ACTIVE METHODOLOGIES IN PHYSICAL EDUCATION TEACHING

METODOLOGÍAS ACTIVAS EN LA ENSEÑANZA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

ISSN: 3086-349X

Revista Quantum. Vol. 02 Ed. 04. 2026

Autores:

José Gilmar Feitosa[1]

Orlando Marreiro de Souza Júnior[2]

Eliane Silva da Luz[3]

Josineide Gomes da Mota[4]

[1] Licenciatura em Educação Física, Universidade Federal do Amazonas UFAM Email gilmarfeitosa49@gmail.com

[2] Doutor em “Ciências da Educação” EBWU – EMIL BRUNNER WORLD UNIVERSITY. Professor da Rede de Ensino Municipal de Santo André – SP https://orcid.org/0000-0001-8486-0910

[3] Mestra em Ciências da Educação – World Ecumenical University. Professora – Secretaria de Estado da Educação, da Cultura, do Esporte e do Lazer (SEEC/RN). E-mail: Elianeluz729@educar.rn.gov.br

[4] doutoranda em ciências da educação pela World University Ecumenical. Profissão: professora de Educação Física.

RESUMO

As metodologias ativas têm ganhado destaque no cenário educacional por promoverem maior participação dos estudantes no processo de ensino e aprendizagem. No contexto da Educação Física, essas abordagens possibilitam a construção de experiências pedagógicas mais dinâmicas, colaborativas e significativas, contribuindo para o desenvolvimento integral dos alunos. O presente estudo teve como objetivo analisar as contribuições das metodologias ativas para o ensino da Educação Física, destacando seus benefícios e desafios no ambiente escolar. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, de abordagem qualitativa, desenvolvida por meio da análise de livros, artigos científicos e documentos relacionados à temática. Os resultados evidenciaram que a utilização de metodologias ativas favorece o protagonismo estudantil, a autonomia, o trabalho em equipe e a participação nas atividades propostas. Além disso, observou-se que estratégias como aprendizagem baseada em projetos, gamificação, sala de aula invertida e aprendizagem colaborativa podem tornar as aulas mais atrativas e alinhadas às demandas educacionais contemporâneas. Conclui-se que a adoção dessas metodologias contribui significativamente para a melhoria do processo de ensino e aprendizagem na Educação Física, promovendo o desenvolvimento de competências cognitivas, sociais e motoras essenciais para a formação integral dos estudantes.

Palavras-chave: Metodologias Ativas; Educação Física; Aprendizagem; Ensino; Protagonismo Estudantil.

ABSTRACT

Active methodologies have gained prominence in the educational field by promoting greater student participation in the teaching and learning process. In the context of Physical Education, these approaches enable the construction of more dynamic, collaborative and meaningful pedagogical experiences, contributing to students' comprehensive development. This study aimed to analyze the contributions of active methodologies to Physical Education teaching, highlighting their benefits and challenges in the school environment. This is a bibliographic research with a qualitative approach, developed through the analysis of books, scientific articles and documents related to the topic. The results showed that the use of active

methodologies promotes student protagonism, autonomy, teamwork and participation in proposed activities. Furthermore, strategies such as project-based learning, gamification, flipped classroom and collaborative learning can make classes more attractive and aligned with contemporary educational demands. It is concluded that the adoption of these methodologies significantly contributes to improving the teaching and learning process in Physical Education, promoting the development of cognitive, social and motor skills essential for students' comprehensive education.

Keywords: Active Methodologies; Physical Education; Learning; Teaching; Student Protagonism.

RESUMEN

Las metodologías activas han ganado relevancia en el ámbito educativo por promover una mayor participación de los estudiantes en el proceso de enseñanza y aprendizaje. En el contexto de la Educación Física, estos enfoques permiten la construcción de experiencias pedagógicas más dinámicas, colaborativas y significativas, contribuyendo al desarrollo integral de los alumnos. El presente estudio tuvo como objetivo analizar las contribuciones de las metodologías activas para la enseñanza de la Educación Física, destacando sus beneficios y desafíos en el entorno escolar. Se trata de una investigación bibliográfica con enfoque cualitativo, desarrollada mediante el análisis de libros, artículos científicos y documentos relacionados con el tema. Los resultados evidenciaron que el uso de metodologías activas favorece el protagonismo estudiantil, la autonomía, el trabajo en equipo y la participación en las actividades propuestas. Además, se observó que estrategias como el aprendizaje basado en proyectos, la gamificación, el aula invertida y el aprendizaje colaborativo pueden hacer que las clases sean más atractivas y acordes con las demandas educativas contemporáneas. Se concluye que la adopción de estas metodologías contribuye significativamente a la mejora del proceso de enseñanza y aprendizaje en la Educación Física, promoviendo el desarrollo de competencias cognitivas, sociales y motoras esenciales para la formación integral de los estudiantes.

Palabras clave: Metodologías Activas; Educación Física; Aprendizaje; Enseñanza; Protagonismo Estudiantil.

1 INTRODUÇÃO

A educação contemporânea tem passado por profundas transformações em decorrência das mudanças sociais, culturais e tecnológicas que caracterizam o século XXI. Nesse contexto, as instituições de ensino são constantemente desafiadas a desenvolver práticas pedagógicas capazes de atender às novas demandas educacionais, promovendo uma aprendizagem mais significativa, participativa e alinhada às necessidades dos estudantes. Diante desse cenário, as metodologias ativas têm se destacado como importantes estratégias para a renovação das práticas educativas, colocando o aluno no centro do processo de ensino e aprendizagem.

No campo da Educação Física, essa discussão torna-se especialmente relevante devido às características próprias da disciplina, que envolve aspectos relacionados ao movimento corporal, à interação social, ao desenvolvimento motor e à construção de hábitos saudáveis. Historicamente, as aulas de Educação Física foram associadas à prática esportiva e à reprodução de exercícios físicos, muitas vezes priorizando a execução de atividades em detrimento da reflexão crítica e da construção de conhecimentos mais amplos sobre a cultura corporal.

Apesar da crescente utilização das metodologias ativas no campo educacional, ainda permanecem desafios relacionados à compreensão de como essas estratégias podem ser incorporadas às especificidades da Educação Física escolar. Parte da produção científica concentra-se na descrição das características das metodologias ou na apresentação de experiências pedagógicas isoladas, enquanto permanece necessária uma análise que articule suas diferentes possibilidades de aplicação aos objetivos formativos próprios do componente curricular. Essa lacuna torna-se particularmente relevante porque a Educação Física apresenta características distintas de outras áreas do currículo, envolvendo práticas corporais, interação, cooperação, movimento, tomada de decisões e construção de conhecimentos relacionados à cultura corporal.

Além disso, a literatura recente demonstra que os efeitos das metodologias ativas não são necessariamente uniformes entre diferentes contextos educacionais. Evidências recentes indicam resultados promissores para estratégias como aprendizagem cooperativa, gamificação, pausas ativas e aprendizagem baseada

em desafios, mas também apontam que a magnitude desses resultados depende das características das intervenções, do tempo de aplicação, do contexto escolar e das condições de implementação. Revisão sistemática publicada em 2025, por exemplo, identificou efeitos positivos de diferentes metodologias ativas envolvendo atividade física, mas ressaltou a heterogeneidade dos desenhos dos estudos e a necessidade de cautela na generalização dos resultados.

Nesse sentido, o presente estudo diferencia-se de uma abordagem meramente descritiva ao buscar analisar criticamente as contribuições das metodologias ativas para a Educação Física escolar, relacionando suas potencialidades aos processos de participação, autonomia, cooperação, motivação e desenvolvimento integral dos estudantes, sem desconsiderar os obstáculos relacionados à formação docente, infraestrutura, planejamento pedagógico e adequação das estratégias às características de cada turma.

A contribuição do estudo reside, portanto, na articulação entre os fundamentos das metodologias ativas e as especificidades pedagógicas da Educação Física, procurando identificar não apenas quais estratégias são apontadas pela literatura, mas em que condições podem favorecer experiências de aprendizagem mais significativas. Essa perspectiva permite ampliar a compreensão sobre a utilização dessas metodologias e, simultaneamente, evidenciar aspectos que ainda necessitam de maior investigação empírica, especialmente no contexto da Educação Básica brasileira.

Diante desse contexto, surge o seguinte problema de pesquisa: de que maneira as metodologias ativas podem contribuir para o processo de ensino e aprendizagem na Educação Física escolar? A partir dessa questão, busca-se compreender as potencialidades dessas estratégias pedagógicas, suas condições de aplicação, seus limites e suas possíveis implicações para a prática docente.

O objetivo geral deste estudo é analisar criticamente as contribuições das metodologias ativas para o ensino da Educação Física. Como objetivos específicos, pretende-se compreender os fundamentos dessas metodologias; identificar suas principais formas de aplicação na Educação Física escolar; analisar as contribuições relacionadas à participação, autonomia, cooperação e aprendizagem dos estudantes; e discutir os desafios e as condições necessárias para sua implementação no contexto escolar.

A realização desta pesquisa justifica-se pela necessidade de ampliar as discussões

sobre práticas pedagógicas capazes de superar modelos exclusivamente centrados na transmissão de conteúdos e na reprodução de movimentos. Ao articular metodologias ativas, Educação Física e formação integral, o estudo busca oferecer uma síntese crítica que possa contribuir tanto para o debate acadêmico quanto para a reflexão sobre o planejamento e a atuação pedagógica no cotidiano escolar.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Metodologias ativas: conceitos e fundamentos educacionais

As metodologias ativas constituem um conjunto de estratégias pedagógicas que têm como principal característica a participação efetiva dos estudantes na construção do conhecimento. Diferentemente das abordagens tradicionais de ensino, nas quais o professor assume papel central na transmissão dos conteúdos, as metodologias ativas valorizam o protagonismo discente, a autonomia, a investigação e a aprendizagem colaborativa.

Segundo Moran (2018), as metodologias ativas promovem uma aprendizagem mais profunda e significativa, uma vez que os estudantes deixam de atuar como simples receptores de informações e passam a participar ativamente da resolução de problemas, da construção de projetos e da produção do conhecimento. Nessa perspectiva, o processo educativo torna-se mais dinâmico e alinhado às demandas da sociedade contemporânea.

De acordo com Bacich e Moran (2018), as metodologias ativas representam uma mudança de paradigma educacional ao deslocarem o foco do ensino para a aprendizagem. Os autores destacam que a participação ativa dos estudantes favorece o desenvolvimento de competências cognitivas, sociais e emocionais, contribuindo para uma formação mais integral.

Berbel (2011) afirma que as metodologias ativas se fundamentam em princípios que valorizam a problematização da realidade, a reflexão crítica e a capacidade de tomada de decisões. Dessa forma, os estudantes são incentivados a analisar situações concretas, formular hipóteses e construir soluções para os desafios

apresentados.

Além disso, Diesel, Baldez e Martins (2017) destacam que essas metodologias promovem o desenvolvimento da autonomia e da responsabilidade dos estudantes em relação ao próprio processo de aprendizagem. Os autores ressaltam que a aprendizagem ativa favorece o engajamento e amplia as possibilidades de construção do conhecimento em diferentes contextos educacionais.

Nesse sentido, as metodologias ativas vêm sendo amplamente discutidas no campo educacional por sua capacidade de promover aprendizagens mais significativas e contribuir para a formação de sujeitos críticos, participativos e preparados para enfrentar os desafios da sociedade atual.

2.2 A Educação Física no contexto escolar

A Educação Física é uma área do conhecimento que integra o currículo da Educação Básica e possui importante papel na formação integral dos estudantes. Sua atuação vai além da prática de exercícios físicos, envolvendo aspectos relacionados à cultura corporal, ao desenvolvimento motor, à saúde, à socialização e à cidadania.

Segundo Darido (2012), a Educação Física escolar deve proporcionar experiências que permitam aos estudantes compreender e vivenciar diferentes manifestações da cultura corporal, incluindo esportes, jogos, danças, lutas e atividades recreativas. Dessa forma, a disciplina contribui para o desenvolvimento de habilidades físicas, cognitivas e socioemocionais.

De acordo com Betti e Zuliani (2002), a Educação Física contemporânea busca superar concepções reducionistas que associavam suas práticas exclusivamente ao treinamento físico ou ao rendimento esportivo. Os autores defendem uma abordagem pedagógica voltada para a formação crítica dos estudantes e para a compreensão das relações entre corpo, cultura e sociedade.

Os documentos curriculares brasileiros também reforçam a importância da disciplina para o desenvolvimento integral dos alunos. A Base Nacional Comum Curricular estabelece que a Educação Física deve promover experiências relacionadas à cultura corporal de movimento, contribuindo para a construção da autonomia, da cooperação e do respeito às diferenças (BRASIL, 2018).

Nesse contexto, torna-se fundamental a adoção de práticas pedagógicas capazes de ampliar o envolvimento dos estudantes nas atividades propostas, favorecendo a construção de conhecimentos e o desenvolvimento de competências essenciais para a vida em sociedade.

A articulação entre as metodologias ativas e as orientações curriculares nacionais também se mostra relevante para compreender as possibilidades de transformação das práticas pedagógicas na Educação Física. A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) compreende a Educação Física como componente curricular que tematiza as práticas corporais em suas diferentes manifestações, considerando-as como produções culturais e formas de expressão, comunicação e construção de conhecimentos (BRASIL, 2018). Essa concepção amplia a compreensão da disciplina para além da execução técnica de movimentos, valorizando experiências que envolvam participação, reflexão, interação e construção de significados.

Nesse contexto, as metodologias ativas apresentam aproximações importantes com os princípios pedagógicos estabelecidos para a Educação Física escolar. Estratégias fundamentadas na resolução de problemas, na aprendizagem colaborativa, na investigação e na participação dos estudantes podem favorecer situações nas quais os conhecimentos relacionados às práticas corporais sejam construídos de maneira mais participativa e contextualizada. A utilização dessas metodologias pode contribuir, portanto, para que os estudantes não sejam considerados apenas executores de movimentos, mas sujeitos capazes de interpretar, analisar, experimentar e ressignificar diferentes práticas corporais.

Essa aproximação também pode ser observada nas competências específicas da Educação Física para o Ensino Fundamental, que contemplam dimensões relacionadas à compreensão das práticas corporais, à participação, à construção de valores, ao reconhecimento das diferenças e à utilização dos conhecimentos construídos para a atuação autônoma e responsável. Nesse sentido, metodologias que estimulem cooperação, tomada de decisão, resolução de problemas e reflexão crítica podem criar condições pedagógicas compatíveis com tais finalidades (BRASIL, 2018).

Entretanto, a correspondência entre metodologias ativas e orientações curriculares não deve ser interpretada como uma relação automática. A presença de uma metodologia considerada ativa não garante, por si só, o desenvolvimento das competências previstas no currículo. É a intencionalidade pedagógica que determina como determinada estratégia será utilizada, quais aprendizagens serão

priorizadas e de que maneira os estudantes serão conduzidos à reflexão sobre suas experiências.

Na Educação Física, essa questão assume particular importância porque uma mesma atividade pode produzir resultados pedagógicos distintos conforme sua organização. Uma prática esportiva, por exemplo, pode ser conduzida de maneira predominantemente reprodutiva, concentrando-se na execução de movimentos e no desempenho, ou pode ser estruturada a partir de situações-problema que envolvam tomada de decisões, cooperação, análise de estratégias e reflexão sobre a própria prática. No segundo caso, a experiência aproxima-se mais dos princípios das metodologias ativas e das finalidades formativas estabelecidas para o componente curricular.

Assim, a integração entre a BNCC e as metodologias ativas permite compreender que a inovação pedagógica na Educação Física não consiste apenas em utilizar recursos tecnológicos ou estratégias diferentes das práticas tradicionais. Trata-se de organizar experiências de aprendizagem nas quais os estudantes possam participar ativamente, mobilizar conhecimentos, tomar decisões, interagir com os colegas e atribuir significado às práticas corporais. A metodologia, nesse sentido, constitui um meio para concretizar objetivos educacionais mais amplos relacionados à formação integral.

Essa perspectiva também evidencia a necessidade de planejamento docente. Para que as metodologias ativas contribuam efetivamente para as aprendizagens previstas no currículo, o professor precisa selecionar estratégias compatíveis com os objetivos da aula, considerar as características dos estudantes e estabelecer formas de acompanhamento e avaliação. Dessa maneira, a articulação entre currículo e metodologia deixa de ser apenas conceitual e passa a orientar concretamente a organização do processo de ensino e aprendizagem.

2.3 A aplicação das metodologias ativas na Educação Física

A utilização das metodologias ativas na Educação Física tem sido apontada como uma importante estratégia para tornar as aulas mais participativas, motivadoras e significativas. Essas metodologias possibilitam que os estudantes assumam papel ativo no processo de aprendizagem, desenvolvendo competências relacionadas à

autonomia, à cooperação e à resolução de problemas.

Segundo Moran (2018), uma das principais características das metodologias ativas é a valorização da participação dos estudantes na construção do conhecimento. Na Educação Física, isso pode ocorrer por meio de atividades que incentivem a investigação, a tomada de decisões e a realização de projetos relacionados à saúde, ao esporte e à qualidade de vida.

A aprendizagem baseada em projetos é uma das estratégias que vêm sendo amplamente utilizadas nesse contexto. De acordo com Bacich e Moran (2018), essa metodologia permite que os estudantes desenvolvam pesquisas, elaborem propostas e construam soluções para problemas relacionados ao cotidiano. Nas aulas de Educação Física, projetos sobre hábitos saudáveis, práticas esportivas e inclusão podem favorecer a aprendizagem e o protagonismo estudantil.

Outra metodologia frequentemente utilizada é a gamificação. Segundo Fardo (2013), a utilização de elementos presentes nos jogos aumenta a motivação dos estudantes e favorece o engajamento nas atividades educacionais. Na Educação Física, a gamificação pode ser aplicada por meio de desafios, missões, pontuações e atividades cooperativas que tornam as aulas mais atrativas.

A sala de aula invertida também apresenta potencial para a área. Conforme Bergmann e Sams (2016), essa metodologia permite que os conteúdos teóricos sejam estudados previamente pelos alunos, reservando o tempo presencial para atividades práticas, discussões e aprofundamento dos conhecimentos. Essa estratégia amplia as possibilidades de aprendizagem e favorece a participação ativa dos estudantes.

Além disso, a aprendizagem colaborativa constitui uma importante ferramenta para o desenvolvimento de competências sociais. Segundo Diesel, Baldez e Martins (2017), o trabalho em equipe estimula a cooperação, o diálogo e a construção coletiva do conhecimento, aspectos fundamentais para a formação integral dos estudantes.

2.4 Benefícios e desafios das metodologias ativas

na Educação Física

Os estudos analisados apontam diversos benefícios associados à utilização das metodologias ativas na Educação Física escolar. Entre os principais aspectos positivos destacam-se o aumento da participação dos estudantes, o fortalecimento da autonomia, o desenvolvimento do pensamento crítico e a melhoria das relações interpessoais.

De acordo com Moran (2018), as metodologias ativas favorecem o engajamento dos alunos porque promovem experiências de aprendizagem mais próximas de suas realidades e interesses. Essa característica é especialmente relevante na Educação Física, uma vez que a disciplina trabalha diretamente com experiências corporais e práticas coletivas.

Bacich e Moran (2018) ressaltam que essas metodologias contribuem para o desenvolvimento de competências essenciais para o século XXI, como criatividade, colaboração, comunicação e resolução de problemas. Tais competências possuem grande relevância tanto para a vida acadêmica quanto para a atuação social dos estudantes.

Entretanto, a implementação dessas metodologias também apresenta desafios. Segundo Libâneo (2013), muitos professores ainda enfrentam dificuldades relacionadas à adaptação de suas práticas pedagógicas e à necessidade de formação continuada. A mudança de uma abordagem tradicional para uma perspectiva centrada no estudante exige planejamento, capacitação e reflexão constante sobre o processo educativo.

Outro desafio refere-se às condições estruturais das instituições de ensino. A ausência de materiais adequados, limitações de espaço físico e dificuldades de acesso às tecnologias podem comprometer a efetivação de algumas estratégias pedagógicas inovadoras.

Apesar dessas limitações, a literatura evidencia que os benefícios proporcionados pelas metodologias ativas superam os desafios encontrados. Quando planejadas adequadamente, essas estratégias contribuem para tornar as aulas de Educação Física mais participativas, inclusivas e alinhadas às necessidades educacionais contemporâneas, fortalecendo o papel da disciplina na formação integral dos estudantes.

3 METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa de natureza básica, de abordagem qualitativa, com caráter descritivo e exploratório, desenvolvida por meio de revisão bibliográfica da produção científica relacionada às metodologias ativas no ensino da Educação Física escolar. A escolha desse delineamento decorre da necessidade de reunir, sistematizar e interpretar conhecimentos já produzidos sobre a temática, buscando compreender não apenas as contribuições atribuídas às metodologias ativas, mas também suas possibilidades de aplicação, limitações e implicações para a prática pedagógica.

A pesquisa bibliográfica foi desenvolvida a partir da consulta a livros, artigos científicos, trabalhos acadêmicos e documentos oficiais relacionados às metodologias ativas, à Educação Física escolar e às práticas pedagógicas contemporâneas. Foram consideradas, prioritariamente, publicações que apresentassem relação direta com o objeto investigado e que possibilitassem discutir a utilização de estratégias pedagógicas centradas na participação, autonomia, colaboração, resolução de problemas e protagonismo dos estudantes.

Para o levantamento bibliográfico, foram consideradas publicações disponíveis em bases e fontes acadêmicas relacionadas às áreas da Educação e da Educação Física, com atenção especial a periódicos científicos e repositórios de reconhecida relevância acadêmica. Entre as fontes consultadas e consideradas pertinentes à temática, destacam-se a Scientific Electronic Library Online (SciELO), a Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), o Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) e o Google Acadêmico, além de documentos curriculares oficiais e obras de referência utilizadas na fundamentação teórica do estudo.

A estratégia de busca foi orientada pela combinação de termos relacionados ao objeto da pesquisa, contemplando expressões como “metodologias ativas”, “educação física escolar”, “ensino de educação física”, “aprendizagem ativa”, “práticas pedagógicas” e “metodologias inovadoras”. Os termos foram empregados de forma combinada e isolada, de acordo com as características das fontes consultadas, com o objetivo de ampliar a identificação de produções diretamente relacionadas ao tema.

Como critérios de inclusão, foram consideradas publicações que apresentassem

discussão relacionada às metodologias ativas no contexto educacional, especialmente aquelas vinculadas à Educação Física escolar; estudos que abordassem estratégias como aprendizagem baseada em projetos, gamificação, sala de aula invertida, aprendizagem colaborativa, aprendizagem baseada em problemas ou outras práticas centradas na participação ativa dos estudantes; publicações disponíveis em texto integral; e documentos que contribuíssem para a compreensão das diretrizes e finalidades da Educação Física na Educação Básica.

Foram excluídos trabalhos que não apresentassem relação direta com o objeto de estudo, publicações cujo conteúdo estivesse direcionado exclusivamente a contextos distintos da educação escolar quando não possibilitassem aproximação com a Educação Física, materiais sem informações suficientes para sua identificação acadêmica e produções que apenas mencionassem metodologias ativas sem estabelecer relação com os processos de ensino e aprendizagem investigados.

A seleção das publicações ocorreu inicialmente mediante leitura dos títulos e resumos, buscando identificar a pertinência dos trabalhos em relação ao problema e aos objetivos da pesquisa. Posteriormente, as publicações consideradas potencialmente relevantes foram submetidas à leitura do conteúdo, permitindo verificar sua contribuição efetiva para a discussão proposta. Esse procedimento possibilitou organizar as informações segundo os seguintes eixos temáticos: fundamentos das metodologias ativas; aplicações no ensino da Educação Física; contribuições para a participação, autonomia e aprendizagem dos estudantes; potencialidades para o desenvolvimento integral; e desafios relacionados à implementação dessas estratégias no ambiente escolar.

Para a organização e interpretação das informações, adotou-se uma perspectiva qualitativa de análise de conteúdo. Conforme Gil (2008), a pesquisa bibliográfica possibilita ao pesquisador utilizar materiais já produzidos para ampliar a compreensão de determinado fenômeno e construir uma fundamentação teórica para a investigação. Nesse sentido, os conteúdos selecionados foram analisados de maneira interpretativa, buscando identificar aproximações, diferenças, contribuições e limitações presentes na literatura consultada.

A análise não se restringiu à descrição das características das metodologias ativas. Procurou-se estabelecer relações entre os diferentes estudos e perspectivas teóricas, considerando de que maneira as estratégias pedagógicas podem ser incorporadas às especificidades da Educação Física escolar. Dessa forma, a

interpretação dos resultados considerou aspectos relacionados ao protagonismo dos estudantes, à autonomia, à cooperação, à motivação, à resolução de problemas, ao desenvolvimento de competências e às condições necessárias para a implementação dessas práticas.

Também foram considerados documentos normativos e curriculares brasileiros, especialmente a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), com a finalidade de estabelecer relação entre as metodologias ativas e as finalidades educacionais atribuídas à Educação Física na Educação Básica. Essa articulação permitiu analisar a temática não apenas sob a perspectiva das estratégias metodológicas, mas também em relação às competências, habilidades e princípios pedagógicos que orientam o componente curricular.

Por se tratar de uma investigação baseada exclusivamente em fontes bibliográficas e documentais de acesso público, sem participação direta de seres humanos, entrevistas, questionários ou coleta de informações pessoais, não houve realização de procedimentos de pesquisa envolvendo participantes. Assim, o estudo concentrou-se na análise de materiais científicos, acadêmicos e normativos previamente publicados.

A opção por uma revisão bibliográfica de abordagem qualitativa permite, portanto, compreender o fenômeno investigado em sua dimensão pedagógica e interpretativa, possibilitando identificar tanto as contribuições atribuídas às metodologias ativas quanto os desafios que podem limitar sua utilização no cotidiano escolar. A análise desses diferentes aspectos constitui a base para a discussão apresentada nas seções seguintes, buscando superar uma abordagem exclusivamente descritiva e estabelecer uma reflexão crítica sobre as possibilidades de utilização das metodologias ativas no ensino da Educação Física.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise da literatura permitiu identificar que as metodologias ativas têm assumido papel cada vez mais relevante no contexto da Educação Física escolar, especialmente diante das transformações educacionais ocorridas nas últimas décadas. Os estudos consultados demonstram que essas metodologias contribuem significativamente para a superação de práticas tradicionais centradas exclusivamente na execução de exercícios físicos e na reprodução de movimentos,

favorecendo uma abordagem mais participativa, reflexiva e alinhada às necessidades dos estudantes contemporâneos.

Os resultados evidenciam que a adoção de metodologias ativas promove mudanças importantes na dinâmica das aulas de Educação Física. Segundo Moran (2018), a aprendizagem torna-se mais significativa quando os estudantes participam ativamente da construção do conhecimento, assumindo responsabilidades, tomando decisões e refletindo sobre suas próprias experiências. Essa perspectiva amplia as possibilidades pedagógicas da disciplina, permitindo que os conteúdos relacionados à cultura corporal sejam trabalhados de forma mais contextualizada e crítica.

Nesse sentido, observou-se que a utilização de estratégias como aprendizagem baseada em projetos, gamificação, aprendizagem colaborativa e sala de aula invertida favorece o desenvolvimento da autonomia dos estudantes e fortalece sua participação nas atividades propostas. Bacich e Moran (2018) destacam que essas metodologias possibilitam uma aprendizagem mais profunda, pois estimulam a investigação, a resolução de problemas e o trabalho coletivo, aspectos fundamentais para a formação integral dos alunos.

A literatura também aponta que a aprendizagem baseada em projetos apresenta grande potencial para a Educação Física escolar. Por meio dessa metodologia, os estudantes podem desenvolver pesquisas relacionadas à saúde, à qualidade de vida, à prática esportiva e aos hábitos corporais, construindo conhecimentos a partir de situações concretas e próximas de sua realidade. Esse processo favorece não apenas a aquisição de conhecimentos, mas também o desenvolvimento de competências como liderança, organização, criatividade e pensamento crítico.

Outro aspecto amplamente discutido pelos autores refere-se à gamificação. Conforme Fardo (2013), a incorporação de elementos presentes nos jogos contribui para aumentar a motivação e o engajamento dos estudantes. Na Educação Física, essa estratégia pode ser aplicada por meio de desafios, missões, pontuações e atividades cooperativas que tornam o processo de aprendizagem mais atrativo e estimulante. Os estudos analisados indicam que a gamificação favorece a participação dos alunos e contribui para a construção de experiências educativas mais significativas.

A aprendizagem colaborativa também se destaca entre as metodologias mais utilizadas na Educação Física. Segundo Diesel, Baldez e Martins (2017), o trabalho

em grupo possibilita a troca de experiências, a cooperação e a construção coletiva do conhecimento. No contexto das aulas de Educação Física, essa abordagem fortalece as relações interpessoais, promove o respeito às diferenças e estimula o desenvolvimento de habilidades sociais importantes para a convivência em sociedade.

Outro resultado relevante identificado na literatura refere-se à contribuição das metodologias ativas para o desenvolvimento de competências socioemocionais. Os estudos demonstram que a participação ativa dos estudantes favorece a autonomia, a responsabilidade, a capacidade de comunicação e a resolução de conflitos. Tais competências são consideradas essenciais para a formação integral dos indivíduos e estão alinhadas às diretrizes educacionais contemporâneas.

Entretanto, a análise dos estudos também evidenciou desafios relacionados à implementação dessas metodologias no ambiente escolar. Um dos principais obstáculos refere-se à necessidade de formação continuada dos professores. Libâneo (2013) destaca que a adoção de práticas pedagógicas inovadoras exige mudanças nas concepções tradicionais de ensino, demandando atualização profissional e constante reflexão sobre o trabalho docente.

Além disso, foram identificadas dificuldades relacionadas à infraestrutura das instituições de ensino. Em algumas escolas, a escassez de materiais pedagógicos, equipamentos esportivos e recursos tecnológicos pode limitar a aplicação de determinadas estratégias metodológicas. Essa realidade demonstra a importância de investimentos institucionais que favoreçam a implementação de práticas educacionais inovadoras.

Apesar dessas limitações, os resultados encontrados apontam que os benefícios proporcionados pelas metodologias ativas superam os desafios observados. Os estudos analisados convergem ao afirmar que essas estratégias contribuem para tornar as aulas de Educação Física mais participativas, inclusivas e significativas, favorecendo o desenvolvimento de competências cognitivas, sociais, emocionais e motoras.

Tabela 1 – Contribuições das metodologias ativas para o ensino

da Educação Física

Metodologia ativa	Possibilidade de aplicação na Educação Física	Principais contribuições identificadas	Condições para potencializar os resultados
Aprendizagem baseada em projetos	Desenvolvimento de projetos relacionados à saúde, práticas corporais, esporte, lazer, cultura corporal e qualidade de vida	Integração de conhecimentos, autonomia, investigação e resolução de problemas	Planejamento por etapas, definição clara dos objetivos e acompanhamento docente
Gamificação	Organização de desafios, missões, níveis de progressão e atividades com elementos de jogos	Motivação, participação, engajamento e feedback durante as atividades	Vinculação dos elementos de jogo aos objetivos pedagógicos, evitando competição sem finalidade educativa
Sala de aula invertida	Estudo prévio de conteúdos conceituais seguido de atividades práticas, discussões e resolução de problemas	Aproveitamento do tempo presencial, participação e integração entre teoria e prática	Acesso aos materiais, orientação prévia e consideração das desigualdades de acesso às tecnologias
Aprendizagem colaborativa/cooperativa	Atividades em pequenos grupos, resolução coletiva de problemas e tarefas cooperativas	Interação, comunicação, responsabilidade, cooperação e participação	Distribuição equilibrada das responsabilidades e mediação do professor

Metodologia ativa	Possibilidade de aplicação na Educação Física	Principais contribuições identificadas	Condições para potencializar os resultados
Aprendizagem baseada em problemas/desafios	Situações-problema envolvendo práticas corporais, estratégias de jogo e tomada de decisões	Pensamento crítico, tomada de decisão, autonomia e aplicação prática do conhecimento	Problemas adequados ao nível de desenvolvimento dos estudantes e acompanhamento sistemático
Estratégias centradas no estudante	Atividades que permitem escolhas, investigação, experimentação e participação nas decisões	Protagonismo, autonomia e maior envolvimento no processo de aprendizagem	Objetivos claros, mediação pedagógica e critérios de avaliação definidos

Fonte: Elaborado pelo autor (2026), com base na literatura analisada.

A partir dos resultados apresentados, observa-se que as metodologias ativas representam importantes ferramentas para a renovação das práticas pedagógicas na Educação Física escolar. Sua utilização possibilita a construção de ambientes de aprendizagem mais dinâmicos, colaborativos e centrados no estudante, contribuindo para uma educação mais significativa e compatível com as exigências da sociedade contemporânea. Dessa forma, a ampliação do uso dessas metodologias pode fortalecer o papel da Educação Física na formação integral dos estudantes e na promoção de experiências educativas mais relevantes e transformadoras.

A síntese apresentada nas Tabelas 1 e 2 evidencia que as metodologias ativas não constituem um conjunto homogêneo de técnicas nem produzem resultados independentes do contexto em que são utilizadas. Embora diferentes estratégias apresentem potencial para ampliar participação, autonomia, cooperação e envolvimento dos estudantes, cada uma delas apresenta condições específicas de implementação. A aprendizagem cooperativa, por exemplo, depende de organização adequada dos grupos e distribuição das responsabilidades, enquanto a gamificação exige atenção para que os elementos competitivos não substituam os objetivos de aprendizagem. Da mesma forma, estratégias mediadas por tecnologias precisam considerar as condições concretas de acesso dos estudantes.

A análise conjunta também demonstra que o papel do professor permanece central, ainda que sua função seja reorganizada. Nas metodologias ativas, a atuação docente desloca-se de uma posição predominantemente transmissiva para uma função de planejamento, mediação, acompanhamento e avaliação das experiências de aprendizagem. Dessa maneira, a efetividade das metodologias não deve ser atribuída exclusivamente à estratégia empregada, mas à relação estabelecida entre metodologia, objetivos curriculares, características dos estudantes, condições institucionais e intervenção pedagógica.

Essa constatação reforça a necessidade de evitar uma compreensão instrumental das metodologias ativas. A inovação pedagógica não se resume à adoção de jogos, tecnologias, projetos ou atividades diferenciadas. Sua contribuição está relacionada à capacidade de criar situações nas quais o estudante seja efetivamente envolvido na construção do conhecimento e possa relacionar a experiência corporal à reflexão, à tomada de decisões e à interação social. Na Educação Física escolar, essa perspectiva amplia as possibilidades de formação para além do desenvolvimento de habilidades motoras isoladas, aproximando o componente curricular de uma concepção integral de aprendizagem.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo teve como objetivo analisar as contribuições das metodologias ativas para o ensino da Educação Física, buscando compreender de que maneira essas estratégias pedagógicas podem favorecer o processo de ensino e aprendizagem no contexto escolar. A partir da revisão bibliográfica realizada, verificou-se que as metodologias ativas apresentam potencial significativo para a transformação das práticas pedagógicas, especialmente por favorecerem maior participação dos estudantes, o desenvolvimento da autonomia e a construção de aprendizagens mais significativas.

Os estudos analisados demonstraram que estratégias como aprendizagem baseada em projetos, gamificação, aprendizagem colaborativa e sala de aula invertida podem ampliar as possibilidades metodológicas da Educação Física, tornando as aulas mais dinâmicas, participativas e contextualizadas. Além dos aspectos relacionados ao desenvolvimento motor, essas abordagens podem contribuir para dimensões cognitivas, sociais e afetivas, favorecendo a cooperação, a criatividade, a tomada de decisões, a autonomia e a participação dos estudantes nas diferentes

experiências corporais.

Nesse sentido, a Educação Física assume papel relevante na formação integral dos estudantes, uma vez que suas práticas pedagógicas podem ultrapassar a perspectiva exclusivamente voltada ao desempenho físico e contemplar também aspectos relacionados à cidadania, à convivência social, ao respeito às diferenças e à qualidade de vida. A utilização de metodologias ativas pode contribuir para esse processo ao colocar o estudante em posição mais participativa na construção do conhecimento, enquanto o professor assume uma função de mediador e organizador das experiências de aprendizagem.

Apesar dos resultados encontrados, é necessário reconhecer algumas limitações do presente estudo. Por se tratar de uma pesquisa de natureza bibliográfica, suas conclusões estão condicionadas às características, aos recortes metodológicos e aos resultados apresentados pelos estudos selecionados. Além disso, a diversidade de estratégias classificadas como metodologias ativas, bem como as diferenças entre os contextos escolares, faixas etárias, condições estruturais e formas de aplicação das intervenções, dificultam a realização de generalizações sobre seus efeitos no ensino da Educação Física. Também se destaca que a revisão não permite, isoladamente, determinar que uma metodologia específica seja igualmente eficaz em diferentes realidades educacionais.

Outro aspecto identificado refere-se aos desafios enfrentados pelos professores para a implementação dessas propostas. A utilização efetiva de metodologias ativas depende de fatores como formação continuada, planejamento pedagógico, disponibilidade de recursos, infraestrutura adequada, tempo destinado à organização das atividades e apoio institucional. Dessa forma, a adoção dessas estratégias não deve ocorrer de maneira descontextualizada, mas considerar as características dos estudantes, os objetivos educacionais, as condições da escola e a realidade sociocultural na qual o processo educativo está inserido.

Diante dessas limitações, recomenda-se que pesquisas futuras ampliem a investigação sobre a aplicação das metodologias ativas especificamente nas aulas de Educação Física, utilizando estudos de campo, pesquisas experimentais, estudos longitudinais e abordagens de métodos mistos. Também se mostra relevante investigar a percepção de professores e estudantes acerca dessas estratégias, bem como analisar seus efeitos sobre aspectos como participação, motivação, autonomia, aprendizagem, inclusão e desenvolvimento de competências socioemocionais. Estudos futuros poderão ainda comparar diferentes metodologias

ativas em distintos níveis de ensino e contextos escolares, contribuindo para uma compreensão mais aprofundada das condições necessárias para sua implementação.

Conclui-se, portanto, que as metodologias ativas constituem possibilidades pedagógicas relevantes para o ensino da Educação Física, sobretudo quando planejadas de forma coerente com os objetivos educacionais e com as características do contexto escolar. Embora não representem uma solução única para os desafios enfrentados pela disciplina, essas estratégias podem favorecer práticas mais participativas, reflexivas e significativas. Sua efetividade está relacionada não apenas à escolha da metodologia, mas também à atuação docente, às condições institucionais e à adequada articulação entre teoria e prática. Assim, o fortalecimento da formação dos professores e a realização de novas pesquisas sobre a aplicação dessas metodologias podem contribuir para ampliar sua utilização de maneira crítica, planejada e pedagogicamente fundamentada no ensino da Educação Física.

REFERÊNCIAS

BACICH, Lilian; MORAN, José (org.). **Metodologias ativas para uma educação inovadora: uma abordagem teórico-prática**. Porto Alegre: Penso, 2018.

BERBEL, Neusi Aparecida Navas. As metodologias ativas e a promoção da autonomia de estudantes. **Semina: Ciências Sociais e Humanas**, Londrina, v. 32, n. 1, p. 25-40, 2011.

BERGMANN, Jonathan; SAMS, Aaron. **Sala de aula invertida: uma metodologia ativa de aprendizagem**. Rio de Janeiro: LTC, 2016.

BETTI, Mauro; ZULIANI, Luiz Roberto. Educação Física escolar: uma proposta de diretrizes pedagógicas. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 1, n. 1, p. 73-81, 2002.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília, DF: MEC, 2018.

DARIDO, Suraya Cristina. **Educação Física na escola: conteúdos, suas dimensões e significados**. São Paulo: Editora Unesp, 2012.

DIESEL, Aline; BALDEZ, Alda Leila Santos; MARTINS, Silvana Neumann. Os princípios das metodologias ativas de ensino: uma abordagem teórica. **Revista Thema**, Pelotas, v. 14, n. 1, p. 268-288, 2017.

FARDO, Marcelo Luís. A gamificação aplicada em ambientes de aprendizagem. **Revista Novas Tecnologias na Educação**, Porto Alegre, v. 11, n. 1, p. 1-9, 2013.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

LIBÂNEO, José Carlos. **Didática**. 2. ed. São Paulo: Cortez, 2013.

MORAN, José. Metodologias ativas para uma aprendizagem mais profunda. In: BACICH, Lilian; MORAN, José (org.). **Metodologias ativas para uma educação inovadora: uma abordagem teórico-prática**. Porto Alegre: Penso, 2018. p. 35-76.

PAES, Roberto Rodrigues; BALBINO, Hermes Ferreira. **Pedagogia do esporte: contextos e perspectivas**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

TANI, Go et al. **Educação Física escolar: fundamentos de uma abordagem desenvolvimentista**. São Paulo: EPU, 1988.

VYGOTSKY, Lev Semionovich. **A formação social da mente**. 7. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2007.