

PEDAGOFLEX

— E-BOOKS —

SEDUC/AL

Conhecimentos Específicos de Educação Física

Resumo

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

37

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

DÊ UM PLAY NA SUA
APROVAÇÃO!



PROFESSOR ALONSO

CONHEÇA A PEDAGOFLEX

A MAIOR PLATAFORMA DE PEDAGOGIA DO BRASIL



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: com mais de 1.000 videoaulas, conteúdos organizados, aulas atualizadas e uma metodologia objetiva, pensada para facilitar o aprendizado e potencializar os resultados.
(WWW.PEDAGOFLEX.COM.BR)

Plataforma de Questões: o maior site de questões de pedagogia do Brasil, com mais de 100.000 questões comentadas, ideal para treinar, revisar conteúdos, testar conhecimentos e evoluir com mais segurança para a prova.
(WWW.QUESTOES.PEDAGOFLEX.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: Temos planos a partir de **R\$ 19,90 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.
(WWW.LOJA.PEDAGOFLEX.COM.BR)

PARTICIPE DOS NOSSOS GRUPOS

GRATUITOS DO WHATSAPP



A Pedagogflix conta com **grupos gratuitos no WhatsApp para todos os Estados do Brasil!**

Temos um grupo de estudos para cada Estado, facilitando o acesso a informações relevantes e oportunidades mais próximas da sua realidade.

Nesses grupos, você recebe avisos sobre concursos, informações sobre editais, novidades importantes da área da educação, além de conteúdos que fortalecem a sua preparação no dia a dia.

Além disso, compartilhamos aulas, dicas, macetes de prova, simulados, materiais de apoio, conteúdos disponíveis na plataforma e eBooks que podem auxiliar diretamente na sua jornada de estudos.

É um espaço pensado para manter você bem informado, mais preparado e sempre um passo à frente na sua caminhada rumo à aprovação.

Entre no grupo do seu Estado e acompanhe gratuitamente conteúdos e informações que podem fazer a diferença na sua preparação.

WWW.LOJA.PEDAGOFlix.COM.BR/GRUPOSWhatsApp



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).

Sumário

1	Histórico da Educação Física	10
1.1	Histórico da educação física	
1.2	Aspectos sócio-históricos da educação física	
2	Educação Física como Linguagem e Cultura	12
2.1	Educação física enquanto linguagem	
2.2	Cultura e educação física	
2.3	Cultura corporal e cultura corporal do movimento	
2.4	Práticas corporais	
3	Fundamentos Didático-Pedagógicos da Educação Física	16
3.1	Fundamentos didático-pedagógicos da educação física	
3.2	Processo ensino aprendizagem na educação física	
3.3	Construindo competências e habilidades em educação física	
3.4	Avaliação em educação física	
4	Atividade Física, Saúde e Desenvolvimento Humano	20
4.1	Atividade física e saúde	
4.2	Crescimento e desenvolvimento	
4.3	Aspectos da aprendizagem motora	
5	Competição, Cooperação e Contexto Escolar	23
5.1	Aspectos da competição e cooperação no cenário escolar	
6	Esportes na Educação Física Escolar	25
6.1	Esporte	
6.2	Educação olímpica	
6.3	Esportes coletivos	
6.4	Esportes individuais	
6.5	Esportes de aventura	
6.6	Esportes de raquete	
6.7	Esportes de taco	
7	Brincadeiras e Jogos	31
7.1	Brincadeiras	

7.2 Jogos populares	
7.3 Jogos digitais	
7.4 Jogos de matrizes africanas	
7.5 Jogos de matrizes indígenas	
8 Danças e Aprendizagem Criativa	35
8.1 Criação e aprendizagem em danças	
8.2 Aspectos socioculturais das danças	
9 Jogos de Oposição e Lutas	37
9.1 Jogos de oposição e lutas	
9.2 Lutas de matrizes indígenas	
9.3 Lutas de matrizes africanas	
9.4 Lutas de curta distância	
9.5 Lutas de média distância	
9.6 Lutas de longa distância	
9.7 Práticas de lutas e ensino de valores	
9.8 Aspectos socioculturais das lutas	
10 Base Nacional Comum Curricular em Educação Física	43
10.1 Aspectos da Base Nacional Comum Curricular para o componente curricular de educação física	

Seja bem-vindo à **Pedagoflix** ✦ Este ebook resumo de **Conhecimentos Específicos de Educação Física** foi pensado para ajudar você a estudar de forma objetiva, estratégica e alinhada ao **EDITAL Nº 1 – SEDUC/AL, DE 28 DE MAIO DE 2026**. Aqui, o foco está nos pontos centrais da disciplina, com seleção direcionada do que costuma aparecer com mais frequência nas provas, para que você avance com mais segurança, clareza e rendimento ✧

Ao longo deste material, você vai revisar o **histórico da educação física** e seus **aspectos sócio-históricos**, além da **educação física enquanto linguagem**, da relação entre **cultura e educação física**, da **cultura corporal e cultura corporal do movimento** e das **práticas corporais**. Também terá contato com os **fundamentos didático-pedagógicos da educação física**, o **processo ensino aprendizagem**, a construção de **competências e habilidades** e a **avaliação em educação física**, temas que costumam ser muito valorizados em concursos ✦

Você ainda encontrará os conteúdos de **atividade física e saúde, crescimento e desenvolvimento** e **aspectos da aprendizagem motora**, além da relação entre **competição e cooperação no cenário escolar**. O ebook também percorre os principais blocos de práticas da área, como **esporte, educação olímpica, esportes coletivos, esportes individuais, esportes de aventura, esportes de raquete e esportes de taco**, sem deixar de lado **brincadeiras, jogos populares, jogos digitais, jogos de matrizes africanas e jogos de matrizes indígenas** ✧

Além disso, você revisará **criação e aprendizagem em danças, aspectos socioculturais das danças, jogos de oposição e lutas, lutas de matrizes indígenas, lutas de matrizes africanas, lutas de curta, média e longa distância, práticas de lutas e ensino de valores, aspectos socioculturais das lutas** e os **aspectos da Base Nacional Comum Curricular para o componente curricular de educação física**. Em geral, concursos da área de Educação cobram com bastante atenção os fundamentos pedagógicos, a dimensão cultural da educação física, a organização das práticas corporais e a Base Nacional Comum Curricular. Por isso, este resumo foi estruturado para que você identifique o que é mais relevante, organize sua revisão e chegue à prova mais preparado ★

Histórico da Educação Física

Histórico da educação física



A **Educação Física** surgiu ligada à sobrevivência, à guerra e aos rituais ✦. Na **Antiguidade**, destacou-se na Grécia, com ideal de formação integral, e em Roma, com caráter militar. Na **Idade Média**, perdeu espaço. No **século XIX**, ganhou bases científicas e métodos ginásticos europeus. No **Brasil**, entrou na escola com influência militar, higienista e médica ▴. Depois, incorporou esporte, psicomotricidade, cultura corporal e inclusão ♣, consolidando-se como componente curricular voltado à formação crítica,

cidadã e integral.

Questão 1. (Pedagogoflix 2026) Considerando o histórico da Educação Física, qual alternativa resume corretamente sua trajetória até consolidar-se como componente curricular?

- a) Surgiu apenas no século XIX, ligada exclusivamente aos métodos ginásticos europeus.
- b) Na Antiguidade, teve pouca relevância, e no Brasil entrou na escola sem influência militar ou médica.
- c) Desde a Idade Média, manteve-se voltada principalmente à cultura corporal e à inclusão.
- d) Iniciou-se com foco esportivo, perdeu espaço na Grécia e consolidou-se apenas como prática recreativa.
- e) Surgiu ligada à sobrevivência, à guerra e aos rituais; destacou-se na Grécia e em Roma; perdeu espaço na Idade Média; no século XIX ganhou bases científicas; e, no Brasil, passou por influências militar, higienista e médica até ampliar-se para formação crítica, cidadã e integral.

Resposta: e

A alternativa e sintetiza corretamente o percurso histórico da Educação Física, desde

suas origens até sua consolidação escolar com enfoque formativo e integral.

Aspectos sócio-históricos da educação física

A Educação Física reflete cada contexto histórico ♦. Na Antiguidade, vinculou-se à guerra, à saúde e à formação corporal. No Brasil, ganhou força com influências **higienistas, militaristas e eugenistas**, priorizando disciplina e controle social. Depois, o **esportivismo** valorizou rendimento e competição. Com a redemocratização, emergiram abordagens críticas ♣, entendendo o corpo como construção *social, cultural e política*. Hoje, busca formação integral, inclusão, cidadania e valorização da cultura corporal ✨.

Questão 2. (Pedagogflix 2026) Considerando os aspectos sócio-históricos da Educação Física, qual alternativa expressa a mudança ocorrida com a redemocratização?

- a) Retomada exclusiva da preparação para a guerra e para o combate.
- b) Prioridade absoluta ao rendimento esportivo e à competição.
- c) Redução da Educação Física à disciplina corporal higienista.
- d) Predomínio de perspectivas eugenistas voltadas ao controle social.
- e) Fortalecimento de abordagens críticas, compreendendo o corpo como construção social, cultural e política.

Resposta: e

Com a redemocratização, a Educação Física passou a incorporar abordagens críticas, superando visões restritas de controle e rendimento e reconhecendo o corpo em sua dimensão social, cultural e política.