



AVISO IMPORTANTE:

Este é um **Material de Demonstração**

Este arquivo é apenas uma amostra do conteúdo completo da Apostila.

Aqui você encontrará algumas páginas selecionadas para que possa conhecer a qualidade, estrutura e metodologia do nosso material. No entanto, **esta não é a apostila completa.**

POR QUE INVESTIR NA **APOSTILA COMPLETA?**



Conteúdo totalmente
alinhado ao edital



Teoria **clara, objetiva**
e sempre **atualizada**



Questões **gabaritadas**



Diferentes práticas que
otimizam seus estudos



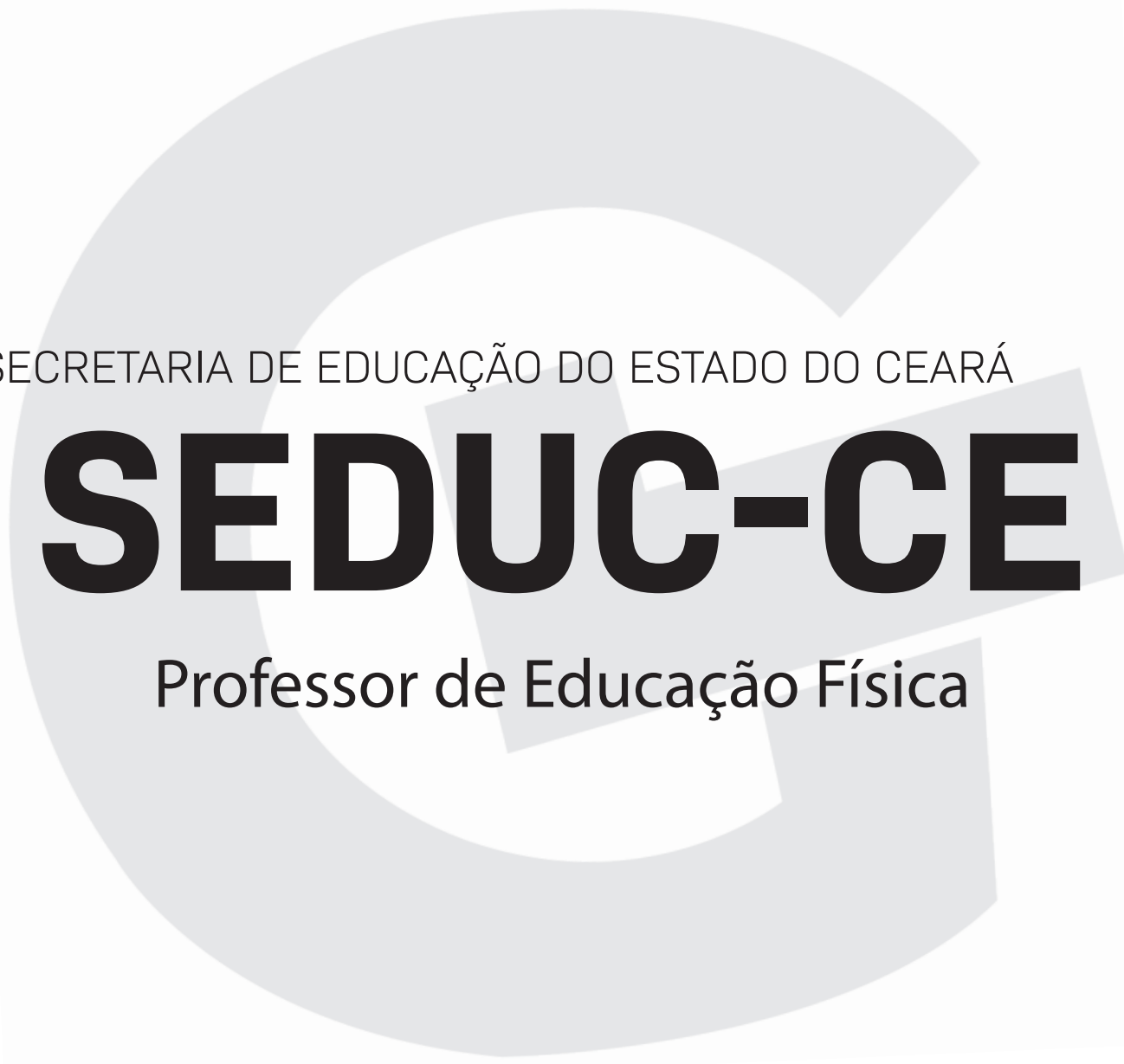
Ter o material
certo em mãos
transforma sua
preparação e
aproxima você da
APROVAÇÃO.



Garanta agora o acesso completo e
aumente suas chances de aprovação:

<https://www.editoragabaritei.com.br/>





SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DO ESTADO DO CEARÁ

SEDUC-CE

Professor de Educação Física

EDITAL Nº 014/2026

GBT-043AG-26

SUMÁRIO

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

Processo histórico e legitimação da Educação Física no currículo da Educação Básica	05
Educação Física no Ensino Médio: Definições e procedimentos	11
Base Nacional Comum Curricular (BNCC) e Documento Curricular Referencial do Ceará (DCRC) para o Ensino Médio	13
Planejamento: Objetivos e intencionalidade para as aulas de Educação Física do Ensino Médio	18
Avaliação da aprendizagem e da aptidão física para a saúde	20
Crescimento e desenvolvimento	24
Didática, metodologia, modelos e técnicas de ensino para a Educação Física no Ensino Médio	29
Habilidades motoras especializadas: desenvolvimento e aplicação	32
Letramento físico integrado às práticas pedagógicas	39
Estilos de vida ativo e promoção da saúde na escola	42
Desenvolvimento da cultura para a prática de atividade física ao longo da vida	46
Ensino baseado em competências	51
Inclusão das Pessoas com Deficiência e Neurodivergentes nas aulas de Educação Física	54
Atividade física e saúde mental	59
Pedagogia do Esporte	62
Impactos da percepção de competência motora na redução do comportamento sedentário	65
Educação Física nas Escolas de Tempo Integral: Potencial e realidade	69
Carta Internacional da Educação Física, da Atividade Física e do Esporte	73
Cultura de paz e fair play	78
Ações planejadas para o ensino dos esportes e competição em contexto escolar	81

CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS



▪ PROCESSO HISTÓRICO E LEGITIMAÇÃO DA EDUCAÇÃO FÍSICA NO CURRÍCULO DA EDUCAÇÃO BÁSICA.

Histórico da Educação Física

Compreender a história da Educação Física é fundamental para entender como essa área do conhecimento foi construída ao longo do tempo e quais foram as influências sociais, culturais, políticas e científicas que moldaram sua identidade. A Educação Física não surgiu da forma como a conhecemos atualmente. Sua trajetória está diretamente relacionada às transformações ocorridas nas diferentes sociedades e aos diversos significados atribuídos ao corpo humano em cada período histórico.

Desde as civilizações antigas, o movimento corporal esteve presente na vida das pessoas, seja como forma de sobrevivência, preparação para a guerra, prática religiosa, lazer ou educação. Com o passar dos séculos, as atividades físicas passaram a adquirir novos objetivos e significados, acompanhando as mudanças econômicas, políticas e culturais das sociedades.

Na Antiguidade, especialmente entre gregos e romanos, os exercícios físicos possuíam grande importância na formação dos cidadãos e dos soldados. Durante a Idade Média, muitas dessas práticas perderam espaço em razão das influências religiosas predominantes. Já na Idade Moderna e, principalmente, a partir do século XIX, a Educação Física passou a ser sistematizada por meio de métodos ginásticos e de estudos científicos sobre o corpo humano.

No Brasil, a história da Educação Física está ligada ao processo de formação da sociedade brasileira e às políticas educacionais implementadas ao longo do tempo. Inicialmente influenciada por concepções militares e higienistas, a área passou por diversas transformações até alcançar uma visão mais ampla, voltada para a formação integral do indivíduo, a promoção da saúde, a cultura corporal, a inclusão e o desenvolvimento da cidadania.

Atualmente, a Educação Física é reconhecida como um componente curricular obrigatório da Educação Básica e como uma importante área de atuação profissional. Seu objeto de estudo envolve as diversas manifestações da cultura corporal do movimento, como jogos, esportes, danças, lutas, ginásticas e práticas corporais de aventura.

O estudo do histórico da Educação Física permite compreender a evolução de seus objetivos, métodos e concepções pedagógicas, possibilitando uma análise crítica sobre sua importância na formação humana e na sociedade contemporânea. Além disso, esse conhecimento é frequentemente exigido em concursos públicos, especialmente aqueles voltados para a área

educacional, tornando-se um conteúdo indispensável para professores e estudantes da área.

Povos Primitivos

Nos povos primitivos a educação era essencialmente natural e predominavam as atividades vitais à sobrevivência, englobando tanto o aspecto imitativo e coparticipativo quanto o aspecto lúdico. O seu cotidiano caracterizava-se por uma exercitação intensa que marcavam de forma decisiva a vivência de movimentos corporais diversificados e necessários à superação dos obstáculos presentes na vida diária.¹

Essa educação consistia, pois, na transmissão de vivências e experiências fundamentais à sobrevivência do indivíduo e do grupo através das habilidades de caça e pesca, fuga de intempéries e proteção dos grandes animais. Ao mesmo tempo, aprendia-se também os usos e costumes, cantos, danças, rituais de adoração e, sobretudo, o uso da linguagem, que se constitui o principal instrumento educativo, de comunicação e de transmissão da cultura.

Inicialmente, pelo seu caráter nômade, as habilidades de caça e pesca e o vigor físico foram essencialmente importantes para que os povos antigos atinssem o próximo estágio na sua escalada evolutiva, a sedentarização. A vida sedentária exigiu o domínio de técnicas mais elaboradas que se concretizaram nas técnicas rudimentares da agricultura e domesticação de animais, absolutamente imprescindíveis à nova forma de organização social. Oliveira assinala que:

Em qualquer desses momentos, foi necessário o aprimoramento das habilidades físicas para a otimização de gestos e a construção de ferramentas que possibilitassem maior sucesso nas práticas de sobrevivência. A partir do instante em que o homem se sedentariza, podemos registrar o início da luta pela posse de terras.

Esses fatores (sedentarização e luta pela posse de terras) dão início a algo bastante interessante: os grupos humanos já estabelecidos em algum lugar e que, conseqüentemente, passaram a levar uma vida mais sedentária, começam a perder os embates para as hordas nômades possuidoras de maior resistência física.

Após inúmeras derrotas, os grupos sedentários passam a manter atividades físicas organizadas e constantes, cujo objetivo é a preparação para resistir aos novos possíveis ataques, estabelecendo, desse modo, o princípio desencadeador dos treinamentos físicos com finalidades específicas. Pode-se afirmar, então, que a Educação Física na antiguidade (no sentido de que privilegiava tão somente o aspecto físico) pode ser entendida como uma preparação para os embates, com caráter predominantemente militar e guerreiro.

¹ AGUIAR, O. R. B. P.; FROTA, P. R. O. *Educação Física em Questão: Resgate Histórico e Evolução Conceitual*.

Da formação do atleta à formação do guerreiro

Além da educação espontânea que caracteriza os antigos habitantes da terra, existia nos povos da antiguidade grega uma outra forma de educação: a educação dos efesos. Nesta forma de educação, os jovens eram submetidos a exercícios rigorosos longe de seus clãs. Essa espécie de ritual destinava-se a prepará-los adequadamente para as atividades guerreiras, incluindo exercícios diversificados, que pretendiam, sobretudo, disciplinar a alma, expulsar o demônio e promover a aquisição do caráter masculino próprio do guerreiro primitivo.

Sob a direção de um mago sacerdote ou de um ancião experimentado e distinto, essa iniciação era concluída com uma cerimônia de ordenação em que participam todos os membros da tribo. Era, assim, o início de uma educação profissional, embora não fosse ainda sistemática, intencional e em instituição especializada, ministrada por mestres também especializados.

A efebria ateniense, que nasceu com a finalidade de preparar para a guerra, torna-se escola também intelectual; o ginásio, destinado aos exercícios físicos a serem praticados nus, torna-se também (e depois sobretudo) lugar de exercitações culturais, e acolherá reitores e filósofos. Os dois tipos de competição, as do corpo e as da mente andam juntas. Em seguida, paulatinamente, apesar de um período de euforia da ginástica entre os séculos II e III d. C., as exercitações intelectuais terão a prevalência e a antiga unidade entre físico e intelectual estará definitivamente perdida.

Para os filósofos gregos que procuravam explicar o homem de forma dual, corpo e mente, os exercícios físicos eram essencialmente importantes, tanto para a produção da beleza física, quanto para a formação do caráter. Essa visão de homem, apesar de privilegiar o intelecto baseava-se na comunhão do corpo e do espírito, daí a relevância atribuída pelos gregos às diversas modalidades de atividades físicas. A filosofia pedagógica que orienta a educação grega tem o mérito de não divorciar a intelectual da corporal.

A civilização grega deu início a um novo tempo na história da humanidade, descobriu-se o valor humano, a individualidade, começando, efetivamente, a história da Educação Física. Nesse momento, o aspecto “atividade física” constituía uma característica fundamental na vida cultural da Grécia em todos os seus momentos. A Educação Física na Antiguidade grega em sua fase heroico-cavaleiresca, representada pelos poemas homéricos, foi concebida para formar o atleta herói, conduzindo ao bom desempenho atlético da aristocracia guerreira, estando presente nesse processo conceitos como o aretê e agonístico. De um modo geral, pode-se conceituar a Educação Física grega como um conjunto de atividades com a finalidade de desenvolver a perfeição física e os valores morais, buscando a formação do indivíduo forte, saudável, belo e virtuoso.

Falar sobre a Educação Física conduz, necessariamente, às principais cidades-estados gregas, Atenas e Esparta, especialmente pelas particularidades de ambas com relação à educação. Enquanto a característica predominante na segunda foi a de um povo rude e inculto, cuja preparação física submete toda a população jovem a uma ordem cerrada de combate numa atmosfera efetivamente política, Atenas caminhou no sentido cívico.

Em Atenas, no século VI a. C. educava-se o jovem aristocrata. A preparação guerreira estava em segundo plano. A atividade física “ginástica” era uma iniciação para os desportos elegantes e a vitória desportiva. As conquistas nos jogos constituíam um dos mais altos valores da cidade.

Enquanto Atenas consolidou o Estado do Direito, Esparta optou pelo Estado do Dever, onde tudo girava em torno do interesse coletivo e os exercícios físicos tinham caráter

predominantemente guerreiro. Esses exercícios conduziam os jovens a uma preparação militar, ao endurecimento do corpo e a disciplina cívica. A Educação Física para o povo ateniense estava voltada não apenas para o aspecto físico, mas também para a formação do caráter em que está reunida a educação moral e estética e passam a

[...] compreender tanto o cultivo do corpo, a beleza física, com o sentido moral e social. Ambos os aspectos predominam aqui sobre o intelecto e o técnico. Os jogos e esportes, o canto e a poesia, são instrumentos essenciais dessa educação, de tipo ainda minoritário, embora com espírito cívico e, em certo sentido, democrático, por ser patrimônio de todos os homens livres.

A decadência da civilização grega reflete-se em todos os setores da sua cultura e a dominação dos gregos pelos romanos marca o último momento na história da Grécia antiga, com a influência do helenismo em todo o mundo. Cresce o interesse pelo intelecto e uma sensível diminuição dos valores físicos e estéticos e também dos ideais humanistas, o que, no entendimento de Oliveira, “[...] significou o mais belo exemplo já inscrito na história da educação física.” Começa a surgir a especialização e a profissionalização dos atletas contrariando os objetivos educacionais a que se propunham “[...] numa evidente traição aos princípios que haviam forjado a grandeza da civilização helênica”.

Ao contrário dos gregos, os romanos realizavam suas manifestações culturais de modo eminentemente prático, ou seja, enquanto para os gregos a ginástica significava uma forma de se atingir a perfeição do corpo e o desenvolvimento dos valores morais, nos romanos era destinada a formar o protótipo de virilidade. Tinha como primeira finalidade a preparação para a conquista de novas terras contemplando o ideal expansionista que os caracterizava. Em Roma a Educação Física estava voltada, também, para os aspectos da higiene e da saúde corporal.

A compreensão de Educação Física para os romanos relacionava-se não mais com o aspecto humanista como faziam os gregos, mas com a preparação militar pura e simples, em um primeiro momento. Posteriormente, quando se inicia a decadência do Império Romano, outros elementos são introduzidos para formar novo conceito. Nesse momento ela é o meio através do qual são preparados, além do guerreiro conquistador, o gladiador hábil e resistente para vencer os combates sangrentos nas arenas e circos romanos.

Com o surgimento do cristianismo, passou-se a preconizar o abandono do corpo e os interesses centram-se na conquista da vida celestial, o que vem contribuir, decisivamente, para o enfraquecimento da austeridade dos romanos, fato esse que acabou por facilitar as invasões bárbaras. Expandindo-se rapidamente pelo Império, o cristianismo conseguiu a adesão de plebeus, mulheres e escravos, minando as bases do regime, uma vez que pregava o pacifismo monoteísta, negando o militarismo e a figura divina do Imperador.

O Imperador Teodósio oficializa o cristianismo em 373 d.C. na tentativa de criar uma nova base ideológica para o governo e divide o Império Romano em duas partes: o Império Romano do Oriente e o do Ocidente, este, após sucessivas invasões bárbaras é destruído em 476 d.C. Como consequência, acentuou-se o processo de descentralização econômica, dando origem ao feudalismo que marcaria decisivamente a Idade Média.

As Destrezas Físicas

A Idade Média tem início com a divisão do Império Romano em 395, erigiu como instituição suprema a Igreja, esta

adotou uma visão de homem cuja existência estava inteiramente dedicada à vida celestial. O surgimento do cristianismo colocou novos rumos para a história ocidental e a educação centrou-se, sobretudo, no ascetismo, na vida emotiva e religiosa e no ensino de matérias abstratas, ficando os exercícios ginásticos relegados a um plano secundário. Entretanto, esclarece Luzuriaga, as cruzadas organizadas pela Igreja durante os séculos XI, XII e XIII exigiam, evidentemente, uma preparação militar e dentre as atividades físicas deste período destacam-se a esgrima e a equitação.

É interessante ressaltar a educação cavaleiresca que tomou corpo na Idade Média e que preconizava a formação do homem valoroso e cortês, honrado e fiel. Cultivava-se em grande medida as destrezas físicas e corporais, como o manejo do arco e da lança, corrida, equitação, esgrima, natação e caça. As habilidades mencionadas eram disputadas em competições e torneios nos quais se julgava o valor e as destrezas dos cavaleiros. A Educação Física desse período pode ser entendida como um conjunto de práticas, que tinha como objetivo o desenvolvimento de habilidades físicas específicas buscando a formação do indivíduo hábil, valoroso e cortês.

A Idade Média é denominada de “idade das trevas” principalmente pelo declínio cultural que se abateu sobre o mundo ocidental. No campo educacional subsistiu apenas as escolas e mosteiros da educação cristã primitiva, até o surgimento da Renascença. Inaugurou-se um novo olhar sobre o homem, passando a conceber o corpo como algo livre do véu de sacralidade que o envolvia por toda a Idade Média. O corpo agora é objeto da ciência e a filosofia cartesiana contribuiu, em grande medida, para essa nova abordagem culminando com o dualismo psicofísico proposto por Descartes, em que o homem constitui-se de duas substâncias distintas: a pensante (privilegiada), de natureza intelectual – o pensamento, e a extensa de natureza material – o corpo.

É interessante ressaltar que, ao longo da sua história, o homem possui formas diversificadas de conceber e tratar o próprio corpo, assim como são variadas as formas de agir corporalmente, revelando que suas relações com o mundo, corporais inclusive, é uma construção social resultante do processo histórico.

Nas sociedades estruturalmente mais simples o homem utiliza-se diretamente dos sentidos, da agilidade, da rapidez, enfim, da vivência corporal para sobreviver. Nessas sociedades pré-industriais valorizam-se as qualidades corporais em torneios e competições como também na vida militar e política.

Do Bem-estar Físico ao Conceito Atual de Educação Física

No Renascimento (século XV), com o acelerado progresso das ciências, a razão passou a se constituir o único conhecimento válido, estabelecendo para o corpo uma visão de objeto a ser controlado e disciplinado. Voltaram a povoar o universo humano, a individualidade, o espírito crítico e a liberdade do homem. Este é agora personagem principal, permitindo o desenvolvimento do antropocentrismo, contrário ao teocentrismo predominante na Idade Média. Dentre os vários pressupostos que caracterizaram este momento histórico, considera-se importante a vida física, corporal e estética, a exemplo da educação grega antiga.

O ideal de homem preconizado na Renascença compreende primeiramente os exercícios físicos e depois as letras e a erudição. As atividades físicas configuram-se em momentos importantes que subsidiavam a educação intelectual e, nesse período, surgiram os jogos mentais, que posteriormente “[...] serão popularizados pelos jesuítas como estratégias educacionais, mudando um pouco as relações educacionais entre as crianças e os adultos”.

A Educação Física voltou a fazer parte das preocupações com o corpo e percebem-se tentativas no sentido de reintegrá-la aos planos educacionais. Intelectuais e pensadores como Da Vinci, Vittorino da Feltre, Mercuriale, Rabelais e Montaigne, entre outros, dedicaram-se a reflexões sobre a importância das atividades físicas e os exercícios ginásticos.

No panorama renascentista pode-se conceituar a Educação Física como um conjunto de atividades físicas que, por suas características peculiares, proporcionam o bem estar físico e psicológico do indivíduo, buscando o seu desenvolvimento integral. O Renascimento descortinou o caminho através do qual a Educação Física, nos séculos seguintes, foi encontrar a compreensão das suas reais finalidades.

A reforma religiosa, que aconteceu no seio do movimento humanista da Renascença, orientou-se no sentido ético e religioso, social e popular, e buscou inspiração nos ensinamentos bíblicos, dando origem à educação pública. Enquanto a educação humanista era livre e espontânea, a reformada religiosa era mais severa e rigorosa. Diz-se da educação da reforma que “[...] esta supunha a leitura da bíblia e, portanto, a necessidade de ensinar todos a ler; daí seu interesse pelo ensino popular”. Uma das consequências mais marcantes da reforma religiosa foi a formação da educação pública, que surgiu em contraposição à eclesiástica.

A disseminação da reforma protestante na Europa, obriga a Igreja católica a iniciar o movimento chamado de Contrarreforma, este, pretende, de certa forma, suprimir o espírito crítico da razão, submetendo a religião à autoridade eclesiástica, tendo à frente o Concílio de Trento e a Companhia de Jesus, esta, criada por Inácio de Loyola em 1540, alcançou em pouco tempo influência extraordinária.

A intervenção das autoridades públicas nas questões educacionais (iniciadas por volta do séc. XVI) ganha novo impulso no século XVII, este, assiste ao surgimento de novas ideias e correntes filosóficas, como o idealismo de Descartes e o empirismo de Bacon e Locke. O século XVIII, denominado o “século das luzes”, da “ilustração”, é o pedagógico por excelência, assistindo ao desenvolvimento da educação pública estatal e o início da nacional.

No século XVII, a educação foi enriquecida com as ideias naturalistas de Rousseau e o idealismo de Pestalozzi, além do movimento filantrópico representado por Basedow. Esses pensadores deram impulso decisivo para os exercícios físicos e os jogos, ressaltando sua importância na formação humana.

A partir da segunda metade do século XVIII, surgiram os primeiros sistemas regulares de Educação Física elaborados com uma certa organização, obedecendo alguns princípios pedagógicos e atribuindo grande importância aos exercícios físicos. São eles: a ginástica alemã, imbuída de propósitos nacionalistas e destinada ao adestramento físico, alicerçada na fundação do *Philanthropinum* por Basedow; a nórdica, sistematizada por Ling que deu à mesma, sentido formativo e higiênico, criando um sistema de quatro divisões para a realização das atividades: pedagógica, médica, estética e militar; a ginástica inglesa, baseada nos esportes e nos jogos, sendo a única a não possuir uma orientação ginástica, e a francesa. Amorós fundamentou a ginástica francesa nos conhecimentos da natureza humana e na análise do movimento. Seu método privilegiava o desenvolvimento das qualidades físicas e aperfeiçoamento das qualidades morais.

Desses sistemas, surgiram, na Europa, três movimentos doutrinários: o movimento germânico (ginástica alemã), o sueco (ginástica sueca) e o francês (ginástica francesa).

A Educação Física, a partir da sua sistematização, pode ser compreendida como um conjunto de conhecimentos que visam