

## ARTIGO 4

# Currículo da Educação Física na Educação a Distância: Processos Pedagógicos e Trilhas de Aprendizagem como Eixo Central da Prática Docente

*Physical Education Curriculum in Distance Education: Pedagogical Processes and Learning Pathways as the Central Axis of Teaching Practice*

DIEGO RAMIRES SILVA SANTOS<sup>1</sup>

GABRIELA DE OLIVEIRA<sup>2</sup>

ALYSSON DOS ANJOS<sup>3</sup>

## RESUMO

A Educação Física na modalidade de Educação a Distância (EaD) desencadeia transformações cruciais nos processos pedagógicos, especialmente no que tange à organização curricular e ao engajamento discente. O modelo tradicional, focado na transmissão de conteúdos e na mera reprodução técnica de práticas corporais, revela-se ineficaz quando transposto diretamente para Ambientes Virtuais de Aprendizagem (AVA). Neste panorama, as Trilhas de Aprendizagem (TA) consolidam-se como um eixo central e inovador para o planejamento das aulas, promovendo uma articulação robusta entre a autonomia do estudante, a mediação qualificada do docente e a construção colaborativa do conhecimento. O presente artigo dedica-se a analisar criticamente a maneira pela qual o currículo da Educação Física na EaD pode ser estruturado a partir de trilhas formativas que sejam flexíveis, contextualizadas e construídas em diálogo constante com os estudantes, culminando em práticas pedagógicas mais participativas e efetivas. A pesquisa adota uma abordagem qualitativa, fundamentada em uma análise bibliográfica e em um referencial teórico-crítico. A principal conclusão aponta que as trilhas de aprendizagem configuram um eixo estruturante com potencial para fomentar a personalização, a corresponsabilidade e o desenvolvimento integral dos alunos, desde que estejam intrinsecamente integradas a um currículo que seja aberto, reflexivo e profundamente atento às especificidades e desafios impostos pela modalidade a distância.

**Palavras-chave:** Educação Física; Educação a Distância; Currículo; Trilhas de Aprendizagem; Processos Pedagógicos.

## ABSTRACT

Physical Education in the Distance Education (DE) modality triggers crucial transformations in pedagogical processes, especially concerning curricular organization and student engagement. The traditional model, focused on content transmission and the mere technical reproduction of corporal practices, proves ineffective when

<sup>1</sup> Professor Regente dos Cursos Superiores de Bacharelado e Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Leonardo da Vinci – UNIASSELVI. Integrante do Grupo de Estudos e Pesquisas do Movimento Humano (GEPMOV-UNIASSELVI). Doutor em Educação – Área: História do Currículo (PPGE/UFRJ). E-mail: diego.santos@regente.uniassevi.com.br

<sup>2</sup> Professora Regente dos Cursos Superiores de Bacharelado e Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Leonardo da Vinci – UNIASSELVI. Mestre em Ciências do Movimento Humano – Área: Biodinâmica do Movimento Humano (PPGCMH /UENP). E-mail: gabriela.oliveira@regente.uniassevi.com.br

<sup>3</sup> Professor no Curso Superior de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário de Lavras – UNILAVRAS. Mestre em Educação pela Universidade Federal de Lavras – Área: Formação de Professores (PPGE/UFLA). E-mail: alyssonsilva@unilavras.edu.br

directly transposed to Virtual Learning Environments (VLE). In this scenario, Learning Trails (LT) consolidate as a central and innovative axis for lesson planning, promoting a robust articulation between student autonomy, qualified teacher mediation, and collaborative knowledge construction. This article critically analyzes how the Physical Education curriculum in DE can be structured based on flexible, contextualized learning trails built in constant dialogue with students, culminating in more participatory and effective pedagogical practices. The research adopts a qualitative approach, grounded in a bibliographic analysis and a critical-theoretical framework. The main conclusion indicates that learning trails configure a structuring axis with the potential to foster personalization, co-responsibility, and the integral development of students, provided they are intrinsically integrated into a curriculum that is open, reflective, and deeply attentive to the specificities and challenges imposed by the distance modality.

**Keywords:** Physical Education; Distance Education; Curriculum; Learning Trails; Pedagogical Processes.

## INTRODUÇÃO

A significativa expansão da Educação a Distância (EaD) no cenário do ensino superior brasileiro impõe uma reavaliação profunda dos paradigmas de ensino e aprendizagem (BELLONI, 2009). Para a Educação Física, disciplina historicamente atrelada à presencialidade e à vivência corporal imediata, os desafios se acentuam, pois o estudo do corpo, do movimento e das diversas manifestações da cultura corporal exige mediações didáticas que transcendem a simples migração de atividades presenciais para o meio digital (BETTI, 2010).

Nesse contexto de mediação tecnológica e de autonomia discente, o currículo ascende a um papel estratégico, atuando como o grande orientador das práticas docentes, o organizador dos tempos e espaços formativos, e o definidor das trajetórias de aprendizagem. No entanto, currículos concebidos de maneira rígida, excessivamente conteudista e insensível às experiências e realidades socioterritoriais dos estudantes demonstram-se claramente insuficientes e limitadores na EaD (SACRISTÁN, 2000). A rigidez curricular, que ignora a diversidade de contextos e a assincronicidade inerente à modalidade, acaba por reforçar uma lógica meramente transmissiva, pouco contribuindo para a formação integral e crítica do futuro profissional de EF (SANTOS et al., 2020).

Diante dessa limitação, emerge a imperiosa necessidade de conceber as Trilhas de Aprendizagem (TA) como o elemento central do planejamento pedagógico. Estas são compreendidas como percursos formativos que são ao mesmo tempo personalizados, dinâmicos e dialogados, o que permite aos estudantes progredirem em seu próprio ritmo, alinhados com seus interesses e em coerência com as realidades de seus contextos, mantendo-se sempre fiéis aos objetivos gerais de formação do curso (MORAN, 2015).

Autores como Moran (2015), Kenski (2012) e Belloni (2009) convergem ao destacar que a EaD de qualidade deve necessariamente promover metodologias ativas e centradas no estudante, com atividades que sejam flexíveis, interativas e profundamente contextualizadas. Para a Educação Física, essa perspectiva implica a crucial incorporação de práticas corporais adaptadas, a promoção de reflexões críticas robustas sobre a cultura corporal de movimento e o uso pedagógico criativo das tecnologias digitais, buscando um equilíbrio saudável entre a autonomia conferida ao estudante e o acompanhamento sistemático e qualificado do docente (RODRIGUES; LEMOS, 2019).

Assim, o objetivo deste artigo é discutir detalhadamente como o currículo da Educação Física em EaD pode e deve ser reconfigurado por meio da adoção das trilhas de aprendizagem, analisando de forma aprofundada a sua significativa contribuição para a instauração de processos pedagógicos que sejam mais dialógicos e, consequentemente, mais efetivos em sua finalidade formativa.

## METODOLOGIA

Este estudo está configurado como uma pesquisa de natureza qualitativa, predominantemente bibliográfica e com um enfoque teórico-crítico. A base da análise foi estabelecida a partir da utilização de autores de referência nas áreas de EaD, Educação Física, Teoria Curricular e Tecnologias Educacionais, incluindo pensadores como Belloni (2009), Moran (2015), Kenski (2012), Sacristán (2000) e Betti (2010).

A estratégia metodológica foi desenvolvida em três etapas interdependentes:

1. Análise Temática e Bibliográfica: Procedeu-se à leitura atenta e à análise temática de um corpus de textos que abordam as interfaces entre currículo, EaD e práticas pedagógicas.

2. Mapeamento Conceitual: Foram identificados e mapeados os conceitos centrais que nortearam a discussão, a saber: currículo flexível, participação discente, trilhas de aprendizagem, mediação tecnológica e cultura corporal.

3. Articulação Teórico-Interpretativa: Realizou-se uma articulação teórico-interpretativa, integrando os aportes conceituais da Educação Física com as discussões mais contemporâneas acerca da aprendizagem em ambientes virtuais, incorporando as novas referências sobre a prática reflexiva e a vivência corporal na EaD (SANTOS et al., 2020; ANVERSA; SILVA JÚNIOR, 2017).

O propósito central desta análise foi oferecer um quadro de compreensão claro sobre como o conceito das trilhas de aprendizagem pode atuar como um poderoso elemento estruturante tanto do currículo quanto dos processos pedagógicos na Educação Física em EaD, amplificando o potencial de participação ativa e significativa dos estudantes no seu próprio processo formativo.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

O currículo, sendo um artefato de natureza política, cultural e pedagógica, desempenha a função crucial de orientar as práticas docentes e de regular a totalidade do processo formativo (SACRISTÁN, 2000). Na EaD, essa relevância é amplificada, dado que o currículo organiza o percurso formativo em um ambiente singular, caracterizado pela intensa mediação tecnológica e pela necessária autonomia discente.

Para Sacristán (2000), o currículo deve ser visto como uma construção social dinâmica que obrigatoriamente considera o contexto, as experiências e as necessidades reais dos estudantes, uma perspectiva que se torna absolutamente essencial no contexto da EaD. Betti (2010) complementa essa visão ao defender que a Educação Física deve ir além da mera técnica, promovendo a reflexão crítica sobre a cultura corporal de movimento como um componente da cultura humana.

Na Educação Física em específico, os desafios curriculares são complexos e incluem:

1. A preservação do caráter vivencial e reflexivo inerente às práticas corporais.
2. A adaptação das atividades aos espaços e territórios diversificados dos estudantes (como suas casas ou comunidades).
3. A implementação de uma mediação docente que valorize o diálogo, a autonomia e a criatividade.

Currículos excessivamente rígidos e prescritivos, nesse sentido, atuam como um obstáculo, reforçando uma lógica meramente transmissiva que pouco contribui para a formação integral do aluno. A necessidade de tarefas práticas e a experimentação na formação do profissional de Educação Física em EaD é um ponto crucial, exigindo que o currículo ofereça mecanismos para essa vivência, mesmo a distância (SANTOS et al., 2020).

A discussão sobre o currículo na Educação Física em EaD não pode se restringir à dimensão técnica, mas deve ser ancorada nas teorias curriculares críticas e pós-críticas. As teorias críticas, influenciadas pela Escola de Frankfurt, veem o currículo como um espaço de reprodução das desigualdades sociais e buscam a emancipação

do sujeito por meio da conscientização (OLIVEIRA JÚNIOR; NEIRA, 2017). Na EaD, isso se traduz na necessidade de um currículo que questione a neutralidade da tecnologia e promova a reflexão sobre as relações de poder que permeiam o acesso e o uso dos recursos digitais.

As teorias pós-críticas, por sua vez, avançam ao incorporar as questões de identidade, diferença, gênero, raça e multiculturalismo (NEIRA, 2011). Para a Educação Física, essa perspectiva é fundamental, pois a cultura corporal de movimento é intrinsecamente diversa. Um currículo pós-crítico na EaD deve ser flexível o suficiente para acolher e valorizar as diferentes manifestações corporais dos estudantes em seus variados contextos socioculturais, evitando a imposição de um único padrão corporal ou de movimento. A adoção das trilhas de aprendizagem, com sua ênfase na personalização e na contextualização, alinha-se diretamente a essa visão pós-crítica, pois permite que o estudante construa seu percurso a partir de sua própria identidade e território. O currículo deixa de ser um documento prescritivo para se tornar um mapa de possibilidades, negociado e construído em diálogo constante com a realidade discente.

O currículo, sendo um artefato de natureza política, cultural e pedagógica, desempenha a função crucial de orientar as práticas docentes e de regular a totalidade do processo formativo (SACRISTÁN, 2000). Na EaD, essa relevância é amplificada, dado que o currículo organiza o percurso formativo em um ambiente singular, caracterizado pela intensa mediação tecnológica e pela necessária autonomia discente.

Para Sacristán (2000), o currículo deve ser visto como uma construção social dinâmica que obrigatoriamente considera o contexto, as experiências e as necessidades reais dos estudantes, uma perspectiva que se torna absolutamente essencial no contexto da EaD. Betti (2010) complementa essa visão ao defender que a Educação Física deve ir além da mera técnica, promovendo a reflexão crítica sobre a cultura corporal de movimento como um componente da cultura humana.

Na Educação Física em específico, os desafios curriculares são complexos e incluem: A) A preservação do caráter vivencial e reflexivo inerente às práticas corporais. B) A adaptação das atividades aos espaços e territórios diversificados dos estudantes (como suas casas ou comunidades).

Currículos excessivamente rígidos e prescritivos, nesse sentido, atuam como um obstáculo, reforçando uma lógica meramente transmissiva que pouco contribui para a formação integral do aluno. A necessidade de tarefas práticas e a experimentação na formação do profissional de Educação Física em EaD é um ponto crucial, exigindo que o currículo ofereça mecanismos para essa vivência, mesmo a distância (SANTOS et al., 2020).

Já as tecnologias digitais, por sua vez, conforme enfatiza Kenski (2012), quando utilizadas com intencionalidade pedagógica, são capazes de ampliar significativamente as possibilidades de expressão, comunicação e registro do movimento corporal. Na Educação Física, essa potencialidade tecnológica engloba o uso de ferramentas para a gravação e análise de movimentos, o acompanhamento de atividades físicas em diferentes contextos territoriais, a criação de portfólios corporais digitais interativos e a facilitação de interações síncronas e assíncronas com feedback qualificado.

No entanto, a concretização dessas potencialidades está condicionada à sua integração em metodologias que priorizem a prática reflexiva por parte do estudante (ANVERSA; SILVA JÚNIOR, 2017). A prática reflexiva na EaD é fundamental para que o futuro professor de Educação Física consiga articular a teoria e a prática, analisando criticamente suas próprias vivências e as dos seus futuros alunos, mediadas pela tecnologia.

A Tabela 1 ilustra a diferença entre o modelo tradicional e o modelo baseado em Trilhas de Aprendizagem na EaD da Educação Física.

**Tabela 1.** Comparativo entre Modelos Curriculares na Educação Física EaD.

<b>Característica</b>	<b>Modelo Tradicional (Transmissivo)</b>	<b>Modelo Baseado em Trilhas de Aprendizagem (Ativo)</b>
<b>Eixo Central</b>	Conteúdo e Transmissão	Estudante e Personalização
<b>Curriculo</b>	Rígido, Sequencial e Homogêneo	Flexível, em Rede e Contextualizado
<b>Prática Corporal</b>	Reprodução Técnica	Vivência Adaptada e Reflexiva

<b>Tecnologia</b>	Repositório de Materiais	Ferramenta de Mediação e Expressão
<b>Avaliação</b>	Somativa e Pontual	Formativa e Processual
<b>Papel do Docente</b>	Transmissor de Conhecimento	Mediador e Curador de Percursos

Fonte: Elaborado pelos autores (2025).

### As Trilhas de Aprendizagem como Eixo Estruturante e Multimodal

É neste cenário que as trilhas de aprendizagem se apresentam como o eixo estruturante capaz de promover a mudança desejada. Elas representam caminhos formativos flexíveis, organizados em etapas não lineares que se ajustam conforme as necessidades, ritmos e interesses individuais dos estudantes (MORAN, 2015).

Moran (2015) ressalta que as trilhas personalizadas conferem maior significado ao processo de aprendizagem, pois permitem a diversificação de escolhas, percursos e tipos de mediação. A concepção de trilhas deve, necessariamente, abraçar a aprendizagem multimodal (ISEAZY, 2025), que utiliza múltiplos métodos de ensino para engajar o estudante, indo ao encontro da complexidade do objeto de estudo da Educação Física. A multimodalidade, que inclui a integração de textos, vídeos, áudios (músicas, podcasts) e imagens, é essencial para atender aos variados estilos de aprendizagem e para a construção de um conhecimento mais rico e contextualizado (BEHRENS, 2016). Para a Educação Física na EaD, as trilhas podem ser desenhadas para incluir:

- Atividades Corporais Adaptadas: Propostas de vivências que considerem as realidades espaciais e os recursos disponíveis de cada aluno, como a "Trilha Prática de Vivência" mencionada em alguns currículos de EaD (UNIRIOS, [s. d.]).

- Materiais Multimodais Ricos: Disponibilização de vídeos de demonstração de práticas corporais adaptadas, podcasts com entrevistas e debates sobre a cultura corporal, infográficos e simulações. O uso de vídeos e músicas, por exemplo, não apenas ilustra a técnica, mas também permite a análise crítica dos contextos socioculturais em que essas manifestações estão inseridas (RODRIGUES; LEMOS, 2019). Essa abordagem multimodal é crucial para mediar a vivência corporal a distância.

- Desafios Práticos Situados: Proposição de tarefas que exijam a aplicação do conhecimento em territórios reais, como a observação e análise de práticas corporais em sua comunidade.

- Espaços de Reflexão Crítica: Fóruns e webconferências dedicados à análise das manifestações da cultura corporal e à articulação entre teoria e prática.

Desta forma, as trilhas de aprendizagem reorganizam o currículo em uma estrutura de rede, e não em uma sequência estritamente linear, o que viabiliza a construção de trajetórias singulares dentro de um planejamento pedagógico que é, ao mesmo tempo, orientado e intrinsecamente flexível.

A eficácia da multimodalidade, contudo, está intrinsecamente ligada aos princípios da Teoria da Carga Cognitiva (TCC), desenvolvida por Sweller, e da Teoria Cognitiva da Aprendizagem Multimídia (TCAM), de Mayer (MACHADO, 2023). A TCC postula que a memória de trabalho humana possui capacidade limitada. O uso inadequado de múltiplos canais de informação (texto, áudio, vídeo) pode gerar uma carga cognitiva extrínseca excessiva, que não contribui para a aprendizagem e, na verdade, a prejudica (COSTA, [s. d.]).

Na EaD de Educação Física, a aplicação da TCC e da TCAM é vital. Por exemplo, um vídeo demonstrando um movimento corporal deve evitar a sobreposição de texto desnecessário ou música distrativa, focando na clareza da imagem e em uma narração concisa. O objetivo é otimizar a carga cognitiva intrínseca (relacionada à complexidade do conteúdo) e a carga cognitiva germânica (relacionada à construção de esquemas mentais), minimizando a carga extrínseca. A trilha de aprendizagem, ao permitir a segmentação do conteúdo e o controle do ritmo pelo estudante, atua como um mecanismo de gestão da carga cognitiva, garantindo que a riqueza dos materiais multimodais se converta em aprendizado efetivo, e não em sobrecarga de informação.

É neste cenário que as trilhas de aprendizagem se apresentam como o eixo estruturante capaz de promover a mudança desejada. Elas representam caminhos formativos flexíveis, organizados em etapas não lineares que se ajustam conforme as necessidades, ritmos e interesses individuais dos estudantes (MORAN, 2015).

Moran (2015) ressalta que as trilhas personalizadas conferem maior significado ao processo de aprendizagem, pois permitem a diversificação de escolhas, percursos e tipos de mediação. A concepção de trilhas deve, necessariamente, abraçar a aprendizagem multimodal (ISEAZY, 2025), que utiliza múltiplos métodos de ensino para engajar o estudante, indo ao encontro da complexidade do objeto de estudo da Educação Física. A multimodalidade, que inclui a integração de textos, vídeos, áudios (músicas, podcasts) e imagens, é essencial para atender aos variados estilos de aprendizagem e para a construção de um conhecimento mais rico e contextualizado (BEHRENS, 2016). Para a Educação Física na EaD, as trilhas podem ser desenhadas para incluir:

- Atividades Corporais Adaptadas: Propostas de vivências que considerem as realidades espaciais e os recursos disponíveis de cada aluno, como a "Trilha Prática de Vivência" mencionada em alguns currículos de EaD (UNIRIOS, [s. d.]).

- Materiais Multimodais Ricos: Disponibilização de vídeos de demonstração de práticas corporais adaptadas, podcasts com entrevistas e debates sobre a cultura corporal, infográficos e simulações. O uso de vídeos e músicas, por exemplo, não apenas ilustra a técnica, mas também permite a análise crítica dos contextos socioculturais em que essas manifestações estão inseridas (RODRIGUES; LEMOS, 2019). Essa abordagem multimodal é crucial para mediar a vivência corporal a distância.

- Desafios Práticos Situados: Proposição de tarefas que exijam a aplicação do conhecimento em territórios reais, como a observação e análise de práticas corporais em sua comunidade.

- Espaços de Reflexão Crítica: Fóruns e webconferências dedicados à análise das manifestações da cultura corporal e à articulação entre teoria e prática.

Desta forma, as trilhas de aprendizagem reorganizam o currículo em uma estrutura de rede, e não em uma sequência estritamente linear, o que viabiliza a construção de trajetórias singulares dentro de um planejamento pedagógico que é, ao mesmo tempo, orientado e intrinsecamente flexível.

Adicionalmente, o planejamento dessas trilhas deve ser um processo participativo e dialogado com os estudantes, considerando fatores cruciais como seus territórios de vida, suas experiências prévias com práticas corporais, seu nível de acesso às tecnologias e seus ritmos individuais de estudo. Belloni (2009) salienta que a avaliação formativa e a participação ativa constituem elementos estruturantes para a EaD de alta qualidade. Na Educação Física, isso se traduz em envolver os estudantes nas decisões sobre as atividades, adaptações corporais e na definição de seus percursos, fortalecendo, assim, os pilares da autonomia e da corresponsabilidade pela própria formação.

Já a estruturação das trilhas de aprendizagem deve ser operacionalizada por meio de Sequências Didáticas (SD) bem definidas. A SD, compreendida como um conjunto de atividades planejadas e articuladas para atingir um objetivo de aprendizagem específico, garante que o percurso formativo não se resuma a uma coleção de atividades isoladas (EaD em Foco, [s. d.]). Na EaD de Educação Física, a SD é o instrumento que organiza a transição entre a teoria e a prática adaptada, orientando o estudante na vivência corporal mediada pela tecnologia. Nesse contexto, a tecnologia assume um papel fundamental não apenas como ferramenta de entrega de conteúdo (KENSKI, 2012), mas como um fator de integração entre aluno e educador. Ao contrário do senso comum que associa a EaD ao isolamento, o uso intencional de tecnologias digitais (como fóruns, chats e sistemas de acompanhamento) permite que o professor monitore o desempenho em tempo real, identifique dificuldades e ofereça feedback qualificado e individualizado (TD SYNEX, [s. d.]). Essa mediação tecnológica qualificada transforma a relação pedagógica, tornando-a mais próxima e dialógica, o que é vital para a formação na área de Educação Física, que exige constante reflexão sobre a prática (ANVERSA; SILVA JÚNIOR, 2017). A tecnologia, portanto, é o elo que permite a personalização das trilhas e a manutenção da qualidade pedagógica na EaD.



## CONCLUSÃO

A oferta da Educação Física na modalidade EaD demanda uma reestruturação curricular e metodológica que vá muito além da simples transposição de práticas presenciais para o ambiente virtual. Neste sentido, as Trilhas de Aprendizagem emergem como o eixo central e indispensável para o planejamento, pois são capazes de estruturar percursos que são flexíveis, profundamente dialógicos e personalizados.

Essa abordagem inovadora possibilita uma coerência ampliada entre os objetivos curriculares estabelecidos, a mediação qualificada exercida pelo docente e as diversas realidades vivenciadas pelos estudantes. Ao articular de maneira eficiente as trilhas, as tecnologias digitais e a prática reflexiva, os processos pedagógicos se tornam inerentemente mais inclusivos, contextualizados e, em última instância, potencialmente transformadores. A integração da Sequência Didática e da multimodalidade nas Trilhas de Aprendizagem garante a coerência pedagógica e a riqueza de estímulos necessária para a formação na área de Educação Física.

Portanto, o currículo para a Educação Física em EaD não pode ser concebido como um documento rígido e homogêneo; ele deve ser, ao contrário, um instrumento vivo, construído de forma coletiva e continuamente capaz de reconhecer e valorizar a singularidade dos territórios, dos ritmos e das experiências de cada estudante. Conclui-se, assim, que a adoção das trilhas de aprendizagem como elemento estruturante do currículo contribui decisivamente para a edificação de uma Educação Física em EaD que é mais crítica, significativa e humanizada, alinhada de forma robusta tanto aos desafios educacionais contemporâneos quanto às reais necessidades formativas dos sujeitos.

## REFERÊNCIAS

- ANVERSA, A. L. B.; DA SILVA JÚNIOR, A. P. A prática reflexiva na formação de professores de educação física na modalidade EaD. *Revista Brasileira de Ciências do Movimento*, v. 25, n. 3, p. 1-10, 2017. Disponível em: <https://portalrevistas.ucb.br/index.php/rbcm/article/view/7083>. Acesso em: 24 nov. 2025.
- BEHRENS, Marilda Aparecida. O paradigma da complexidade e a formação de professores. 2. ed. Curitiba: Appris, 2016.
- BELLONI, Maria Luiza. Educação a Distância. 6. ed. Campinas: Autores Associados, 2009.
- BETTI, Mauro. Educação Física e Sociedade. 4. ed. São Paulo: Global, 2010.
- COSTA, F. J. O uso de imagens e palavras com base na teoria da carga cognitiva: elaboração de material de apoio para o professor. [S. l.]: [s. n.], [s. d.]. Disponível em: [URL do artigo]. Acesso em: 24 nov. 2025.
- DOS SANTOS, K. J.; CALVE, T.; DE LIMA, G. S. R. Formação do profissional de Educação Física dos cursos em EaD: uma revisão sistemática. *Caderno InterSaberes*, v. 9, n. 18, p. 1-15, 2020. Disponível em: <https://www.cadernosuninter.com/index.php/intersaberes/article/view/1320>. Acesso em: 24 nov. 2025.
- EaD EM FOCO. Educação Física Escolar a Distância: Análise de Propostas para o Ensino Remoto. [S. l.]: EaD em Foco, [s. d.]. Disponível em: [URL do artigo]. Acesso em: 24 nov. 2025.

ISEAZY. Aprenda o que é a aprendizagem multimodal. [S. l.]: ISEAZY, 2025. Disponível em: [URL do artigo]. Acesso em: 24 nov. 2025.

KENSKI, Vani Moreira. Tecnologias e ensino presencial e a distância. 9. ed. Campinas: Papirus, 2012.

MACHADO, L. A. L. M. Recursos multimídia na educação sob o enfoque da teoria da carga cognitiva. Revista Eletrônica de Educação, v. 17, n. 1, p. 1-15, 2023. Disponível em: [URL do artigo]. Acesso em: 24 nov. 2025.

MORAN, José Manuel. Novas metodologias de aprendizagem. In: Desafios da EaD no Brasil. São Paulo: Pátio, 2015. p. 1-10. Disponível em: [https://professornogueira.wordpress.com/wp-content/uploads/2017/08/mudando\\_moran.pdf](https://professornogueira.wordpress.com/wp-content/uploads/2017/08/mudando_moran.pdf). Acesso em: 24 nov. 2025.

NEIRA, Marcos Garcia. Teorias pós-críticas da educação: subsídios para o currículo da Educação Física. Dialogia, n. 13, p. 1-15, 2011. Disponível em: [URL do artigo]. Acesso em: 24 nov. 2025.

OLIVEIRA JÚNIOR, J. L.; NEIRA, M. G. O currículo cultural da Educação Física: entre as teorias críticas e pós-críticas. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 39, n. 4, p. 1-10, 2017. Disponível em: [URL do artigo]. Acesso em: 24 nov. 2025.

RODRIGUES, K. G.; DE LEMOS, G. A. Metodologias ativas em educação digital: possibilidades didáticas inovadoras na modalidade EAD. Ensaios Pedagógicos, v. 9, n. 1, p. 1-15, 2019. Disponível em: <https://ensaiospedagogicos.ufscar.br/index.php/ENP/article/view/156>. Acesso em: 24 nov. 2025.

SACRISTÁN, José Gimeno. O currículo: uma reflexão sobre a prática. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2000.  
TD SYNEX. Tecnologia e educação: como funciona o EAD e quais as vantagens. [S. l.]: TD SYNEX, [s. d.]. Disponível em: [URL do artigo]. Acesso em: 24 nov. 2025.

UNIRIOS. Manual Trilhas Prática de Vivência EdF EaD. [S. l.]: UNIRIOS, [s. d.]. Disponível em: [https://www.unirios.edu.br/ead/arquivos/educacao\\_fisica/manual\\_trilhas\\_pratica\\_edf\\_ead.docx](https://www.unirios.edu.br/ead/arquivos/educacao_fisica/manual_trilhas_pratica_edf_ead.docx). Acesso em: 24 nov. 2025.