estratégias de ensino	
17.5	Relação entre ensino, aprendizagem e mediação pedagógica	
18	Educação Crítica, Pedagogia e Emancipação	86
18.1	Educação e pedagogia crítica em Paulo Freire	
18.2	Tendências pedagógicas na educação brasileira em Dermeval Saviani	
18.3	Educação como prática social	
18.4	Formação crítica e emancipadora	
18.5	Relação entre escola, sociedade e transformação social	
19	Educação Inclusiva e Diversidade	90
19.1	Educação inclusiva	
19.2	Diversidade no contexto escolar	
19.3	Atendimento às diferenças	
19.4	Práticas pedagógicas inclusivas	
19.5	Equidade e participação de todos os estudantes	
20	Gestão Democrática e Organização da Escola	94
20.1	Gestão democrática da escola	
20.2	Participação da comunidade escolar	
20.3	Organização coletiva do trabalho escolar	
20.4	Tomada de decisões na escola	
20.5	Relação entre gestão e qualidade da educação	
21	Interdisciplinaridade e Trabalho Pedagógico	98
21.1	Interdisciplinaridade na educação em Ivani Fazenda	
21.2	Trabalho pedagógico interdisciplinar	
21.3	Integração entre áreas do conhecimento	
21.4	Projetos integradores	
21.5	Articulação entre conteúdos escolares	
22	Legislação Educacional Brasileira e Políticas Públicas	102

22.1	Legislação educacional brasileira	
22.2	Políticas públicas educacionais	
22.3	Direitos e deveres na educação	
22.4	Organização legal da educação básica	
22.5	Normas que orientam o trabalho docente	
23	Tecnologias Educacionais e Inovação Pedagógica	106
23.1	Tecnologias educacionais no processo de ensino-aprendizagem	
23.2	Recursos digitais na prática pedagógica	
23.3	Mediação tecnológica	
23.4	Inovação no ensino	
23.5	Uso pedagógico de ferramentas tecnológicas	
24	Projeto Político-Pedagógico e Identidade da Escola	110
24.1	Conceito de Projeto Político-Pedagógico	
24.2	Construção coletiva do PPP	
24.3	Finalidades e princípios do PPP	
24.4	Relação entre PPP, currículo e gestão	
24.5	PPP como instrumento de organização escolar	

Você está diante de um material preparado para apoiar sua preparação para o cargo de **Professor de Educação Física de Altos, Piauí** 🏃📖. Na Pedagogoflix, este Ebook reúne os conteúdos de **Conhecimentos Profissionais** e **Conhecimentos Pedagógicos**, organizados de modo objetivo para fortalecer sua compreensão dos temas previstos e tornar sua revisão mais estratégica. ✦

A abordagem parte dos fundamentos da Educação Física escolar, da cultura corporal do movimento e do desenvolvimento motor na infância e na adolescência. Você encontrará conteúdos sobre coordenação, habilidades motoras, capacidades físicas, condicionamento, anatomia, fisiologia do exercício, saúde, prevenção de lesões, aquecimento e alongamento. Também serão contemplados jogos, brincadeiras, atividades lúdicas, esportes coletivos e individuais, ginástica, dança, ritmo e expressão corporal ⚽🏹🎯.

O material também aborda o planejamento e a organização das práticas corporais no ambiente escolar, o uso de materiais e equipamentos, a realização de atividades esportivas, a avaliação do desempenho motor e a Educação Física adaptada. Com atenção à inclusão, à acessibilidade, ao trabalho em equipe, à cooperação e ao espírito esportivo, você poderá relacionar os conhecimentos específicos à formação humana e à participação de todos os estudantes. 🧑🏻‍🦽👉

Na dimensão pedagógica, você revisará avaliação da aprendizagem, currículo, planejamento de ensino, Projeto Político-Pedagógico, didática, teorias da aprendizagem e contribuições de Jean Piaget, Lev Vygotsky, José Carlos Libâneo, Paulo Freire, Dermeval Saviani, Ivani Fazenda, Emília Ferreiro e Jussara Hoffmann. **Estude com constância, conecte os conceitos e avance com segurança** rumo ao seu objetivo. ✓

Fundamentos da Educação Física Escolar

Conceito e objetivos da Educação Física escolar



A Educação Física escolar é componente curricular que tematiza a **cultura corporal do movimento** ✦: jogos, esportes, danças, lutas, ginásticas e práticas corporais.

Seus objetivos envolvem desenvolver autonomia, consciência corporal, cooperação, respeito à diversidade, saúde e participação crítica. Não se restringe ao rendimento técnico 🏃 ; promove experiências inclusivas, prazerosas e significativas, adequadas às fases do desenvolvimento dos estudantes.

Questão 1. (Pedagogoflix 2026) A Educação Física escolar, ao tematizar a cultura corporal do movimento, deve priorizar:

- a) O rendimento técnico e a seleção dos mais habilidosos.
- b) A preparação exclusiva para competições esportivas.
- c) A repetição de exercícios físicos sem reflexão crítica.
- d) Experiências inclusivas, significativas e adequadas ao desenvolvimento dos estudantes.
- e) A substituição de jogos e danças por treinamentos especializados.

Resposta: d

A Educação Física escolar não se limita ao desempenho técnico; ela promove autonomia, cooperação, consciência corporal, respeito à diversidade, saúde e participação crítica.

Valorização da cultura corporal do movimento

A cultura corporal do movimento reúne práticas construídas socialmente: jogos, danças, lutas, ginásticas, esportes e brincadeiras. Na escola, seu ensino ultrapassa a execução técnica: promove compreensão crítica, fruição, saúde, cooperação e respeito às diferenças. ⚽ 🏃

O professor deve valorizar saberes locais, manifestações afro-brasileiras, indígenas e populares, garantindo participação inclusiva. Assim, o movimento torna-se linguagem, identidade e direito cultural. ✦

Questão 2. (Pedagogflix 2026) Na Educação Física escolar, valorizar a cultura corporal do movimento significa:

- a) priorizar apenas o desempenho técnico nos esportes.
- b) substituir jogos e brincadeiras por treinos físicos padronizados.
- c) ensinar práticas corporais como linguagem, identidade e direito cultural, com inclusão e respeito às diferenças.
- d) restringir o ensino às modalidades esportivas mais populares.
- e) evitar manifestações locais para garantir conteúdos universais.

Resposta: c

A cultura corporal envolve práticas socialmente construídas e deve ser ensinada de modo crítico, inclusivo e respeitoso, valorizando saberes locais e diferentes manifestações culturais.

Educação Física no contexto da escola

A Educação Física integra a formação humana ao abordar a **cultura corporal do movimento** 🏃 ⚽ 🤸 . Na escola, promove aprendizagem motora, saúde, convivência, autonomia e pensamento crítico. As aulas devem ser *planejadas, inclusivas e diversificadas*, contemplando jogos, esportes, danças, lutas, ginásticas e brincadeiras. ✦ O professor assegura participação equitativa, respeita diferenças e relaciona práticas corporais à realidade sociocultural dos estudantes.

Questão 3. (Pedagogflix 2026) Uma Educação Física escolar coerente com a formação humana deve:

- a) planejar práticas corporais inclusivas, diversificadas e relacionadas à realidade sociocultural da turma.
- b) restringir-se ao ensino técnico de modalidades esportivas.
- c) selecionar atividades sem considerar o contexto dos estudantes.
- d) priorizar apenas o desempenho esportivo dos mais habilidosos.
- e) substituir jogos e brincadeiras por treinamentos físicos padronizados.

Resposta: a

A Educação Física escolar deve abordar a cultura corporal do movimento de modo planejado, inclusivo e diversificado, assegurando participação equitativa e relação com a realidade dos estudantes.

Função educativa, social e formativa da disciplina

A Educação Física integra a formação humana ao abordar a cultura corporal: jogos, esportes, danças, lutas, ginásticas e brincadeiras. Sua função educativa desenvolve conhecimentos, atitudes e autonomia; a social promove convivência, cooperação, respeito às diferenças e participação democrática; a formativa favorece dimensões motoras, cognitivas, afetivas e éticas. 🏐👉

As práticas devem ser inclusivas, críticas e seguras, valorizando culturas locais e combatendo discriminações. O aluno não apenas executa movimentos: compreende regras, cuida da saúde, resolve problemas e constrói cidadania. ✨

Questão 4. (Pedagogflix 2026) Uma prática de Educação Física coerente com suas funções educativa, social e formativa deve:

- a) priorizar apenas o desempenho motor dos alunos mais habilidosos.
- b) restringir-se à execução técnica de esportes e ginásticas.
- c) valorizar somente modalidades esportivas competitivas.
- d) separar os alunos conforme suas habilidades para evitar conflitos.
- e) promover práticas inclusivas, críticas e seguras, com cooperação, autonomia e respeito às diferenças.

Resposta: e

A Educação Física escolar integra cultura corporal, autonomia, convivência democrática e desenvolvimento motor, cognitivo, afetivo e ético, combatendo discriminações.

Organização da prática pedagógica em Educação Física

A prática pedagógica organiza-se por objetivos de aprendizagem, conteúdos da cultura corporal, metodologias participativas e avaliação contínua. ✨ O professor considera faixa etária, experiências prévias, segurança, inclusão e recursos disponíveis.

O planejamento articula sequência didática: **diagnóstico → vivências → reflexão → retomada → avaliação**. Jogos, esportes, danças, lutas, ginásticas e práticas corporais devem favorecer autonomia, cooperação, respeito às diferenças e participação de todos. 🏆👏

Questão 5. (Pedagogflix 2026) Na organização da prática pedagógica em Educação Física, qual sequência didática melhor orienta o planejamento?

- a) Avaliação → vivências → diagnóstico → reflexão → retomada
- b) Vivências → diagnóstico → avaliação → retomada → reflexão
- c) Diagnóstico → vivências → reflexão → retomada → avaliação
- d) Reflexão → avaliação → vivências → diagnóstico → retomada
- e) Retomada → diagnóstico → vivências → avaliação → reflexão

Resposta: c

O planejamento parte do diagnóstico da turma, propõe vivências, promove reflexão e retomada das aprendizagens, culminando em avaliação contínua.