PEDAGOFLIX

2026

PEDAGOFLIX

E-BOOKS

Várzea Grande

Conhecimentos Específicos - Educação Física

Resumo

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

76

QUESTÕES COMENTADAS



🚨 **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

A MAIOR PLATAFORMA DE
PEDAGOGIA DO BRASIL

CONHEÇA A **PEDAGOFLIX**



A Pedagoflix 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 Pedagoflix nasceu com a missão de oferecer uma preparação de alta qualidade, acessível e realmente eficiente para quem sonha com a aprovação.

Hoje, a Pedagoflix 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 Pedagoflix 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!**

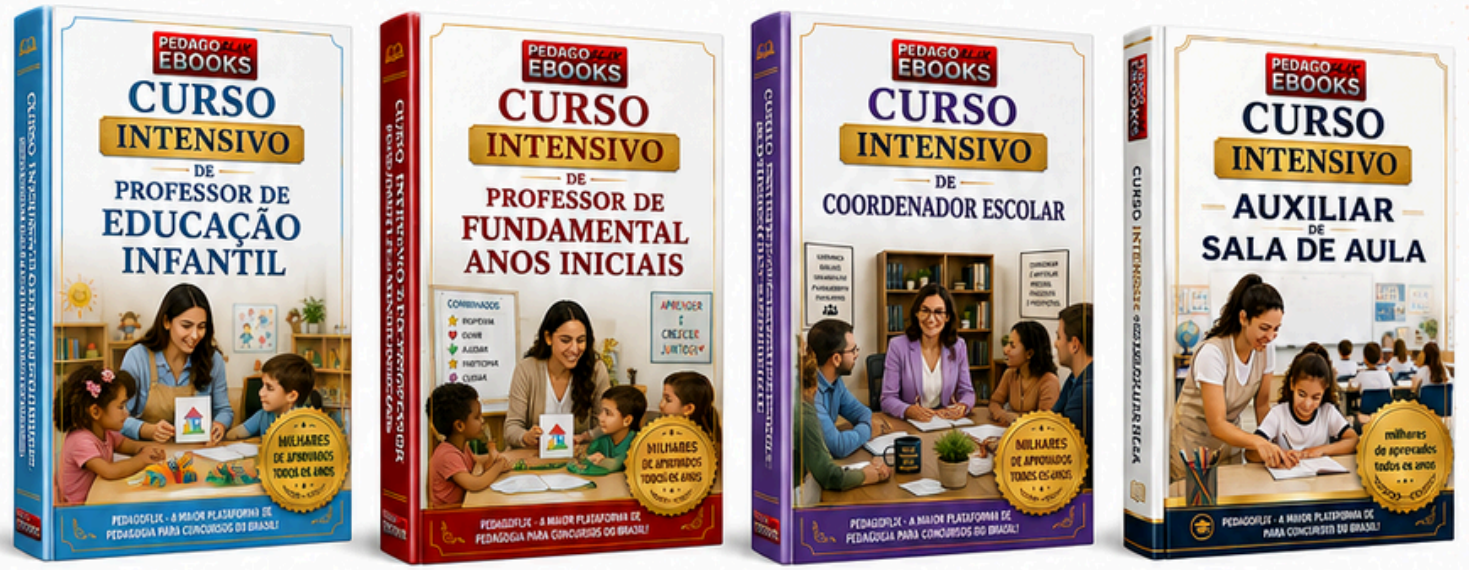
81 99787-9819

Fale conosco pelo **WhatsApp!**

PEDAGOFLIX 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

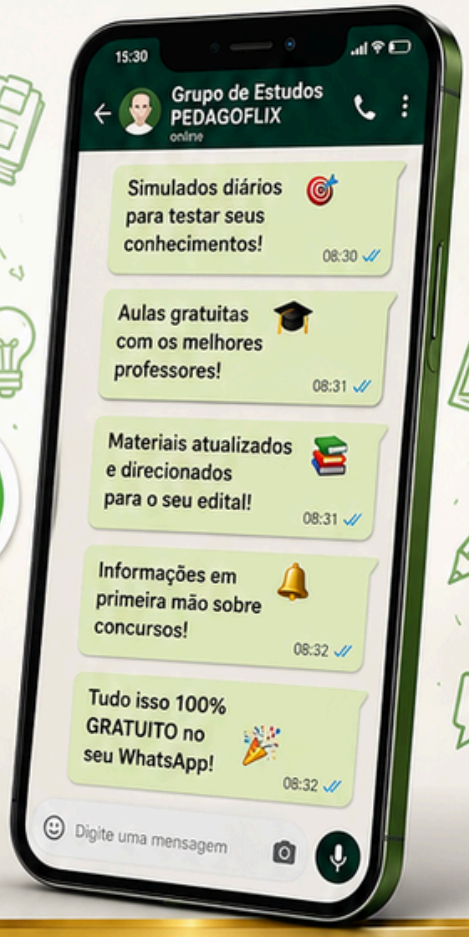
FOCO NO QUE REALMENTE CAI NAS PROVAS
Conteúdo selecionado para o que mais importa

ACESSE AGORA NOSSA LOJA DE EBOOKS

www.loja.pedagoflix.com.br/ebooks

PEDAGOFLIX

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

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 PEDAGOFLIX, 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 PEDAGOFLIX.
- 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

Você está diante do Ebook Resumo de **Conhecimentos Específicos – Educação Física**, elaborado para o edital **001/2026** da **SME de Várzea Grande**. 📚⚽ Na Pedagoflix, você encontrará uma preparação objetiva, organizada e direcionada aos temas que mais se destacam nas provas de concursos públicos da área. Este material foi pensado para apoiar você na revisão estratégica e na consolidação dos conteúdos essenciais. 🎯

O estudo percorre a **história da Educação Física no Brasil**, suas concepções e tendências pedagógicas, além de sua importância social, escolar, formativa e transformadora. Também contempla o **desenvolvimento psicomotor** e a Educação Física no desenvolvimento infantil, com atenção ao esquema corporal, lateralidade, coordenação motora, equilíbrio, estruturação espacial e temporal, habilidades motoras, movimento, aprendizagem e práticas corporais adequadas às diferentes fases do desenvolvimento. 🧠🏃

Você revisará ainda a interdisciplinaridade, o lúdico, os jogos, as brincadeiras, a criatividade, a cultura popular e o lazer como elemento pedagógico. ✦ Esses assuntos são recorrentes por relacionarem corpo, movimento, cultura, conhecimento, inclusão, cidadania, participação social e desenvolvimento integral. **A avaliação em Educação Física**, incluindo suas funções, modalidades, critérios, instrumentos e dimensões conceitual, procedimental e atitudinal, merece atenção especial na sua preparação. ✅

Por fim, o Ebook Resumo aborda a organização e a legislação do ensino da Educação Física, diretrizes curriculares, inclusão e diversidade, esportes e regras esportivas, treinamento esportivo e elaboração de plano de aula. 🏆📝 Em concursos, costumam ser muito cobrados os fundamentos e as regras das modalidades esportivas, os princípios do treinamento, a organização do trabalho pedagógico, a avaliação, a legislação e a adaptação das práticas às necessidades dos estudantes. Estude com constância, conecte os temas e avance com segurança rumo à sua aprovação! 🚀

Sumário

1 História da Educação Física no Brasil 12
- **1.1** Origem e evolução da Educação Física no Brasil
- **1.2** Principais concepções e tendências pedagógicas da Educação Física
- **1.3** A Educação Física na educação brasileira

2 Importância Social da Educação Física 15
- **2.1** A Educação Física no contexto escolar
- **2.2** A Educação Física e o lazer
- **2.3** A Educação Física na formação do indivíduo
- **2.4** A Educação Física e a transformação social
- **2.5** Inclusão, cidadania e participação social nas práticas corporais

3 Desenvolvimento Psicomotor 19
- **3.1** Conceito de desenvolvimento psicomotor
- **3.2** Esquema corporal
- **3.3** Lateralidade
- **3.4** Coordenação motora
- **3.5** Equilíbrio
- **3.6** Estruturação espacial e temporal
- **3.7** Desenvolvimento das habilidades motoras

4 Educação Física no Desenvolvimento Infantil 24
- **4.1** Características do desenvolvimento infantil
- **4.2** Desenvolvimento motor, cognitivo, afetivo e social
- **4.3** A importância do movimento na infância
- **4.4** Educação Física e aprendizagem infantil
- **4.5** Práticas corporais adequadas às diferentes fases do desenvolvimento

5 Educação Física e Interdisciplinaridade 28
- **5.1** Relações entre a Educação Física e as outras disciplinas
- **5.2** Educação Física e desenvolvimento integral
- **5.3** Projetos interdisciplinares
- **5.4** Integração entre corpo, movimento, cultura e conhecimento

6 Lúdico, Jogo, Criatividade e Cultura Popular 31
- **6.1** O lúdico no processo educativo

6.2 Conceitos e características dos jogos
6.3 Brincadeiras e desenvolvimento infantil
6.4 Criatividade nas práticas corporais
6.5 Jogos tradicionais e cultura popular
6.6 Manifestações da cultura corporal
7 Lazer como Elemento Pedagógico 35
7.1 Conceito e características do lazer
7.2 Função social e educativa do lazer
7.3 Lazer, recreação e práticas corporais
7.4 Planejamento de atividades de lazer no ambiente escolar
7.5 Lazer, inclusão e qualidade de vida
8 Avaliação em Educação Física 39
8.1 Conceitos e funções da avaliação
8.2 Avaliação diagnóstica, formativa e somativa
8.3 Critérios e instrumentos de avaliação
8.4 Avaliação do desenvolvimento motor e da aprendizagem
8.5 Avaliação das dimensões conceitual, procedimental e atitudinal
8.6 Avaliação inclusiva em Educação Física
9 Organização e Legislação do Ensino da Educação Física 44
9.1 Organização do ensino da Educação Física
9.2 Educação Física na educação básica
9.3 Princípios e objetivos do ensino da Educação Física
9.4 Legislação educacional aplicada à Educação Física
9.5 Diretrizes curriculares e documentos orientadores
9.6 Organização dos conteúdos, tempos e espaços pedagógicos
9.7 Inclusão e atendimento à diversidade nas aulas de Educação Física
10 Esportes e Regras Esportivas 49
10.1 Conhecimentos gerais sobre os esportes
10.2 Regras e fundamentos do atletismo
10.3 Regras e fundamentos do futebol
10.4 Regras e fundamentos do futsal
10.5 Regras e fundamentos do voleibol
10.6 Regras e fundamentos do basquetebol
10.7 Regras e fundamentos do handebol
10.8 Regras e fundamentos dos esportes de luta

10.9 Regras e fundamentos dos esportes individuais e coletivos

10.10 Adaptação das regras esportivas ao contexto escolar

11 Treinamento Esportivo 56

11.1 Conceito e objetivos do treinamento esportivo

11.2 Princípios do treinamento

11.3 Capacidades físicas

11.4 Força, resistência, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação

11.5 Métodos e meios de treinamento

11.6 Planejamento e periodização do treinamento

11.7 Treinamento esportivo na escola

11.8 Segurança, prevenção de lesões e limites do treinamento

12 Plano de Aula em Educação Física 62

12.1 Conceito e finalidade do plano de aula

12.2 Elementos constitutivos do plano de aula

12.3 Definição de objetivos e habilidades

12.4 Seleção e organização dos conteúdos

12.5 Metodologias e estratégias de ensino

12.6 Recursos didáticos, materiais e espaços

12.7 Desenvolvimento das atividades

12.8 Avaliação da aprendizagem

12.9 Adaptação do plano de aula às necessidades dos estudantes

12.10 Elaboração de planos de aula para diferentes faixas etárias

História da Educação Física no Brasil

Origem e evolução da Educação Física no Brasil



🏛️ A Educação Física no Brasil iniciou-se no século XIX, influenciada pelos métodos europeu, militar e médico-higienista. A ginástica visava disciplinar corpos, prevenir doenças e preparar cidadãos para o trabalho e a defesa nacional.

⚽ No século XX, o esporte ganhou centralidade, especialmente após a legislação de 1937. Durante a ditadura, predominou o rendimento e a seleção de talentos. Com a redemocratização, consolidou-se uma perspectiva crítica, cultural e inclusiva. A Constituição de 1988 reconheceu o esporte como direito social. ✦

Questão 1. (Pedagoflix 2026) Considerando a origem e a evolução histórica da Educação Física no Brasil, analise as proposições a seguir.

☐ No século XIX, a Educação Física brasileira recebeu influências europeias, militares e médico-higienistas, sendo a ginástica utilizada para disciplinar corpos, prevenir doenças e preparar cidadãos.
☐ A centralidade do esporte na Educação Física brasileira ocorreu exclusivamente com a redemocratização, pois durante a ditadura prevaleceu uma perspectiva crítica e inclusiva.
☐ A Constituição de 1988 reconheceu o esporte como direito social, em um contexto de consolidação de perspectivas mais críticas, culturais e inclusivas.

> **Resposta:** C, E, C

Principais concepções e tendências pedagógicas da Educação Física

🏃 A Educação Física brasileira transitou do **higienismo**, voltado à saúde e à disciplina corporal, e do **militarismo**, orientado por ordem, patriotismo e aptidão física, para o **esportivismo**, centrado no rendimento e na competição.

📚 A partir dos anos 1980, destacam-se concepções **crítico-superadora**, que aborda a cultura corporal; **crítico-emancipatória**, baseada na autonomia; **construtivista**, que valoriza experiências da criança; e **cultural**, que reconhece diversidade, inclusão e práticas corporais como dança, luta, jogo, esporte e ginástica. ✦

Questão 2. (Pedagoflix 2026) Considerando as principais concepções e tendências pedagógicas da Educação Física brasileira, analise as proposições a seguir.

☐ O higienismo enfatizava a saúde e a disciplina corporal, enquanto o militarismo se orientava pela ordem, pelo patriotismo e pela aptidão física.
☐ O esportivismo caracteriza-se pela valorização prioritária da autonomia dos estudantes e das experiências corporais próprias da infância.
☐ A concepção cultural reconhece a diversidade e a inclusão, abrangendo práticas corporais como dança, luta, jogo, esporte e ginástica.

> **Resposta:** C, E, C

A Educação Física na educação brasileira

🏫 A Educação Física integra a educação básica como componente curricular obrigatório, conforme a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional. Sua trajetória passou do higienismo, militarismo e esportivismo para uma concepção crítica, cultural e inclusiva.

⚽ Na escola, promove desenvolvimento corporal, cooperação, autonomia, saúde e cidadania. Os conteúdos abrangem jogos, brincadeiras, danças, lutas, ginásticas, esportes e práticas corporais de aventura, valorizando diversidade, participação e respeito às diferenças. ✦

Questão 3. (Pedagoflix 2026) Considerando a trajetória e as finalidades da Educação Física na educação brasileira, julgue as proposições a seguir.

☐ A concepção atual de Educação Física escolar mantém-se exclusivamente orientada pelos princípios do higienismo, do militarismo e do esportivismo.
☐ A Educação Física integra a educação básica como componente curricular obrigatório, conforme a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional.
☐ Jogos, danças, lutas, ginásticas, esportes e práticas corporais de aventura podem compor os conteúdos da Educação Física, favorecendo participação, respeito às diferenças e valorização da diversidade.

Resposta: E, C, C