



Programa de
**Capacitação
e Integração
de Lideranças
Sociais**



EDUCAÇÃO FÍSICA

Realização:



Patrocínio:



Integração
Metropolitana



APRESENTAÇÃO

As apostilas para pré-vestibulares populares, sociais e comunitários do PECEP (Projeto de Ensino Cultural e Educação Popular) foram produzidas no âmbito do Programa de Capacitação e Integração de Lideranças Sociais, projeto contemplado pelo edital Integra Rio, uma realização da Secretaria Especial de Integração Metropolitana (SEIM) e da Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro.

Essas apostilas representam uma conquista coletiva dos cursinhos e educadores populares de todo o país, afinal, representam uma ferramenta concreta para a democratização do acesso ao material didático. Elas foram pensadas com carinho e compromisso para dialogar com a realidade das centenas de iniciativas populares espalhadas pelo Brasil e, também com aqueles que pensam em iniciar a luta de fundar o seu próprio pré-vestibular.

Sabemos que cada cursinho tem suas particularidades e dinâmicas próprias. Alguns, inclusive, elaboram seu próprio material didático. As apostilas do PECEP não têm como objetivo substituir esses esforços, muito menos propor uma padronização da prática pedagógica popular. Ao contrário, elas foram pensadas para que cursinhos, coletivos, educadores e líderes comunitários possam mitigar certas falhas aos quais podem estar suscetíveis.

Por exemplo, um professor de português que deseje iniciar um pré-vestibular, mas ainda não professores de outras áreas, pode usar essas apostilas como ponto de partida para que os estudantes não fiquem sem material de estudo. Da mesma forma, um educador que esteja começando a lecionar biologia, também pode usar as apostilas como material de apoio.

Importante ressaltar que tais apostilas foram elaboradas por voluntários de um pré-vestibular que funciona, de forma ininterrupta, há 25 anos na cidade do Rio de Janeiro. Ou seja, trazem em suas páginas o olhar atento e sensibilidade de quem está na linha de frente da luta por transformação através da educação.

Essas apostilas não tem a pretensão de serem uma solução definitiva. Elas são um passo importante em um caminho longo, penosos, porém, infinitamente recompensante.

Por fim, importante ressaltar que esta é a versão 2025 das nossas apostilas. A proposta é que esse material siga sendo desenvolvido e aprimorado de forma contínua, afinal, o aprendizado sobre o ensino popular não tem fim.

Se você tiver sugestões, críticas, dúvidas ou ideias, entre em contato com a gente pelo e-mail: contato@pecep.org e acompanhe as nossas redes sociais: [@pecep.org](https://www.instagram.com/pecep.org)

Com muito carinho,
A Direção do PECEP

ÍNDICE

SOBRE A APOSTILA: 4

CAPÍTULO 1:

A ENTRADA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NAS ESCOLAS BRASILEIRAS 6

CAPÍTULO 2:

A EDUCAÇÃO FÍSICA COMO LINGUAGEM NO EXAME NACIONAL DO
ENSINO MÉDIO 16

CAPÍTULO 3:

A EDUCAÇÃO FÍSICA NO PECEP 21

CONCLUSÃO: 24

REFERÊNCIAS: 25

SOBRE A APOSTILA

O PECEP (Projeto de Ensino Cultural e Educação Popular) é um dos pré-vestibulares sociais mais antigos do Brasil. Foi criado em 2001 por estudantes da Escola Parque, localizada na Gávea, como uma resposta ao impacto social provocado pelo caso do ônibus 174. A tragédia revelou de forma contundente a exclusão social enfrentada por muitos jovens das periferias e motivou a criação de um espaço de acolhimento, educação crítica e oportunidade para estudantes das classes populares.

Em 2014, o projeto tornou-se oficialmente uma organização não governamental (ONG), desvinculando-se institucionalmente da Escola Parque. Apesar disso, a parceria entre ambas as instituições permanece ativa, por meio de um contrato de comodato e cessão de espaço, o que garante ao PECEP infraestrutura para a realização de suas atividades.

Desde sua fundação, o PECEP já acolheu milhares de estudantes e reuniu centenas de voluntários engajados na construção de um modelo educacional voltado para a redução das desigualdades sociais por meio do acesso ao ensino superior. Mesmo diante dos desafios impostos pela pandemia de COVID-19, em apenas uma semana, o projeto conseguiu adaptar suas atividades para o formato remoto mantendo assim as suas aulas e a rotina pedagógica. Paralelamente, também organizou campanhas solidárias que arrecadaram cestas básicas e kits de higiene para famílias em situação de vulnerabilidade, reforçando sua atuação social.

A missão do PECEP vai muito além da preparação para o vestibular. O projeto busca formar jovens para a vida, oferecendo, além das disciplinas acadêmicas tradicionais, vivências culturais, sociais, políticas e de autoconhecimento. Seu modelo pedagógico é colaborativo, construído a partir do diálogo com a comunidade e da escuta ativa dos sujeitos envolvidos no processo educativo.

A metodologia adotada é pautada pela educação popular, crítica e participativa. O PECEP valoriza a horizontalidade nas relações entre educadores e educandos, estimula o protagonismo estudantil e promove uma formação interdisciplinar que articula o conhecimento acadêmico com a realidade social dos alunos. A proposta é construir, em conjunto, um ambiente de aprendizagem inclusivo, transformador e comprometido com a justiça social.

Dentro dessa proposta educativa ampla e transformadora, a Educação Física ocupa um espaço fundamental no PECEP. Mais do que um componente voltado apenas para o movimento ou a prática esportiva, as aulas de Educação Física são pensadas como momentos de reflexão, construção coletiva, expressão e fortalecimento das relações sociais. Além de ser uma disciplina que aparece nos vestibulares, contribui diretamente para o desenvolvimento integral dos estudantes, valorizando tanto o bem-estar físico quanto o emocional.

A construção das aulas se alinha aos princípios pedagógicos do projeto: são planejadas

de forma coletiva valorizando a participação ativa dos estudantes. A disciplina se estabelece, portanto, como um espaço de acolhimento e construção coletiva, onde o sentimento de pertencimento é fortalecido e o corpo é valorizado não apenas em sua dimensão física, mas também como instrumento de expressão política, social e afetiva.

Por fim, essa apostila tem como objetivo revelar a importância de ofertar a educação física em um pré-vestibular social, além de socializar como a disciplina é ministrada no PECEP.

Ela está dividida em três capítulos. O primeiro contará com uma apresentação mais histórica da educação física, o segundo se debruçará sobre como a disciplina vem aparecendo nos vestibulares e o terceiro relatará como tal disciplina vem sendo desenvolvida no PECEP de forma a poder instigar e incentivar outros projetos sociais.

Gabriela, Diego e Marcelo

Autores:

Diego Fernandes Machado da Costa, Gabriela de Oliveira Netto Lima e Marcelo Soares (Equipe de Educação Física de 2025)

CAPÍTULO 1:

A ENTRADA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NAS ESCOLAS BRASILEIRAS

A Educação Física passou a integrar o ambiente escolar brasileiro ao longo do século XIX, inserida inicialmente como um instrumento de formação moral e física da juventude, com forte influência militar e higienista. Sua consolidação no currículo escolar foi marcada por diferentes fases, influências estrangeiras e ações de personalidades importantes que serão explicitadas a seguir:

1.1- PERÍODO IMPERIAL (1822–1889) E PRIMEIRA REPÚBLICA (1889-1930): O PERÍODO HIGIENISTA DA EDUCAÇÃO FÍSICA

A primeira menção oficial à Educação Física no Brasil ocorreu com a criação do Colégio Pedro II no Rio de Janeiro, em 1837. Seu regulamento incluía a ginástica como disciplina opcional, influenciado pelas ideias higienistas e pela valorização do corpo saudável como ideal civilizatório. Entretanto, a prática efetiva da Educação Física era quase inexistente e sem estrutura definida. A disciplina era vista mais como um complemento da formação moral do que como componente curricular obrigatório. Em 1851, a ginástica foi introduzida no Colégio Pedro II (RJ), um dos primeiros a adotá-la, seguindo modelos europeus.

Com a Proclamação da República, em 1889, o Brasil passou por reformas educacionais que buscaram modernizar o ensino. Uma figura central desse período foi o Benjamin Constant, Ministro da Instrução Pública do governo provisório republicano. Em 1890, com a Reforma Benjamin Constant, a Educação Física foi oficialmente incorporada aos currículos escolares, especialmente nas escolas militares. Ela foi valorizada como parte do ideal republicano de formação do cidadão forte, disciplinado e patriota. Em 1929, ocorreu a criação da Escola de Educação Física do Exército, sob influência do método francês de Georges Hébert (1875–1957), que pregava o “método natural” de exercícios.

O período higienista da Educação Física foi uma fase importante, principalmente no Brasil, esse é o período que perdurou do século 19 até o início do século 20. Neste período o Brasil passou por profundas mudanças políticas e sociais e, entre essas mudanças, a educação é uma delas. O higienismo foi marcado por uma forte influência da medicina e da saúde pública, com o objetivo de melhorar as condições físicas e sanitárias da população. Destaca-se nesse período que, assim como todo o período colonial e imperial brasileiro, a grande influência da Europa na alta sociedade brasileira também impactou a Educação Física.

Características do Período Higienista:

- Foco na Saúde Pública – A Educação Física é iniciada dentro do colégio baseado nos métodos ginásticos importados dos europeus. Aqui a Educação Física é instrumentalizada para o combate de doenças, fortalecer o corpo, promoção de hábitos saudáveis e,

especialmente, em contexto de constantes epidemias e precárias condições de higiene.

- **Influência Médica** – Em um período de construção de uma principiante nação, médicos e sanitaristas destacavam a Educação Física, voltada aos métodos ginásticos, como uma forma eficiente de prevenir enfermidades, corrigir posturas e melhorar a vitalidade da população.
- **Disciplina e Ordem** – Havia uma preocupação em moldar corpos saudáveis e funcionais para a sociedade, muitas vezes associada a ideais de moralidade e controle social. Aqui observamos o início de uma preocupante característica que, infelizmente, a Educação Física vai carregar ao longo da sua história, a instrumentalização dela como “controle” e “docilização” de corpos.
- **Eugenia e Nacionalismo** – Em alguns casos, havia um discurso eugênico, buscando o “aperfeiçoamento da raça” e o fortalecimento da nação por meio de corpos vigorosos.
- **Ginástica como Base** – As práticas eram baseadas em métodos ginásticos europeus, como o método francês (de Georges Demeny) e o método alemão (de Friedrich Ludwig Jahn), com exercícios sistematizados e pouco lúdicos.

1.2- OS MÉTODOS GINÁSTICOS EUROPEUS

No continente europeu crescia os movimentos acrobáticos e artísticos em festas e apresentações públicas. Com o grande apreço gerado por estas exhibições, os Estados europeus passaram a ver o modo de viver destas pessoas como algo preocupante, pois viviam de uma maneira diferente da preconizada pelas instituições capitalistas da época. Desse modo, como reação a tais acontecimentos, surge o Movimento Ginástico Europeu, um processo de sistematização da Ginástica, com o intuito de moralizar os indivíduos e a sociedade. Com a Revolução industrial pujante e embasado nas ciências biológicas, os movimentos ginásticos europeus difundiram-se pela Europa. Aqui além das ciências biológicas, há a difusão do higienismo. A ginástica surge como forma de contrapor este estilo de vida, portanto, um modelo que exigia disciplina e afastamento dos seus vínculos populares, surge aqui a Ginástica Científica que deu origem ao Método Ginástico

● O MÉTODO SUECO (PER HENRIK LING)

O Método Ginástico Sueco foi desenvolvido no início do século XIX por Pehr Henrik Ling (1776-1839), considerado o pai da ginástica sueca. Esse método surgiu como parte de um movimento nacionalista na Suécia, visando melhorar a saúde física e moral da população. Buscando

um movimento para “extirpar” vícios e valores morais considerados negativos da sociedade, esta ginástica se desenvolve na Suécia com um caráter menos nacionalista e mais pedagógico e social.

Ling acreditava que seu método assegurava a saúde, por ser essencialmente respiratório, e a beleza, por seus efeitos corretivos e ortopédicos. Por isso, o destinou a todos, independente de sexo, idade ou condições materiais e sociais.

Principais Características:

- Base Científica e Pedagógica – Ling buscou fundamentar seus exercícios em conhecimentos anatômicos e fisiológicos, diferenciando-se de métodos mais empíricos da época.
- Objetivos – Desenvolver força, flexibilidade e postura; Promover saúde e equilíbrio físico e mental; Preparar militarmente a população (contexto histórico de guerras napoleônicas).
- Exercícios Sistematizados – Divididos em: Ginástica Pedagógica (educação física escolar). Ginástica Militar (treinamento para soldados). Ginástica Médica (fisioterapia e reabilitação). Ginástica Estética (expressão corporal e harmonia).
- Uso de Aparelhos – Barras, cavalos, bancos suecos e escadas foram incorporados para auxiliar nos movimentos.

● **MÉTODO ALEMÃO** (JOHANN GUTSMUTHS E FRIEDRICH JAHN)

No método alemão, o caráter extremamente nacionalista influenciou fortemente e deu indícios do futuro alemão nas duas grandes guerras mundiais. O método ginástico alemão era de caráter nacionalista e preparação dos corpos para a defesa da pátria, visto que o país vivia constantes ameaças de guerras e ainda vivia uma incerteza na unificação. Para tanto, seus idealizadores apoiaram-se nas ciências biológicas, para desenvolver seus métodos.

Algumas das características do Método ginástico alemão:

- Base Nacionalista e Militar – Criado para fortalecer a juventude alemã após a derrota para Napoleão, visando preparação física e patriótica.
- Objetivos: Desenvolver força, resistência e coragem; Promover união nacional e disciplina; Preparar fisicamente os jovens para possíveis conflitos; Exercícios Livres e Naturais – Valorizavam movimentos mais espontâneos, como: Saltos, escaladas, lutas, marchas e corridas.

- Uso de aparelhos como barras fixas, cavalos e argolas (Jahn é considerado o “pai das barras paralelas”).
- Ginástica em Grupo – Prática coletiva, com jogos e competições para estimular o espírito de equipe.

● **MÉTODO FRANCÊS (AMOROS)**

A Ginástica na França baseou-se nas ideias dos alemães Jahn e Guts Muths e, apresentava além do caráter moral e patriótico, uma preocupação com o desenvolvimento social. Objetivo aqui era criar um homem completo, pronto para atuar nos mais diferentes segmentos da sociedade. Aqui valia a ideia da construção de corpos prontos para servir à sociedade, não somente no exército. O Método Ginástico Francês foi desenvolvido no século XIX, principalmente por Francisco Amoros (1770-1848), um militar e educador espanhol radicado na França. Diferente dos métodos sueco e alemão, o sistema francês combinava preparação física, militar e moral, com uma abordagem mais utilitária e pragmática.

Principais Características:

- Base Militar e Utilitária – Criado para melhorar a aptidão física de soldados e civis, com foco em habilidades funcionais para a vida e a guerra.
- Objetivos: Desenvolver resistência, agilidade e habilidades práticas (como nadar, correr e escalar); Promover disciplina e moral, seguindo ideais da Revolução Francesa; Preparar o corpo para situações reais, não apenas para exercícios formais;
- Exercícios Naturais e Aplicados – Incluía: Marchas, saltos, lançamentos, equilíbrio, natação e esgrima. Uso de obstáculos, cordas e outros aparatos para simular desafios reais.
- Método Racional e Progressivo – Sequência lógica de exercícios, do simples ao complexo, com adaptação ao indivíduo.
- Ginástica como Educação Integral – Além do físico, buscava desenvolver coragem, decisão e espírito cívico.

1.3 - ERA VARGAS E A CONSOLIDAÇÃO (1930–1945)

O governo de Getúlio Vargas (1930–1945) foi um período crucial para a institucionalização da Educação Física no Brasil, alinhando-a a projetos nacionalistas,

militares e de controle social. A disciplina foi promovida como ferramenta de formação física, moral e cívica da população, especialmente da juventude.

Foi um período marcado pelo centralismo estatal, nacionalismo e preocupação com a “regeneração da raça brasileira”, aqui o Brasil inicia novamente um período autoritário e, por mais que no período de guerra tem estado ao lado dos “Aliados”, inspirações fascistas moldaram o país nesse momento. Havia aqui também uma discussão sobre a saúde física do brasileiro. Uma perspectiva de saúde ainda higienista e associado a ausência de doença, sem preocupação com os atenuantes sociais, a Educação Física entra como uma ideia de promover saúde para população.

Entre as medidas e institucionalização da Educação Física durante esse período destaca-se: Reforma Educacional (1930–1937); Ministério da Educação e Saúde Pública (1930): Criado para centralizar políticas educacionais e de saúde; Decreto 19.890 (1931): Tornou a Educação Física obrigatória em escolas primárias e secundárias, com caráter militarizado e patriótico. Além disso, houve a criação de alguns órgãos especializados como: Diretoria de Educação Física (1933): Subordinada ao Ministério da Educação, para fiscalizar e padronizar a prática; Conselho Nacional de Desportos (1941): Para regulamentar e fomentar o esporte como política de Estado; e Decreto-Lei 1.212 (1939): Reforçou a obrigatoriedade da Educação Física em escolas, incluindo mulheres (com enfoque na “saúde da família”).

O objetivo do governo Vargas ao institucionalizar a Educação Física passava pela ideia de controle social, ou seja, moldar corpos e mentes para a ordem e a disciplina. Sob as influências do eugenismo, havia aqui uma ideia de combater o “enfraquecimento” da raça. E por fim, sob a influência dos métodos ginásticos para o preparo militar e o desenvolvimento do esporte brasileiro atrelado à ideia de identidade nacional.

1.4- FASE PEDAGOGICISTA

A fase pedagogicista da Educação Física brasileira (1945-1964) representa um período de transição e reorientação teórica, marcado pela busca de uma abordagem mais educacional e menos militarista em comparação com a era Vargas. Nessa fase, a Educação Física começou a ser pensada como parte integrante do processo pedagógico escolar, com ênfase no desenvolvimento integral do aluno e na sua formação para a cidadania, ainda que sob influências contraditórias do contexto político da época.

A fase pedagogicista (1945-1964) representou uma tentativa de renovação da Educação Física, alinhando-a às demandas de uma sociedade em transição. Embora não tenha rompido completamente com o passado militarizado, plantou as sementes para discussões posteriores, como as da fase crítico-superadora (décadas de 1980/90). Seu maior legado foi insistir que a Educação Física não deveria formar apenas corpos, mas cidadãos.

• LEI DE DIRETRIZES E BASES DA EDUCAÇÃO (LDB) – 1961

A LDB de 1961 consolidou a Educação Física como parte integrante do processo educativo, vinculando-a não apenas ao aspecto físico, mas também ao desenvolvimento da saúde, da disciplina e do espírito coletivo. A lei reforçou a ideia de que a Educação Física deveria ser ministrada em todos os níveis de ensino, desde o primário até o secundário, seguindo uma abordagem que combinava exercícios físicos, jogos, esportes e atividades rítmicas.

Além disso, a legislação estabeleceu que a Educação Física deveria ser adaptada às condições locais e às características dos alunos, respeitando diferenças regionais e individuais. Isso significava que, embora fosse obrigatória, sua implementação poderia variar de acordo com as estruturas disponíveis nas escolas, como quadras, equipamentos e profissionais qualificados.

A LDB de 1961 também refletia influências do contexto político da época, que ainda carregava resquícios do nacionalismo e da valorização da disciplina física herdados do governo Vargas. No entanto, diferentemente do período anterior, a lei buscava integrar a Educação Física a uma visão mais ampla de educação para a cidadania, e não apenas como ferramenta de preparação militar ou doutrinação ideológica.

Em resumo, a LDB de 1961 oficializou a Educação Física como um componente essencial da formação escolar, destacando seu papel no desenvolvimento físico, na socialização e na promoção da saúde, dentro de um modelo educacional que visava à formação integral do aluno. Essa legislação foi um passo importante para a estruturação da Educação Física no Brasil, embora seu real alcance tenha dependido muito das condições práticas de implementação nas escolas da época.

1.5- DITADURA MILITAR (1964–1985)

Nesse período, a Educação Física foi fortemente influenciada pela ideologia do regime. A disciplina passou a ser usada como ferramenta de nacionalismo, disciplina e controle corporal. O esporte foi promovido como principal prática pedagógica da área.

A fase técnico-esportiva da Educação Física (1964-1984) surge como um contraponto à abordagem pedagógica, marcando um retorno à ênfase no desempenho físico e na esportivização, agora sob um novo viés: o da eficiência técnica e da instrumentalização do corpo para fins de produtividade e controle social. Essa mudança ocorre devido ao golpe militar implementado no país a partir de 31 de março de 1964, que redirecionou a Educação Física para atender um projeto de país baseado no controle de corpos

e alinhamento do Brasil às políticas capitalistas vigente no período da Guerra Fria.

Nessa fase, a Educação Física escolar foi profundamente influenciada pelo modelo esportivo de alto rendimento, que passou a ser visto não apenas como uma prática saudável, mas como um mecanismo de formação da juventude dentro dos valores de disciplina, competitividade e obediência hierárquica. O esporte, especialmente o futebol, o atletismo e o voleibol, tornou-se o eixo central das aulas, muitas vezes em detrimento de outras dimensões educativas, como a recreação ou o desenvolvimento psicomotor. A justificativa era que a prática esportiva prepararia os jovens não apenas fisicamente, mas também moralmente, inculcando neles valores como perseverança, trabalho em equipe e respeito às regras – valores estes que se alinhavam perfeitamente ao ideário do regime.

Paralelamente, houve um forte investimento na formação de professores dentro dessa lógica tecnicista. As escolas de Educação Física passaram a priorizar conhecimentos biomecânicos, fisiologia do exercício e técnicas de treinamento esportivo, em vez de abordagens pedagógicas mais amplas. Isso refletia uma visão de que o professor deveria ser um “técnico” capaz de maximizar o rendimento físico dos alunos, muitas vezes tratados como atletas em potencial. O resultado foi uma padronização das aulas em moldes semelhantes aos de treinamentos esportivos, com pouca abertura para atividades criativas ou críticas.

No entanto, essa fase também foi marcada por contradições. Enquanto o governo militar promovia o esporte de alto nível através de projetos como os Jogos Estudantis Brasileiros (JEBs) e os Jogos da Primavera, a grande maioria das escolas públicas não tinha infraestrutura adequada – quadras, equipamentos ou professores bem preparados – para implementar esse modelo. Isso acabou aprofundando desigualdades: alunos de escolas privadas ou centros urbanos tinham acesso a melhores condições para desenvolver habilidades esportivas, enquanto os de escolas rurais ou periféricas ficavam à margem. Além disso, a hipervalorização do rendimento físico e da competição excluía alunos menos habilidosos, reforçando uma seletividade que ia contra o princípio de educação inclusiva.

Ao mesmo tempo, a Educação Física foi instrumentalizada como ferramenta de propaganda do regime. Grandes eventos esportivos, como a conquista da Copa do Mundo de 1970, eram usados para projetar uma imagem de “país vitorioso”, mascarando problemas sociais e políticos. Nas escolas, isso se traduzia em cerimônias cívicas com exercícios de ordem unida e homenagens aos símbolos nacionais, numa clara continuidade com o caráter disciplinar da era Vargas, agora atualizado sob a linguagem da eficiência técnica.

Apesar desse cenário, foi também durante essa fase que começaram a surgir as primeiras críticas sistêmicas ao modelo tecnicista. No final dos anos 1970, educadores influenciados pelas pedagogias críticas passaram a questionar a redução da Educação Física ao adestramento esportivo, apontando para a necessidade de resgatar sua dimensão humana e social. Essas críticas pavimentaram o caminho para a fase seguinte, conhecida como “crítico-superadora”,

que emergiria nos anos 1980 com uma proposta de transformação radical da área.

Em síntese, a fase técnico-esportiva representou a subordinação da Educação Física aos interesses políticos e ideológicos do regime militar, com consequências profundas em sua prática pedagógica. Se, por um lado, ela profissionalizou o ensino dos esportes e estimulou a criação de infraestruturas, por outro, reforçou uma visão reducionista do corpo e do movimento, afastando-se de uma perspectiva verdadeiramente educativa. Seu legado é ambíguo: enquanto parte das estruturas que criou ainda persiste hoje (como a valorização excessiva do esporte competitivo nas escolas), suas limitações ajudaram a catalisar as transformações que viriam a seguir.

1.6- MOVIMENTO RENOVADOR (1996)

O Movimento Renovador da Educação Física Brasileira emergiu no final dos anos 1970 e ganhou força nas décadas de 1980 e 1990 como uma resposta crítica aos modelos tradicionais que até então dominavam a área. Este movimento representou uma virada paradigmática, questionando a Educação Física militarizada, tecnicista e centrada no alto rendimento esportivo, propondo em seu lugar uma abordagem mais humanista, crítica e socialmente comprometida.

O contexto histórico do Movimento Renovador foi marcado pela abertura política no Brasil, pelo fim do regime militar e pela redemocratização do país, processos que permitiram o florescimento de novas ideias pedagógicas. Nesse período, educadores físicos influenciados pela Pedagogia Crítica de Paulo Freire, pela teoria histórico-cultural de Vygotsky e pelas correntes progressistas da educação passaram a repensar o papel da Educação Física na formação integral do indivíduo. O movimento criticava especialmente a forma como a disciplina havia se tornado um instrumento de controle social e de reprodução de desigualdades, privilegiando apenas os mais habilidosos e reforçando valores competitivos em detrimento de uma formação mais inclusiva e reflexiva.

Uma das principais contribuições do Movimento Renovador foi o desenvolvimento de abordagens como a Educação Física Crítico-Superadora e a Educação Física Crítico-Emancipatória, que buscavam transformar a prática pedagógica em uma ferramenta de conscientização e transformação social. Essas abordagens defendiam que as aulas deveriam ir além do ensino de gestos motores e técnicas esportivas, incorporando discussões sobre cultura corporal, saúde coletiva, ética e cidadania. O movimento também valorizava a diversidade de manifestações da cultura corporal - como jogos, danças, lutas, ginásticas e esportes - entendendo-as como produções humanas carregadas de significado histórico e social.

Na prática, o Movimento Renovador incentivou os professores a problematizar com seus alunos questões como: a mercantilização do esporte, os padrões de beleza corporal, a

exclusão dos menos habilitados, a relação entre atividade física e saúde, e os estereótipos de gênero presentes nas práticas esportivas. Ele também promoveu uma mudança na avaliação em Educação Física, que passou a considerar não apenas o desempenho físico, mas também a participação, a reflexão crítica e o desenvolvimento sociocultural dos alunos.

Apesar de suas contribuições importantes, o Movimento Renovador enfrentou desafios em sua implementação, como a resistência de instituições conservadoras, a falta de formação adequada de muitos professores e as estruturas físicas limitadas das escolas públicas. Além disso, algumas críticas apontam que, em alguns casos, a ênfase excessiva na teoria acabou por negligenciar a prática efetiva de atividades físicas. No entanto, seu legado permanece fundamental, tendo influenciado diretamente os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs) da Educação Física e muitas das propostas pedagógicas que orientam a disciplina até os dias atuais. O Movimento Renovador consolidou a ideia de que a Educação Física deve ser, antes de tudo, uma prática educativa comprometida com a formação de cidadãos críticos, autônomos e socialmente responsáveis.

CAPÍTULO 2:

**A EDUCAÇÃO FÍSICA COMO
LINGUAGEM NO EXAME
NACIONAL DO ENSINO MÉDIO**

Este capítulo tem como objetivo analisar a inserção da Educação Física na área de ‘Linguagens, Códigos e suas Tecnologias’ no Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM), movimento que representa uma mudança de paradigma no entendimento da disciplina. Mais do que uma simples reorganização administrativa, trata-se de uma transformação conceitual: a Educação Física deixa de ser vista apenas como ciência voltada ao desenvolvimento físico-motor para ser reconhecida como linguagem, forma de comunicação e expressão cultural.

2.1 A TRANSIÇÃO PARADIGMÁTICA: DAS CIÊNCIAS DA NATUREZA ÀS LINGUAGENS

Desde a Reforma Couto Ferraz (1854), a Educação Física brasileira está pautada em concepções que as vinculam às ciências biológicas e naturais. Conforme já visto no capítulo anterior, a disciplina passou por diversas fases – higienista, militarista e esportivista que tinham uma visão comum: O corpo como um objeto biológico a ser moldado, desenvolvido e controlado.

Dentro dessa perspectiva tradicional, a Educação Física era primariamente entendida como:

1. **Instrumento de saúde:** Com foco na aquisição de hábitos higiênicos e na prevenção de doenças.
2. **Preparação militar:** Destinada à seleção e ao treinamento de indivíduos com aptidão física para o combate.
3. **Desenvolvimento motor:** Voltada ao aprimoramento das capacidades físicas e habilidades esportivas essenciais.
4. **Disciplina corporal:** Um meio para o controle e a “docilização” dos corpos por meio de exercícios sistematizados.

Esta concepção posicionava a Educação Física de forma bem clara no campo das Ciências da Natureza, ao lado da Biologia, Física e Química, uma vez que seus fundamentos teóricos eram eminentemente derivados da anatomia, fisiologia, biomecânica e de outras áreas médico-biológicas.

2.2 - FUNDAMENTOS TEÓRICOS DA TRANSIÇÃO

Essa mudança paradigmática está profundamente ancorada na compreensão de que:

1. **O corpo comunica:** Através de gestos, movimentos, posturas e práticas corporais, indivíduos e grupos expressam ideias, emoções, valores e visões de mundo. O corpo não é meramente um objeto biológico; ele é um sujeito ativo no processo comunicativo.
2. **Os movimentos são símbolos:** Cada gesto esportivo, cada passo de dança, cada movimento em um jogo carrega significados culturais específicos. Um saque no voleibol, os movimentos da capoeira ou os passos de uma dança folclórica são símbolos que revelam e comunicam aspectos da cultura que os originou.
3. **As práticas corporais são textos:** Analogamente aos textos escritos, as diversas manifestações da cultura corporal podem ser “lidas”, interpretadas e compreendidas como portadoras de mensagens intrínsecas sobre a sociedade, sua história e os valores humanos.
4. **A Educação Física produz cultura:** A disciplina não se limita a replicar práticas existentes; ela ativamente cria novas formas de expressão corporal, contribuindo, assim, para a contínua produção cultural da humanidade.

2.3 A OFICIALIZAÇÃO DA EDUCAÇÃO FÍSICA COMO LINGUAGEM

A transformação da Educação Física de ciência natural para a linguagem foi oficializada com a reformulação do ENEM em 2009. Até 2008, o exame possuía 63 questões gerais, sem divisão por áreas específicas. A partir de 2009, implementou-se uma nova estrutura com 180 questões distribuídas em quatro áreas do conhecimento:

1. Linguagens, Códigos e suas Tecnologias
2. Matemática e suas Tecnologias
3. Ciências da Natureza e suas Tecnologias
4. Ciências Humanas e suas Tecnologias

2.4 - BASE LEGAL: AS DIRETRIZES CURRICULARES NACIONAIS (2012)

A inserção da Educação Física na área de Linguagens foi ratificada pelas **Diretrizes Curriculares Nacionais para o Ensino Médio (DCNEM)** de 2012.

Conforme o Artigo 9º, parágrafo único, a legislação estabelece que a área de Linguagens é composta por:

1. Língua Portuguesa
2. Língua Materna (para populações indígenas)
3. Língua Estrangeira moderna
4. Arte (cênicas, plásticas e musical)
5. Educação Física

Esta classificação legal representou o reconhecimento oficial de que a Educação Física não é apenas uma atividade física, mas uma forma legítima de linguagem. As práticas corporais são, assim, equiparadas às demais linguagens humanas, funcionando como instrumentos de comunicação, expressão e construção de significados complexos.

2.5 - CARACTERÍSTICAS DAS QUESTÕES

A análise das questões do ENEM evidencia que a Educação Física é avaliada sob a ótica da linguagem por meio de critérios específicos:

1. **Contextualização:** As questões invariavelmente apresentam situações-problema vinculadas ao cotidiano, estabelecendo uma conexão direta entre os conhecimentos da Educação Física e a realidade social dos estudantes.
2. **Interdisciplinaridade:** Os conteúdos propostos dialogam com outras áreas do conhecimento, como História, Sociologia, Geografia e Biologia, demonstrando que a Educação Física é uma linguagem que se comunica e se integra com outros saberes.
3. **Interpretação crítica:** Não se exige apenas o conhecimento factual, mas a capacidade de interpretar, analisar e refletir criticamente sobre as diversas manifestações da cultura corporal.
4. **Diversidade cultural:** As questões valorizam as múltiplas manifestações corporais regionais, étnicas e sociais, reconhecendo e celebrando a pluralidade das linguagens corporais brasileiras.

A Educação Física como linguagem no ENEM, portanto, não é uma alteração puramente técnica ou administrativa, mas uma conquista política e cultural que celebra a dignidade e a riqueza intrínseca das diversas formas de expressão corporal. É um convite explícito para que todos os estudantes se percebam como produtores e intérpretes das linguagens do corpo, contribuindo ativamente para a edificação de uma sociedade mais justa, inclusiva e culturalmente diversa.

2.6 - INCIDÊNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENEM (2009-2018): UMA ANÁLISE QUANTITATIVA

Para contextualizar a relevância da Educação Física na estrutura do Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM), é fundamental analisar sua incidência ao longo das edições. Dados do trabalho de Gama (2020), que examinou o período de 2009 a 2018, revelam um padrão consistente na presença dessa disciplina na área de Linguagens, Códigos e suas Tecnologias.

Ao longo das provas aplicadas neste intervalo, constatou-se a ocorrência de **33 questões de Educação Física**. Isso significa que, em cada edição do ENEM, a disciplina foi representada por um volume que variou, em média, de **2 a 4 questões por prova**.

Essa regularidade na quantidade de questões reforça a importância de os estudantes dedicarem atenção a esse componente curricular. Embora o número possa parecer pequeno em comparação com o total de questões do exame, sua presença sistemática evidencia que a Educação Física não é um elemento à margem, mas uma parte integrante e avaliada da formação em Linguagens, contribuindo diretamente para a pontuação final dos candidatos.

CAPÍTULO 3:

A EDUCAÇÃO FÍSICA NO PECEP

A Educação Física no PECEP é pensada como parte essencial da formação integral dos estudantes. Longe de se limitar à prática pela prática, buscamos uma abordagem ampliada e crítica, que convide os estudantes a refletirem sobre a sua realidade. Utilizamos como estratégia pedagógica inclusiva a diversificação dos conteúdos (Fonseca; Ramos, 2017) com a intenção de expandir não apenas os conteúdos trabalhados, mas também as formas de abordá-los e os caminhos metodológicos utilizados, visando superar o histórico excludente da Educação Física escolar influenciado por uma visão centrada na performance e na prática descontextualizada.

Nossa proposta é alicerçada nos princípios freireanos e da educação popular, reconhecendo que antes da leitura da palavra, há a leitura do mundo de um corpo que sente as opressões e se apropria da cultura corporal para não apenas entender a realidade, mas intervir nela. Neste sentido, nossas aulas têm o costume de se iniciar em roda a fim de horizontalizar as relações e criar um ambiente mais convidativo à conversa e acolhedor. No nosso primeiro encontro essa roda é sempre muito importante porque é através dela que conhecemos melhor os nossos estudantes e entendemos como essa disciplina perpassou a vida de cada um antes de entrar no pré vestibular. Aproveitamos também esse momento para, além de nos apresentarmos, mostrarmos como pensamos/realizamos as aulas de educação física e criamos um quadro dos elementos que compõem a cultura corporal.

A nossa disciplina é uma das poucas do PECEP que reúne as duas turmas. Por isso, no início do ano buscamos vivenciar atividades corporais voltadas à socialização/integração dos estudantes através dos jogos e brincadeiras. Depois, avançamos conforme o planejamento elaborado coletivamente. Abaixo listamos algumas das atividades que exemplificam a nossa prática:

JOGO DO OPRIMIDO

Essa aula foi ministrada em duas ocasiões, nos anos de 2024 e 2025, sempre iniciando a prática de jogos e brincadeiras. O jogo consiste na adaptação de uma brincadeira popular tradicional, neste caso foi utilizado o pique-bandeira, com os dois times sendo divididos igualmente no início. Após a primeira rodada, os estudantes são divididos de maneira desigual, com um dos times ficando com muito mais pessoas que o outro. Vale ressaltar que a partir deste momento as equipes não podem mais conversar entre si, somente “mediadas” pelo professor/a. Da segunda rodada em diante, uma das equipes, sempre alternando entre elas, irá escolher uma nova regra para ser colocada em prática. A regra pode ser aplicada a duas equipes ou a uma só. Sempre que o grupo maior escolher uma regra, ela deverá ser “aceita” pelo grupo menor, que pode colocar uma outra regra em resposta ou alterar a regra colocada pelo grupo que é maioria. Entretanto, sempre que o grupo menor colocar uma regra, essa regra é imposta

ao jogo sem discussão. Por fim, a ideia do jogo é que seja pensado essa “brincadeira” como um reflexo da sociedade em questão. O término da brincadeira pode ser à qualquer momento que o professor/a achar necessário, destinando sempre um tempo final para a discussão em roda. Durante essa discussão, o professor deve mobilizar perguntas como: “Quem eram os oprimidos?”; “Qual classe cada grupo aqui hoje representava?”; “Se este jogo reflete a sociedade, quem o professor representava?”

JOGO DA MEMÓRIA DAS MODALIDADES OLÍMPICAS E PARALÍMPICAS

Essa aula foi ministrada em Agosto de 2024 como uma aula introdutória ao bloco de conteúdos dos esportes. Ela foi iniciada por uma roda de conversa na qual a/o professor/a aproveitou a exibição dos jogos olímpicos para levantar questionamentos sobre os elementos da cultura corporal expostos. Foi realizado uma contextualização histórica sobre o evento, um debate em relação a escolha das modalidades olímpicas, diferença entre jogos e esportes, entre outros. A partir disso, a turma foi dividida em duas equipes e se iniciou o jogo da memória. Um dos pares representava a imagem da modalidade e o outro par o nome da mesma. Venceu a equipe que conseguiu adquirir mais pares. Utilizamos o jogo da memória como uma forma de diversificar a apresentação desse conteúdo aos estudantes já que, a cada modalidade descoberta, as regras eram pesquisadas e compartilhadas com o grupo, ampliando assim as possibilidades de participação. Depois do jogo, as equipes também foram convidadas a organizar os esportes segundo suas respectivas categorias — esportes de invasão, de campo e taco, de rede e parede, de combate, de marca, de precisão e técnico-combinatórios — justificando as escolhas realizadas. Por fim, cada dupla escolheu uma modalidade olímpica e apresentou da maneira que gostaria: tivemos exposições orais, contextualização histórica, vivência prática através dos materiais disponíveis, elaboração de desenhos, entre outras.

CONSTRUÇÃO DAS IDENTIDADES BRINCANTES

A atividade em questão é fruto da discussão inicial nas aulas de Educação Física onde para que o/a estudante entenda a amplitude de práticas que a Cultura Corporal que a Educação Física pode trazer. No final, esta atividade serve para os alunos pensarem e construírem quais atividades eles conhecem e quais gostariam de conhecer. Para a construção da identidade, utiliza-se uma folha de papel A4 dobrada duas vezes. Em seguida, pede-se aos estudantes que na parte da frente eles desenhem a si mesmo, da maneira como preferirem.

CONCLUSÃO

EDUCAÇÃO FÍSICA, UM CAMINHO PARA O VESTIBULAR E PARA A VIDA

Ao longo desta apostila, buscamos evidenciar como a Educação Física ultrapassa os limites do movimento pelo movimento, posicionando-se como uma área fundamental para o desenvolvimento integral dos(as) estudantes. Mais do que práticas corporais, essa disciplina promove a construção de valores como respeito, solidariedade, cooperação e senso crítico, que são habilidades essenciais para a vida em sociedade e para o exercício pleno da cidadania.

No contexto do PECEP, reafirmamos o compromisso com uma formação que vai além do conteúdo acadêmico, reconhecendo o corpo como parte constitutiva do processo de aprendizagem. Acreditamos que preparar jovens para os desafios dos vestibulares e do mundo exige considerar suas dimensões física, emocional, social e cultural.

Por isso, deixamos aqui um convite para que outros pré-vestibulares populares e sociais incorporem a Educação Física em suas propostas pedagógicas. Ela não apenas complementa os saberes, como também potencializa a formação crítica e humana que tanto defendemos. Educação Física é também um conteúdo de resistência, de emancipação e de transformação.

REFERÊNCIAS

<https://pecep.org/>

FONSECA, M. P. S. RAMOS, M. Inclusão em movimento: discutindo a diversidade nas aulas de Educação Física Escolar. In: PONTES JUNIOR, J. A. F. (org.). Conhecimentos do professor de Educação Física Escolar. Fortaleza: EdUECE, 2017. p. 184-208.

GAMA, L. B. H. *A educação física na área de linguagens do Exame Nacional do Ensino Médio: um estudo sobre as questões relativas a esse componente curricular (2009-2018)*. 2020. 39 f. Produto Acadêmico Final (Especialização em Docência da Educação Básica na Disciplina de Educação Física) – Colégio Pedro II, Pró-Reitoria de Pós-Graduação, Pesquisa, Extensão e Cultura, Programa de Residência Docente, Rio de Janeiro, 2020.

SOARES, C. L. et al. Metodologia do Ensino de Educação Física. São Paulo: Cortez, 1992.

Realização:



Patrocínio:



Integração
Metropolitana



Projeto Gráfico:





Programa de
**Capacitação
e Integração
de Lideranças
Sociais**