

PEDAGOFLEX

— E-BOOKS —

Barcarena/PA

Conhecimentos Específicos - Educação Física

Resumo

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

97

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!

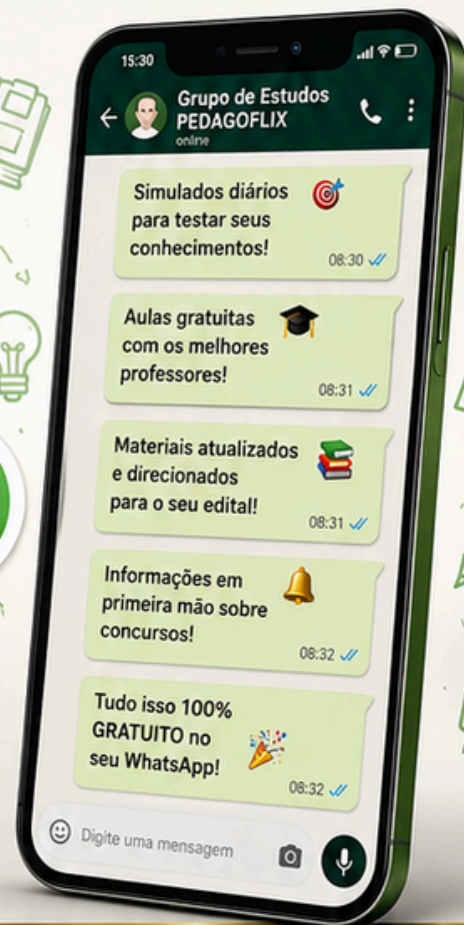
DENUNCIE: WHASTAPP 81 9787-9819

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



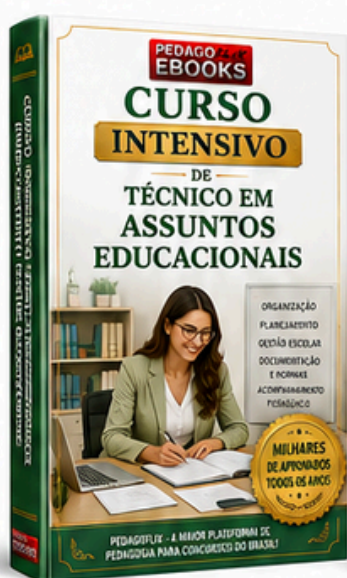
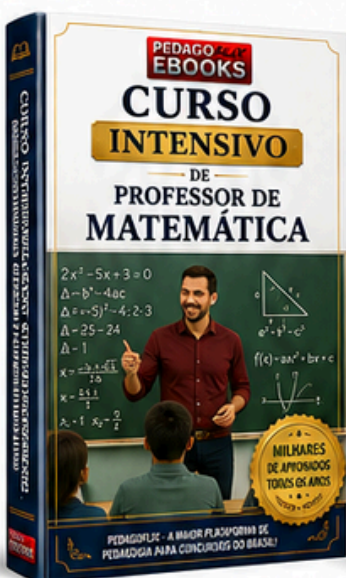
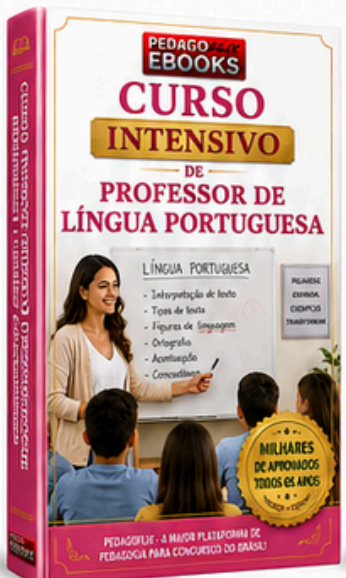
ESTUDE ONDE QUISER



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



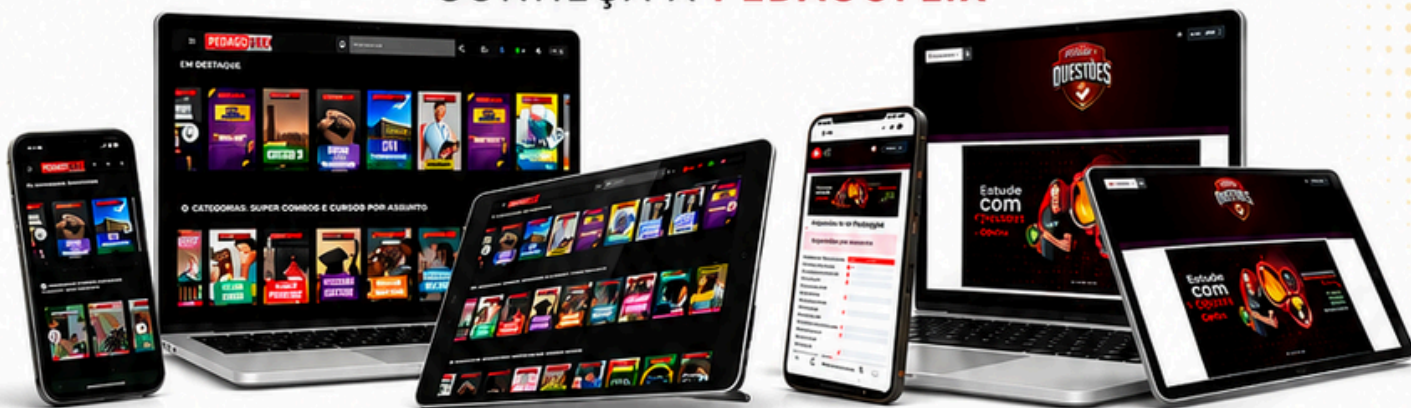
www.loja.pedagoflix.com.br/ebooks



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	12
1.1	Educação Física e Educação	
1.2	Educação Física e Ciência da Motricidade Humana	
1.3	Aprendizagem e Desenvolvimento Motor	
1.4	Desenvolvimento Humano	
1.5	Educação Física e Cultura Corporal	
1.6	Educação Física e Esporte Escolar	
1.7	Educação Física e Saúde e Qualidade de Vida	
1.8	Educação Física e Cidadania	
2	História da Educação Física	12
2.1	Origem e evolução da Educação Física	
2.2	Principais marcos históricos da Educação Física escolar	
2.3	Influências sociais, culturais e políticas na constituição da área	
3	Tendências Pedagógicas da Educação Física na Escola	22
3.1	Tendência desenvolvimentista	
3.2	Tendência construtivista	
3.3	Tendência crítico emancipatória	
3.4	Concepção de aulas abertas	
3.5	Tendência da aptidão física	
3.6	Tendência crítico-superadora	
4	Abordagens Pedagógicas para o Ensino da Educação Física	27
4.1	Conceitos e fundamentos das abordagens pedagógicas	
4.2	Principais abordagens do ensino da Educação Física	
4.3	Relação entre abordagem pedagógica e prática docente	
4.4	Planejamento de aulas segundo diferentes abordagens	
5	Ludicidade, Lazer e Recreação Escolar	30
5.1	A ludicidade na Educação Física	
5.2	Lazer e recreação escolar	
5.3	Jogos	
5.4	Brinquedos	
5.5	Brincadeiras	

6	Conteúdos e Metodologia da Educação Física Escolar	34
6.1	Jogo	
6.2	Esporte	
6.3	Ginástica	
6.4	Lutas	
6.5	Atividades rítmicas	
6.6	Seleção e organização dos conteúdos	
6.7	Metodologias de ensino na Educação Física escolar	
7	Experiências Prático-Teóricas e Desenvolvimento Integral	39
7.1	Experiências cognitivas	
7.2	Experiências sociais	
7.3	Experiências afetivas	
7.4	Competição	
7.5	Cooperação	
7.6	Sociabilização	
8	Educação Física e Educação Inclusiva	43
8.1	Princípios da educação inclusiva	
8.2	Adaptações pedagógicas nas aulas de Educação Física	
8.3	Participação de todos os estudantes nas atividades	
8.4	Barreiras e possibilidades de inclusão	
9	Educação Física Especial e Atendimento a Grupos Especiais	12
9.1	Educação Física Especial	
9.2	Deficiências e formas de trabalho nas escolas	
9.3	Educação Física escolar para gestantes	
9.4	Educação Física escolar para idosos	
9.5	Educação Física escolar para hipertensos	
9.6	Educação Física escolar para diabéticos	
9.7	Educação Física escolar para pessoas com obesidade	
10	Parâmetros Curriculares Nacionais e Educação Física para a Educação Básica	52
10.1	Fundamentos dos Parâmetros Curriculares Nacionais	
10.2	Educação Física na Educação Básica	
10.3	Objetivos, conteúdos e orientações metodológicas	
10.4	Relação entre currículo e prática pedagógica	
11	Base Nacional Comum Curricular e Educação Física	55
11.1	Aspectos específicos da Educação Física na Base Nacional Comum Curricular	

11.2	Unidades temáticas da Educação Física	
11.3	Objetos de conhecimento	
11.4	Habilidades e competências	
11.5	Organização curricular da Educação Física	
12	Avaliação em Educação Física Escolar	12
12.1	Conceitos e funções da avaliação	
12.2	Instrumentos de avaliação	
12.3	Critérios avaliativos	
12.4	Avaliação formativa e somativa	
12.5	Avaliação da aprendizagem em Educação Física	
13	Socorros de Urgência Aplicados à Educação Física	63
13.1	Noções básicas de primeiros socorros	
13.2	Atendimento inicial em situações de emergência	
13.3	Lesões mais comuns nas aulas de Educação Física	
13.4	Cuidados e procedimentos de segurança	
14	Organização, Administração e Gestão da Educação Física e Eventos Esportivos	66
14.1	Planejamento e organização das aulas	
14.2	Administração de materiais e espaços	
14.3	Gestão da Educação Física escolar	
14.4	Organização de eventos esportivos	
14.5	Planejamento, execução e avaliação de eventos	
15	Dimensões Biológicas e Fisiológicas do Corpo Aplicadas à Prática de Atividades Físicas	70
15.1	Estruturas e funções do corpo humano	
15.2	Adaptações fisiológicas ao exercício	
15.3	Capacidades físicas	
15.4	Respostas orgânicas à atividade física	
15.5	Cuidados biológicos na prática corporal	
16	Anatomia Básica	12
16.1	Ossos	
16.2	Músculos	
16.3	Articulações	
16.4	Estruturas anatômicas relacionadas ao movimento	
17	Planos e Eixos de Movimentos	12
17.1	Plano sagital	
17.2	Plano frontal	

- 17.3** Plano transversal
- 17.4** Eixo longitudinal
- 17.5** Eixo transversal
- 17.6** Eixo sagital
- 17.7** Movimentos corporais nos diferentes planos e eixos
- 18** Educação Física na Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional 12
 - 18.1** Educação Física na Lei número 9.394 de 1996
 - 18.2** Obrigatoriedade e organização da disciplina
 - 18.3** Direitos e deveres no contexto escolar
 - 18.4** Relação da Educação Física com a legislação educacional
- 19** Ética Profissional 12
 - 19.1** Princípios éticos na atuação docente
 - 19.2** Responsabilidade profissional
 - 19.3** Relação ética com estudantes e comunidade escolar
 - 19.4** Conduta profissional na Educação Física

Seja bem-vindo à **Pedagoflix** ✦ Neste Ebook Resumo de **Conhecimentos Específicos de Professor Licenciatura Plena - Educação Física**, você terá um material pensado para tornar sua preparação mais objetiva, estratégica e alinhada ao edital **PMB/SEMED 1/2026**, de Barcarena. A proposta é ajudar você a revisar os pontos centrais da disciplina com foco no que mais costuma aparecer nas provas, sem perder de vista a compreensão dos conceitos fundamentais que estruturam a atuação docente na Educação Física escolar ✓

Aqui, o estudo foi organizado a partir dos temas mais relevantes do edital, com destaque para os fundamentos da Educação Física, sua relação com a educação, a ciência da motricidade humana, a aprendizagem e o desenvolvimento motor, o desenvolvimento humano, a cultura corporal, o esporte escolar, a saúde, a qualidade de vida e a cidadania. Você também encontrará uma síntese sobre a história da Educação Física, as tendências pedagógicas e as abordagens de ensino, além de ludicidade, lazer, recreação, jogos, brinquedos, brincadeiras, conteúdos escolares como jogo, esporte, ginástica, lutas e atividades rítmicas, sempre com atenção à seleção e organização dos conteúdos e às metodologias de ensino ◇

O ebook também contempla temas muito cobrados em concursos, como educação inclusiva, educação física especial e atendimento a grupos especiais, Parâmetros Curriculares Nacionais, Base Nacional Comum Curricular, avaliação em Educação Física escolar, primeiros socorros, organização e gestão da Educação Física e de eventos esportivos. Além disso, você revisará conteúdos ligados às dimensões biológicas e fisiológicas do corpo, anatomia básica, planos e eixos de movimentos, bem como a presença da Educação Física na Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional e os princípios da ética profissional. Esses tópicos costumam ser exigidos tanto em questões conceituais quanto em enunciados que relacionam prática pedagógica, legislação e organização curricular ▀

Ao longo deste Ebook Resumo, você poderá direcionar sua atenção para aquilo que a banca tende a valorizar mais: **fundamentos da área, tendências e abordagens pedagógicas, inclusão, documentos curriculares, avaliação, legislação, primeiros socorros e ética profissional**. Esses pontos aparecem com frequência porque articulam teoria, prática docente e responsabilidade educacional. Siga com confiança, mantenha o foco e aproveite este material como um apoio inteligente para sua revisão ☀ Você está se preparando com estratégia, e isso faz diferença na sua caminhada rumo à aprovação.

Fundamentos da Educação Física

Educação Física e Educação



A **Educação Física** integra a **educação** ao desenvolver corpo, mente, afetividade e convivência ♦. Na escola, contribui para formação *integral*, autonomia, saúde, criticidade e participação social. Valoriza cultura corporal, jogos, esportes, danças, lutas e ginásticas ✱. Em concursos, destaca-se sua função pedagógica: incluir, respeitar diferenças, promover cidadania, ética e aprendizagem significativa, articulando movimento, conhecimento e desenvolvimento humano ♣.

Questão 1. (Pedagogoflix 2026) Na perspectiva apresentada, qual aspecto melhor expressa a função pedagógica da Educação Física na escola?

- a) Priorizar apenas o rendimento esportivo e a competição.
- b) Atuar na formação integral, promovendo inclusão, cidadania, autonomia e aprendizagem significativa.
- c) Restringir-se ao desenvolvimento motor, sem articulação com valores e conhecimento.
- d) Focar exclusivamente na saúde biológica e no condicionamento físico.
- e) Substituir outras áreas do conhecimento na formação escolar.

Resposta: b

A Educação Física escolar tem função pedagógica ampla: articula movimento, conhecimento e desenvolvimento humano, contribuindo para formação integral, inclusão e cidadania.

Educação Física e Ciência da Motricidade Humana

A **Educação Física** articula saberes biológicos, sociais, culturais e pedagógicos para compreender o **movimento humano** como linguagem, expressão e aprendizagem. Na **Ciência da Motricidade Humana**, o corpo não é máquina isolada: é sujeito histórico que sente, pensa, cria e interage ✦. Em concursos, destaca-se a superação do tecnicismo, valorizando autonomia, inclusão, ludicidade, saúde, ética e cultura corporal. A motricidade envolve intenção, consciência, emoção e contexto ✧, orientando práticas educativas críticas, integradoras e emancipadoras.

Questão 2. (Pedagogflex 2026) Na perspectiva da Ciência da Motricidade Humana, qual afirmação melhor expressa a compreensão do movimento humano na Educação Física?

- a) O movimento humano deve ser tratado como execução técnica padronizada, priorizando rendimento e repetição.
- b) O corpo é uma máquina biológica isolada, e a aprendizagem motora depende apenas de treino físico.
- c) A Educação Física deve restringir-se aos saberes biológicos, evitando dimensões sociais e culturais.
- d) A motricidade humana envolve intenção, consciência, emoção e contexto, orientando práticas críticas e emancipatórias.
- e) A superação do tecnicismo exige abandonar a cultura corporal e priorizar apenas hábitos de saúde.

Resposta: d

A alternativa correta destaca que a motricidade humana considera o sujeito de modo integral, articulando corpo, intenção, consciência, emoção e contexto em práticas educativas críticas.

Aprendizagem e Desenvolvimento Motor

A **aprendizagem motora** resulta da prática, gerando mudanças relativamente permanentes no desempenho. Já o **desenvolvimento motor** acompanha o crescimento humano, da infância à velhice, em sequência progressiva. Na Educação Física escolar, é essencial considerar *maturação*, अनुभव, motivação e contexto sociocultural. ✦ Habilidades **locomotoras, manipulativas e estabilizadoras** devem ser estimuladas com intencionalidade pedagógica. O professor avalia diferenças individuais, propõe desafios graduais e favorece autonomia, inclusão, coordenação, equilíbrio e consciência corporal. ★

Questão 3. (Pedagogflix 2026) Na Educação Física escolar, qual afirmação distingue corretamente aprendizagem motora de desenvolvimento motor?

- a) A aprendizagem motora acompanha apenas o crescimento biológico, enquanto o desenvolvimento motor depende somente da prática.
- b) A aprendizagem motora resulta da prática e gera mudanças relativamente permanentes no desempenho, enquanto o desenvolvimento motor ocorre ao longo do crescimento humano em sequência progressiva.
- c) A aprendizagem motora e o desenvolvimento motor são processos idênticos, diferenciando-se apenas pela idade do aluno.
- d) O desenvolvimento motor depende exclusivamente da motivação, e a aprendizagem motora apenas da maturação.
- e) O desenvolvimento motor ocorre apenas na infância, enquanto a aprendizagem motora termina na adolescência.

Resposta: b

A alternativa correta diferencia os conceitos centrais: aprendizagem motora está ligada à prática, e desenvolvimento motor ao processo progressivo do crescimento humano.

Desenvolvimento Humano

O **desenvolvimento humano** é contínuo e integra dimensões *motora*, cognitiva, afetiva e social. Na Educação Física, considera fases da vida, maturação, hereditariedade e ambiente ☆. A aprendizagem motora evolui com experiências, estímulos e interação ☑. É essencial respeitar ritmos individuais, inclusão, cultura corporal e condições biopsicossociais. O professor planeja práticas adequadas à faixa etária, promovendo autonomia, saúde, identidade, cooperação e desenvolvimento integral ✦.

Questão 4. (Pedagogflix 2026) Na Educação Física, qual ação docente mais condiz com a compreensão de que o desenvolvimento humano é contínuo e integra dimensões motora, cognitiva, afetiva e social?

- a) Padronizar atividades iguais para todos, sem considerar maturação e ambiente.
- b) Priorizar apenas o rendimento motor, deixando em segundo plano aspectos afetivos e sociais.
- c) Planejar práticas adequadas à faixa etária, respeitando ritmos individuais e promovendo desenvolvimento integral.
- d) Organizar aulas com foco exclusivo na hereditariedade como fator determinante da aprendizagem.

e) Restringir a participação dos alunos com mais dificuldade para manter o nível da turma.

Resposta: c

A alternativa correta destaca planejamento adequado, respeito às diferenças individuais e promoção do desenvolvimento integral, conforme a perspectiva do desenvolvimento humano na Educação Física.

Educação Física e Cultura Corporal

A **Educação Física** compreende a **cultura corporal** como produção histórica e social ✦, expressa em jogos, danças, lutas, ginásticas, esportes e brincadeiras. Na escola, seu ensino amplia repertórios, valoriza identidades e promove participação crítica ☑. O trabalho pedagógico deve superar o tecnicismo, combater exclusões e reconhecer diferenças de gênero, corpo, classe e deficiência ♿, formando sujeitos autônomos, cooperativos e conscientes do significado cultural do movimento.

Questão 5. (Pedagogflix 2026) Na perspectiva da Educação Física escolar, qual ação pedagógica melhor expressa a compreensão da cultura corporal como produção histórica e social?

- a) Priorizar apenas o rendimento técnico e a execução padronizada dos movimentos.
- b) Restringir o ensino aos esportes mais competitivos, evitando outras práticas corporais.
- c) Separar os estudantes por desempenho corporal para melhorar a eficiência das aulas.
- d) Ensinar jogos, danças, lutas, ginásticas, esportes e brincadeiras, valorizando identidades, diferenças e participação crítica.
- e) Tratar o movimento corporal como prática neutra, sem relação com contexto social e cultural.

Resposta: d

A alternativa d traduz a cultura corporal como construção histórica e social, com ensino plural, inclusivo e voltado à participação crítica dos estudantes.

Educação Física e Esporte Escolar

Na escola, a **Educação Física** não se reduz ao rendimento esportivo. Seu foco é a **formação integral** ✦, com vivências da cultura corporal, cooperação, saúde, autonomia e inclusão. O **esporte escolar** deve ser conteúdo pedagógico, adaptado à faixa etária, com

regras flexíveis, participação de todos e valorização do processo ≠ apenas do resultado. Em concursos, destaca-se a crítica à seleção precoce, ao tecnicismo e à exclusão, defendendo práticas democráticas, lúdicas, éticas e emancipadoras ★.

Questão 6. (Pedagogflix 2026) Na perspectiva da Educação Física escolar apresentada, o esporte escolar deve ser compreendido principalmente como:

- a) treino voltado ao rendimento esportivo e à seleção dos mais habilidosos
- b) prática centrada no tecnicismo e na competição como finalidade principal
- c) estratégia de exclusão dos alunos com menor desempenho motor
- d) conteúdo pedagógico adaptado à faixa etária, com participação de todos e valorização do processo
- e) atividade restrita ao resultado e à vitória nas competições

Resposta: d

O texto destaca que o esporte escolar deve ter sentido pedagógico, inclusivo e formativo, com regras flexíveis, participação de todos e valorização do processo, não apenas do resultado.

Educação Física e Saúde e Qualidade de Vida

A **Educação Física** promove **saúde integral** ✦ física, mental, social e emocional ✦ ao estimular movimento, prevenção de doenças, autonomia e hábitos ativos. Na escola, contribui para **qualidade de vida** ao desenvolver consciência corporal, alimentação equilibrada, lazer, postura, higiene e combate ao sedentarismo. Também fortalece convivência, autoestima e inclusão ♣. Em concursos, destaca-se a visão ampliada de saúde, ligada ao bem-estar, cidadania, prevenção e formação humana crítica ✧.

Questão 7. (Pedagogflix 2026) Na perspectiva apresentada, qual alternativa melhor expressa a contribuição da Educação Física escolar para a saúde e a qualidade de vida?

- a) Restringe-se ao treinamento físico e ao rendimento esportivo.
- b) Prioriza apenas a prevenção de doenças e a aptidão corporal.
- c) Atua na saúde integral, desenvolvendo consciência corporal, hábitos ativos, convivência, autoestima e formação crítica.
- d) Limita-se ao ensino de regras esportivas e da higiene corporal.
- e) Tem como foco principal a seleção de alunos com melhor desempenho motor.

Resposta: c

A resposta correta destaca a visão ampliada de saúde, envolvendo dimensões física, mental, social e emocional, além de cidadania, inclusão e qualidade de vida.

Educação Física e Cidadania

A **Educação Física** promove **cidadania** ao garantir participação, respeito e inclusão ♻️. Nas aulas, o estudante aprende regras, cooperação, diálogo, autocontrole e valorização das diferenças culturais, corporais e sociais. Também fortalece direitos humanos, ética, saúde e convivência democrática ✦. Ao problematizar competição, gênero, preconceito e acessibilidade, forma sujeitos críticos, autônomos e solidários, capazes de atuar na escola e na comunidade com responsabilidade, justiça e compromisso coletivo.

Questão 8. (Pedagogoflix 2026) Na perspectiva da Educação Física e cidadania, qual ação pedagógica mais favorece a formação de sujeitos críticos, autônomos e solidários?

- a) Priorizar apenas o rendimento físico e a seleção dos mais habilidosos
- b) Garantir participação, respeito e inclusão, problematizando diferenças e a convivência democrática
- c) Limitar as aulas ao ensino técnico das modalidades esportivas
- d) Reforçar a competição sem discutir gênero, preconceito e acessibilidade
- e) Substituir o diálogo por regras rígidas e punições frequentes

Resposta: b

A cidadania na Educação Física se fortalece quando há participação, respeito, inclusão e reflexão crítica sobre diferenças, direitos e convivência democrática.