



ORIENTAÇÕES CURRICULARES

ENSINO MÉDIO
NOTURNO

2025

Educação
Física

FICHA TÉCNICA

Governador

JOSÉ RENATO CASAGRANDE

Secretário de Estado da Educação

VITOR AMORIM DE ANGELO

Subsecretária de Estado da Educação
Básica e Profissional

ANDRÉA GUZZO PEREIRA

Gerente de Currículo da Educação Básica

ALEIDE CRISTINA DE CAMARGO

Subgerente de Desenvolvimento Curricular
da Educação Básica

MARCOS VALÉRIO GUIMARÃES

Subgerente de Educação Ambiental

ALDETE MARIA XAVIER

Arte

INARA NOVAES MACEDO

DIANNI PEREIRA DE OLIVEIRA

Biologia/Ciências

LUCIANE DA SILVA LIMA VIEIRA

VINICIUS BRITO LIMA

Educação Física

VINNICIUS CAMARGO DE SOUZA LAURINDO

Ensino Religioso/Filosofia

ALINE EDUARDO MACHADO

Física

JULIO CESAR SOUZA ALMEIDA

Geografia

WANDERLEY LOPES SEBASTIÃO

História

JOÃO EVANGELISTA DE SOUSA

Língua Espanhola

MÔNICA NADJA SILVA D'ALMEIDA CANIÇALI

Língua Inglesa

GISELLE PERES ZUCOLOTTO

JOHAN WOLFGANG HONORATO

SÉRGIO BELO COUTINHO

Língua Portuguesa

DANILO FERNANDES SAMPAIO DE SOUZA

FERNANDA MAIA LYRIO

MARIA EDUARDA SCARPAT

MARIANA DE CASTRO ATALLAH

Matemática

GABRIEL LUIZ SANTOS KACHEL

LAIANA MENEGUELLI

WELLINGTON ROSA DE AZEVEDO

Química

THAÍS SCARDUA RANGEL

Sociologia

ALDETE MARIA XAVIER

Bibliotecários

GABRIEL DE MENEZES OLIVEIRA

JOICE RODRIGUES TEIXEIRA

MARIENE KOHLER

ROBERTA DALFIOR COLA

SARAH GARCIA FERNANDES VARGAS

VICTOR BARROSO OLIVEIRA

APRESENTAÇÃO

Prezado(a) Professor(a),

Com o objetivo de orientar professores(as) e pedagogos(as) para o planejamento pedagógico e para a gestão curricular com foco centrado na aprendizagem dos(as) estudantes capixabas durante o ano letivo de 2025, a Secretaria de Estado da Educação, por meio da Gerência de Currícula da Educação Básica (GECEB), elaborou as Orientações Curriculares para as escolas Estaduais e, mais uma vez, disponibiliza esse material para consulta no site: <https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/>.

Vale destacar que o presente documento não substitui o Currículo, mas, sim, configura-se como um desdobramento que pode auxiliar em sua implementação, tanto no que se refere à Formação Geral Básica quanto aos Itinerários de Aprofundamento. Dessa forma, é importante ressaltar aqui, também, que o nosso material está alinhado à necessidade de ampliação e de aprofundamento das discussões pertinentes ao novo Currículo do Espírito Santo, bem como ao trabalho desenvolvido por áreas de conhecimento. Assim, buscamos, ao longo de nossas Orientações Curriculares, demonstrar o quão a integração entre as áreas e a conexão com os Temas Integradores presentes no Currículo do Espírito Santo são pontos relevantes capazes de entrelaçar as diversas áreas de conhecimento e que trazem, ainda, questões que atravessam as experiências dos sujeitos, considerando as suas ações cotidianas tanto no âmbito público como privado; seus contextos, vivências e projetos de vida. No decorrer de nosso documento, integramos aspectos que abarcam a formação social, política e ética de nossos(as) alunos(as), e que consideram, respeitam e valorizam as diversas identidades culturais – ultrapassando a dimensão cognitiva do aprendizado, visando, dessa maneira, à abordagem das dimensões humanas, sociais e culturais.

Valendo-se como ferramenta de gestão da aprendizagem para a equipe pedagógica das escolas, as nossas Orientações Curriculares/2025 procuram, também, nortear caminhos a partir do diálogo alinhado entre os componentes de uma mesma área e entre as diferentes áreas de conhecimento.

Para entendermos a proposta aqui pensada, é imprescindível que saibamos que este documento está estruturado em uma tabela, organizada da seguinte forma:

Primeira seção: três colunas onde estão descritos as Unidades Temáticas e, alinhados a eles(as), as Habilidades e os Objetos de Conhecimento;

Segunda seção: Habilidades ou Objetos de Conhecimento do componente correlacionados entre as diferentes áreas de conhecimento, o que pode auxiliar no trabalho interdisciplinar;

Terceira seção: estão relacionados os Temas Integradores associados às Habilidades e aos Objetos de Conhecimento a serem abordados nesta série, assim como a sugestão de práticas dos Cadernos Metodológicos para que os Temas Integradores possam ser desenvolvidos.

Quarta seção: sugestões de materiais de apoio (como sites educativos, videoaulas, canais do YouTube e demais instrumentos), para que o(a) professor(a) tenha a oportunidade de utilizá-los em suas aulas.

Destacamos aqui o seu compromisso no concernente à elaboração de um plano de ensino atual, bem como o seu papel de referência institucional nas ações de realinhamento curricular, na medida em que as Habilidades e/ou Objetos de Conhecimento estão organizados por trimestres e possuem orientações que possibilitam ao(a) professor(a) refletir sobre as suas experiências e práticas educativas. Se não bastasse, nosso documento pretende nortear o desenvolvimento das Habilidades esperadas ao fim de cada etapa da Educação Básica.

Por fim, é relevante observarmos as Orientações Curriculares como instrumentos desenvolvidos para atender às necessidades dos(as) estudantes, oferecendo-lhes a oportunidade de uma aprendizagem significativa e de qualidade, tomando por base o alinhamento das Habilidades e dos Objetos de Conhecimento – tudo com vistas ao planejamento com foco nas expectativas de aprendizagem.

Desejamos uma excelente experiência de trabalho!

1^a Série





ENSINO MÉDIO – FORMAÇÃO GERAL BÁSICA - 2025

Educação Física - 1ª Série

1º Trimestre

1ª Seção

Unidades temáticas/ Categorias ou Campos de atuação social	Habilidades	Objeto de conhecimento	Expectativas de aprendizagem
Campo das práticas de estudo e pesquisa	EM13LGG105 - EFa/ES Analisar e experimentar diversos processos coletivos de produção de práticas corporais, desenvolvendo diferentes modos de participação e intervenção social.	Conhecimento científico e popular nas práticas de pesquisa acadêmica. - Colaboração, autonomia e respeito nas interações em grupo; - Espaços de expressão cultural e inclusão social proporcionados pelas práticas corporais; - Potencial das práticas corporais para fortalecer laços comunitários e incentivar a participação social.	- Participar ativamente de práticas corporais coletivas, experimentando diferentes formas de colaboração e desenvolvendo habilidades para adaptar-se a dinâmicas de grupo; - Identificar e compreender a diversidade de práticas corporais coletivas e suas funções sociais e culturais; - Demonstrar consciência sobre o papel das práticas corporais no fortalecimento de laços comunitários e na promoção da participação social.
Campo das práticas de estudo e pesquisa	EM13LGG701 - EFa/ES Explorar tecnologias digitais da informação e comunicação (TDIC), no desenvolvimento das Práticas corporais compreendendo seus princípios e funcionalidades, e utilizá-las de modo ético, criativo, responsável e adequado a práticas de linguagem em diferentes contextos.	Conhecimento científico e popular nas práticas de pesquisa acadêmica. - As tecnologias digitais nas práticas corporais; - Abordagens éticas e responsáveis no uso das TDIC em contextos educacionais e sociais; - Jogos e esportes eletrônicos como alternativas de combate ao sedentarismo.	- Explorar o uso das Tecnologias Digitais nas Práticas Corporais; - Desenvolver uma postura ética e responsável no uso das TDIC em Práticas Corporais; - Integrar conhecimentos científicos e populares sobre o uso das TDIC nas Práticas Corporais; - Aplicar as Tecnologias Digitais da Informação e Comunicação (TDIC) na criação e execução de programas de atividades físicas, experimentando recursos como aplicativos de monitoramento físico e plataformas de treino.
Campo das práticas de estudo e pesquisa	EM13LGG502 Analisar criticamente preconceitos, estereótipos e relações de poder presentes nas práticas corporais, adotando posicionamento contrário a qualquer manifestação de	Práticas de linguagens. - Problemas de gênero nas práticas corporais: debate sobre mulheres e violência;	- Analisar expressões de preconceito e estereótipos nas práticas corporais, em discursos e atos de linguagem que circulem em diferentes campos de atuação; - Discutir preconceitos e estereótipos nas práticas corporais;



ENSINO MÉDIO – FORMAÇÃO GERAL BÁSICA - 2025

Educação Física - 1ª Série

1º Trimestre

	injustiça e desrespeito a direitos humanos e valores democráticos.	<ul style="list-style-type: none">- O debate sobre a questão racial nas práticas corporais;- Manifestações de injustiça, preconceito e desrespeito aos direitos humanos e valores democráticos nas práticas corporais.	<ul style="list-style-type: none">- Experimentar processos criativos com práticas corporais, desconstruindo preconceitos e estereótipos.
Campo das práticas de estudo e pesquisa	EM13LGG601 – EFb/ES Apropriar-se, a partir de estudo coletivo, do patrimônio artístico de diferentes tempos e lugares, compreendendo a sua diversidade dentro das práticas corporais das danças, bem como os processos de legitimação dessas manifestações artísticas na sociedade, desenvolvendo visão crítica e histórica.	Conhecimento científico e popular nas práticas de pesquisa acadêmica. <ul style="list-style-type: none">- Historicidade da dança relativas à ancestralidade em contextos territoriais;- Valorização e preservação das danças e dos conhecimentos locais;- Práticas de dança populares.	<ul style="list-style-type: none">- Identificar e descrever as características principais de danças de diferentes tempos e contextos culturais, reconhecendo sua importância histórica e cultural como forma de expressão social e identidade coletiva;- Analisar criticamente os processos pelos quais determinadas práticas de dança são legitimadas e reconhecidas como patrimônio cultural;- Participar de atividades práticas que envolvam a experimentação e apreciação de danças tradicionais, populares e contemporâneas, demonstrando respeito e reconhecimento pelo valor cultural e histórico dessas práticas.
Campo das práticas de estudo e pesquisa	EM13LGG302 – EFa/ES Posicionar-se criticamente a partir de estudo coletivo sobre as diversas visões de mundo presentes nas diferentes práticas corporais, levando em conta seus contextos de produção e de circulação de discursos discriminatórios.	Conhecimento científico e popular nas práticas de pesquisa acadêmica. <ul style="list-style-type: none">- Práticas corporais como empoderamento social;- Estudo coletivo e colaborativo sobre os diferentes significados atribuídos às práticas corporais em diversas culturas;- Estudo das fontes científicas e populares sobre práticas corporais.	<ul style="list-style-type: none">- Analisar criticamente práticas corporais em contextos culturais diversos;- Identificar fontes científicas e populares sobre práticas corporais para compreender as múltiplas perspectivas e significados associados a elas em diferentes culturas;- Discutir a circulação de discursos discriminatórios relacionados às práticas corporais, avaliando suas implicações sociais e culturais;- Relacionar o conhecimento científico e popular, destacando a importância de ambas as perspectivas no estudo das práticas corporais.
Campo das práticas de estudo e pesquisa	EM13LGG501 Selecionar e utilizar movimentos corporais de forma consciente e intencional para interagir socialmente em práticas corporais, de modo a estabelecer relações	Práticas de linguagens. <ul style="list-style-type: none">- Comparação das práticas corporais segundo relações sociais e contextos locais, regionais e nacionais;	<ul style="list-style-type: none">- Comparar práticas corporais com base em suas relações sociais e nos contextos locais, regionais e nacionais, reconhecendo suas influências culturais e sociais;- Planejar e executar eventos relacionados a práticas corporais, definindo papéis e



ENSINO MÉDIO – FORMAÇÃO GERAL BÁSICA - 2025

Educação Física - 1ª Série

1º Trimestre

	construtivas, empáticas, éticas e estéticas de respeito às diferenças.	<ul style="list-style-type: none">- Planejamento e execução de eventos, considerando as funções dos participantes;- Participação crítica e criativa nas práticas corporais, adaptadas ao contexto;- Avaliação do desempenho próprio e dos colegas, com foco na melhoria contínua.	responsabilidades de forma colaborativa e respeitando a diversidade; <ul style="list-style-type: none">- Participar criticamente e com criatividade de práticas corporais, adaptando-as aos contextos e promovendo relações empáticas e inclusivas;- Utilizar movimentos corporais de forma consciente, com intencionalidade estética e ética, para construir interações sociais respeitadas e construtivas.
Campo artístico	EM13LGG204 - EFa/ES Dialogar e produzir entendimento mútuo, utilizando-se dos jogos cênicos, com vistas ao interesse comum e o desenvolvimento da criatividade pautado em princípios e valores de equidade assentados na democracia e nos Direitos Humanos.	Contextos e práticas. <ul style="list-style-type: none">- Características dos jogos cênicos e suas possibilidades pedagógicas;- Princípios e valores de equidade e inclusão nas práticas cênicas;- Democracia, direitos humanos e a construção de uma cultura de paz nas práticas cênicas.	<ul style="list-style-type: none">- Explorar jogos cênicos como ferramenta de expressão e interação social;- Desenvolver habilidades de cooperação e respeito à diversidade a partir dos jogos cênicos;- Produzir criações cênicas baseadas em princípios democráticos e no respeito aos direitos humanos.
Campo artístico	EM13LGG503 - EFc/ES Vivenciar práticas corporais com base em critérios estéticos e no exercício da sensibilidade e significá-las em seu projeto de vida, como forma de autoconhecimento, autocuidado com o corpo e com a saúde, socialização e entretenimento.	Contextos e práticas. <ul style="list-style-type: none">- Papel das práticas corporais no autoconhecimento e autocuidado;- Socialização e convivência em práticas corporais e esportivas;- Práticas corporais como formas de entretenimento e lazer.	<ul style="list-style-type: none">- Desenvolver a capacidade de vivenciar práticas corporais com foco na apreciação estética e sensibilidade;- Refletir sobre a importância das práticas corporais no autoconhecimento e no autocuidado;- Valorizar o papel das práticas corporais como espaços de socialização e interação;- Integrar práticas corporais ao projeto de vida, considerando o lazer e o entretenimento saudável.
Campo artístico	EM13LGG602 Fruir e apreciar esteticamente diversas manifestações artísticas e culturais, das locais às mundiais, assim como delas participar, de modo a aguçar continuamente a sensibilidade, a imaginação e a criatividade.	Elementos da linguagem. <ul style="list-style-type: none">- Apreciação estética das manifestações culturais e artísticas nas práticas corporais;- Características e elementos das manifestações artísticas e culturais;	<ul style="list-style-type: none">- Apreciar criticamente diferentes manifestações artísticas e culturais vinculadas às práticas corporais;- Desenvolver sensibilidade estética e imaginação criativa sobretudo quando se trata das práticas corporais;



ENSINO MÉDIO – FORMAÇÃO GERAL BÁSICA - 2025

Educação Física - 1ª Série

1º Trimestre

		<ul style="list-style-type: none">- Sensibilidade estética, imaginação e criatividade.	<ul style="list-style-type: none">- Estabelecer relações entre diferentes manifestações culturais e sua relevância no contexto social e histórico.
Campo artístico	EM13LGG104 - EFa/ES Utilizar as diferentes formas de Danças (Folclóricas, Populares e de Salão), levando em conta seus funcionamentos, para a compreensão e produção de textos discursos em diversos campos de atuação social.	Processos de criação. <ul style="list-style-type: none">- Caracterização das danças folclóricas, populares e de salão, considerando suas origens, contextos sociais e culturais;- Exploração das relações entre as danças e a construção de discursos sociais e culturais em diversos contextos;- Utilização das danças como ferramenta para a produção de textos e discursos, considerando as dimensões artísticas, sociais e culturais que elas englobam.	<ul style="list-style-type: none">- Compreender os elementos técnicos, históricos e culturais das diferentes danças (folclóricas, populares e de salão) como formas de expressão artística;- Produzir sequências coreográficas colaborativas, considerando os contextos culturais das danças abordadas.- Avaliar criticamente a contribuição das danças para os discursos artísticos e sociais.
Campo artístico	EM13LGG201 - EFc/ES Utilizar as diversas linguagens corporais (danças, expressão corporal, artes circenses e etc.) em diferentes contextos, valorizando-as como fenômeno social, cultural, histórico, variável, heterogêneo e sensível aos contextos de uso.	Elementos da linguagem. <ul style="list-style-type: none">- Exploração dos componentes estruturais das danças, da expressão corporal e das artes circenses, incluindo elementos como ritmo, espaço, tempo, energia e movimento;- Variações culturais nas linguagens corporais;- Valores éticos e estéticos associados ao uso das linguagens corporais.	<ul style="list-style-type: none">- Identificar os elementos constitutivos das linguagens corporais (dança, expressão corporal, artes circenses, etc.), reconhecendo sua diversidade e especificidades;- Explorar e aplicar os elementos das linguagens corporais em práticas que considerem sua relação com aspectos sociais, culturais e históricos;- Criar apresentações ou performances que integrem elementos das linguagens corporais, valorizando sua sensibilidade aos contextos de uso;- Refletir criticamente sobre o papel das linguagens corporais como meio de expressão artística e fenômeno cultural em diferentes épocas e sociedades.



ENSINO MÉDIO – FORMAÇÃO GERAL BÁSICA - 2025

Educação Física - 1ª Série

1º Trimestre

Campo artístico	EM13LGG604 Relacionar as práticas artísticas e da cultura corporal do movimento às diferentes dimensões da vida social, cultural, política, histórica e econômica.	Contextos e práticas. - Influência de elementos artísticos nas práticas corporais nos aspectos social, cultural, político e econômico, relacionando ao processo de construção histórica.	 - Identificar as relações entre as práticas artísticas e da cultura corporal do movimento e suas dimensões sociais, culturais, políticas, históricas e econômicas; - Explorar práticas corporais e artísticas considerando suas intersecções com questões de identidade, poder e transformação social; - Produzir trabalhos (performances, exposições, projetos) que relacionem práticas artísticas e corporais com dimensões relevantes da vida social contemporânea; - Refletir sobre o impacto das práticas artísticas e corporais no fortalecimento da cidadania e da diversidade cultural.
Campo artístico	EM13LGG601 Apropriar-se do patrimônio artístico e da cultura corporal de movimento de diferentes tempos e lugares, compreendendo a sua diversidade, bem como os processos de disputa por legitimidade.	Contextos e práticas. - Historicidade das práticas corporais relativas à ancestralidade em contextos territoriais.	 - Analisar contextos de produção, circulação e recepção de produções e manifestações do patrimônio artístico; - Apreciar diferentes produções e manifestações do patrimônio artístico, com valorização das diversidades de valores e culturas a que remetem; - Analisar processos de legitimação de produções e manifestações artísticas diversas como integrantes de patrimônios.
Campo artístico	EM13LGG603 Expressar-se e atuar em processos criativos que integrem diferentes linguagens artísticas e referências estéticas e culturais, recorrendo a conhecimentos de naturezas diversas (artísticos, históricos, sociais e políticos) e experiências individuais e coletivas.	Processos de criação. - Desenvolvimento de processos criativos e culturais nas manifestações corporais.	 - Definir contextos de produção, circulação e recepção dos resultados de processos criativos; - Mobilizar conhecimentos diversos e repertórios de experiência com Arte em processos de criação artística; - Investigar e experimentar processos de criação autorais, coletivos ou individuais, em diferentes linguagens artísticas. -
Campo artístico	EM13LGG704 Apropriar-se criticamente de processos de pesquisa e busca de informação, por meio de ferramentas e dos novos formatos de	Processos de criação. - Instrumentos para avaliação de práticas corporais e saúde;	 - Analisar contextos de produção e circulação de textos e atos de linguagem, no contexto da cultura de rede;



ENSINO MÉDIO – FORMAÇÃO GERAL BÁSICA - 2025

Educação Física - 1ª Série

1º Trimestre

	produção e distribuição do conhecimento na cultura de rede.	<ul style="list-style-type: none"> - Softwares e plataformas para estudos em saúde; - Normas e comitês de ética em pesquisa. 	<ul style="list-style-type: none"> - Utilizar ferramentas digitais para selecionar, categorizar, tratar, reorganizar e disponibilizar informações; - Redistribuir informações, conforme intencionalidades e objetivos de práticas das diferentes linguagens, com princípios de ética e responsabilidade.
Campo da vida pessoal	EM13LGG604 – EFa/ES Relacionar as práticas de Danças (Folclóricas, Populares e de Salão) às diferentes dimensões da vida social, cultural, política e econômica e identificar o processo de construção histórica dessas práticas.	<p>Linguagens, seus diálogos e práticas culturais.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conceitos, valores, hábitos e atitudes relacionados às danças; - A dança e o processo de socialização. 	<ul style="list-style-type: none"> - Compreender a relação histórica entre as práticas de dança e as transformações sociais, culturais, políticas e econômicas; - Analisar a influência de diferentes culturas (indígena, africana e europeia) na formação das danças brasileiras; - Explorar a dança como forma de resistência cultural e afirmação política, especialmente durante momentos de repressão e censura.

2ª Seção

Habilidades correlacionadas com habilidades de outros componentes

3ª seção

Temas integradores

- TI01 – Direitos da Criança e do Adolescente.
- TI02 – Educação para o Trânsito.
- TI03 – Educação Ambiental.
- TI04 – Educação Alimentar e Nutricional.
- TI05 – Processo de Envelhecimento, Respeito e Valorização do Idoso.
- TI06 – Educação em Direitos Humanos.
- TI07 – Educação para as Relações Étnico-Raciais e Ensino de História e Cultura Afro-Brasileira, Africana e Indígena.
- TI08 – Saúde.
- TI09 – Vida Familiar e Social.
- TI10 – Educação para o Consumo Consciente.
- TI11 – Educação Financeira e Fiscal.
- TI12 – Trabalho, Ciência e Tecnologia.
- TI13 – Diversidade Cultural, Religiosa e Étnica.
- TI14 – Trabalho e Relações de Poder.
- TI15 – Ética e Cidadania.



ENSINO MÉDIO – FORMAÇÃO GERAL BÁSICA - 2025

Educação Física - 1ª Série

1º Trimestre

TI16 – Gênero, Sexualidade, Poder e Sociedade.
TI17 – Povos e Comunidades Tradicionais.
TI18 – Educação Patrimonial.
TI19 – Diálogo Intercultural e Inter-Religioso.

Práticas sugeridas nos Cadernos Metodológicos

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO. Caderno Metodológico – Escolas Plurais: prevenção às violências contra as mulheres. Disponível em: <https://drive.google.com/file/d/1qakMO52CyYS_O5oMuOuiUUNT8mtYMG1r/view>. Acesso em: 29 de fevereiro de 2024.

✓ Neste Caderno, a prática "Mulheres de todas as cores" pode ser usada para desenvolver a habilidade [EM13LGG602](#).

Caderno Metodológico de Educação em Direitos Humanos SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO. Caderno Metodológico - Educação em Direitos Humanos: Prevenção ao uso de drogas. Disponível em: <<https://drive.google.com/file/d/18hv8nSxQgIk3nOqW9nu9zJuU1e2SnoDA/view?pli=1>>. Acesso em: 29 de fevereiro de 2024.

✓ Nesse Caderno, a Prática 10 pode ser utilizada para desenvolver a habilidade [EM13LGG204-EFa/ES](#).

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO. Caderno Metodológico – Educação Financeira e Fiscal. Disponível em: <<https://drive.google.com/file/d/1CBS00PIH6U3m4tQTxsNILm5veXgL8Qy/view>>. Acesso em: 29 de fevereiro de 2024.

✓ Nesse Caderno, a Prática 1 pode ser utilizada para desenvolver a habilidade [EM13LGG701-EFa/ES](#).

✓ Nesse Caderno, a Prática 5 pode ser utilizada para desenvolver a habilidade [EM13LGG601-EFb/ES](#).

4ª Seção

Sugestões de materiais de apoio

• Livro didático "Reflexões e práticas – formação continuada" (Editora Moderna). Disponível em: <https://www.calameo.com/read/006940219f3cb873c566c>. Acesso em: 20 fev 2024.

• Livro didático "Movimento, cultura e vida" (Editora FTD). Disponível em: <https://pnld.ftd.com.br/ensino-medio/objeto-3/objeto3linguagens-e-suas-tecnologias/movimento-cultura-e-vida/>. Acesso em: 11 mar 2024.

• SILVA, Jean Felipe Ramalho. Produto técnico [recurso eletrônico] "O que podem as práticas corporais no contexto escolar? Considerações sobre a aproximação entre escola e comunidade". Disponível em: https://educacaofisica.ufes.br/sites/educacaofisica.ufes.br/files/field/anexo/jean_felipe_ramalho_e_silva_-_produto.pdf. Acesso em: 29 fev 2024.

• SILVA, Gilvan Moreira da. Produto técnico [recurso eletrônico] "Que lugar ocupa as meninas nas aulas de Educação Física". Disponível em: <https://edutec.unesp.br/proef/docs/Produtos%20ProEF%20-%20Turma%201/9%20%20UEM/Gilvan%20Moreira%20Da%20Silva.pdf>. Acesso em: 29 fev 2024.



ENSINO MÉDIO – FORMAÇÃO GERAL BÁSICA - 2025

Educação Física - 1ª Série

2º Trimestre

1ª Seção

Unidades temáticas/ Categorias ou Campos de atuação social	Habilidades	Objeto de conhecimento	Expectativas de aprendizagem
Campo jornalístico-midiático	EM13LGG302 - EFb/ES Vivenciar e posicionar-se criticamente diante de diversas visões de mundo presentes nas diferentes modalidades de Lutas, levando em conta seus contextos de produção e de circulação de discursos discriminatórios.	Uso da informação e processos de recuperação da informação. - Discursos midiáticos sobre as modalidades de luta; - Contextos de produção de discursos discriminatórios nas práticas de luta; - O papel da informação na construção de atitudes e opiniões sobre a luta e seus praticantes.	- Analisar criticamente as representações das modalidades de luta na mídia, identificando estereótipos e discursos discriminatórios; - Compreender como as informações sobre as lutas são produzidas e disseminadas, levando em consideração os contextos históricos e sociais; - Posicionar-se criticamente em relação às representações das lutas na mídia, considerando os impactos de estigmatizações e preconceitos; - Experimentar e apreciar a prática de modalidades de lutas.
Campo jornalístico-midiático	EM13LGG602 - EFb/ES Fruir e apreciar estética e eticamente diversas manifestações artísticas e culturais, das locais às mundiais, relacionadas com as práticas corporais, presentes nas diferentes mídias e/ou publicidade, assim como delas participar, de modo a aguçar continuamente a sensibilidade, a imaginação e a criatividade.	Uso de recursos midiáticos e multissemióticos para a construção de sentidos. - Processos de produção, circulação e consumo de informações; - Mídias e publicidade relacionadas às práticas corporais; - Impacto da mídia na construção de estereótipos e padrões corporais.	- Identificar e compreender a diversidade de manifestações artísticas e culturais relacionadas às práticas corporais; - Analisar criticamente as representações do corpo nas mídias e na publicidade; - Desenvolver a capacidade de fruição estética e ética nas práticas corporais; - Participar de atividades que envolvam práticas corporais influenciadas por expressões artísticas e culturais, promovendo a sensibilização estética e ética em diferentes contextos.
Campo jornalístico-midiático	EM13LGG105 - EFb/ES Analisar e experimentar diversos processos de remediação das práticas corporais, estimulando a consciência crítica e seletiva em relação às informações, posicionamentos e induções ao	Uso de recursos midiáticos e multissemióticos para a construção de sentidos. - A influência das mídias no consumo das práticas corporais;	- Analisar o impacto das mídias no consumo de Práticas Corporais; - Experimentar processos de remediação das Práticas Corporais; - Desenvolver consciência crítica ao analisar conteúdos midiáticos de Práticas Corporais;



ENSINO MÉDIO – FORMAÇÃO GERAL BÁSICA - 2025

Educação Física - 1ª Série

2º Trimestre

	consumo e desenvolvendo diferentes modos de participação e intervenção social.	<ul style="list-style-type: none">- Induções ao consumo e padrões estéticos veiculados pelas mídias e influenciadores digitais no contexto das práticas corporais;- Fontes de informação sobre práticas corporais, saúde e bem-estar, com foco na confiabilidade e na diversidade de perspectivas.	<ul style="list-style-type: none">- Criar produções midiáticas que reinterpretem práticas corporais de forma ética, crítica e criativa, promovendo reflexões sobre cidadania e inclusão.
Campo jornalístico-midiático	EM13LGG303 – EFb/ES Debater questões polêmicas de relevância social, analisando diferentes argumentos e opiniões acerca das diversas práticas corporais, para formular, negociar e sustentar posições, frente à análise de perspectivas distintas na área da Saúde.	Uso da informação e processos de recuperação da informação. <ul style="list-style-type: none">- Argumentação e construção de posições com base em evidências científicas, dados estatísticos e fontes confiáveis sobre práticas corporais e saúde;- Diversidade de fontes de informação sobre práticas corporais no contexto da saúde e bem-estar;- Prática de exercício físico como política pública.	<ul style="list-style-type: none">- Selecionar informações confiáveis sobre práticas corporais e saúde em diferentes fontes;- Analisar opiniões e argumentos sobre questões polêmicas relacionadas às práticas corporais;- Debater temas relevantes, utilizando dados e argumentos para sustentar posicionamentos éticos e informados;- Respeitar perspectivas diferentes durante debates, promovendo o diálogo construtivo.
Campo Jornalístico-midiático	EM13LGG702 Avaliar o impacto das tecnologias digitais da informação e comunicação (TDIC) na formação do sujeito e em suas práticas sociais, para fazer uso crítico dessa mídia em práticas de seleção, compreensão e produção de discursos em ambiente digital.	Uso das tecnologias de comunicação e informação nos processos de criação, produção e difusão cultural. <ul style="list-style-type: none">- Uso de informações em ambientes digitais para o desenvolvimento de práticas corporais com base em orientações e fundamentações teóricas;- Práticas corporais enquanto tema de pesquisa, com destaque para sua divulgação e influência pela mídia;- Segurança nos ambientes virtuais no processo de orientação para a realização de práticas corporais.	<ul style="list-style-type: none">- Avaliar criticamente usos das tecnologias digitais da informação e comunicação relativas às práticas de diferentes linguagens corporais;- Analisar condições de produção, circulação e recepção de textos e atos de linguagem corporal no universo digital;- Fazer curadoria de informação e opinião, com diferentes intencionalidades e propósitos, considerando valores éticos;- Participar de práticas de linguagem em ambientes digitais de maneira ética e responsável.



ENSINO MÉDIO – FORMAÇÃO GERAL BÁSICA - 2025

Educação Física - 1ª Série

2º Trimestre

Campo jornalístico-midiático	EM13LGG102 – EF/ES Analisar visões de mundo, conflitos de interesse, preconceitos e ideologias presentes nas práticas corporais veiculadas nas diferentes mídias, ampliando suas possibilidades de explicação, interpretação e intervenção crítica da/na realidade, primando pela conduta ética (fair play).	Uso de recursos midiáticos e multissemióticos para a construção de sentidos. - Conceitos sobre o corpo e suas implicações nas relações sociais a partir da mídia; - Ética e fair play nas representações midiáticas; - Questões de gênero presentes na sociedade que se manifestam nas práticas corporais, influenciando a forma de acessar e experimentar as mesmas.	- Identificar e analisar visões de mundo presentes nas práticas corporais veiculadas nas mídias, compreendendo seus impactos sociais e culturais; - Reconhecer conflitos de interesse, preconceitos e ideologias relacionados às práticas corporais representadas em diferentes formatos midiáticos; - Investigar como questões de gênero se manifestam nas práticas corporais mediadas pelas mídias, analisando como essas representações afetam o acesso e a experiência dessas práticas; - Interpretar representações midiáticas das práticas corporais, destacando a importância da ética e do fair play nas relações sociais promovidas.
Campo jornalístico-midiático	EM13LGG204 – EFc/ES Dialogar e produzir conteúdo de mídia digital, nas diversas linguagens (artísticas, corporais e verbais), a partir da vivência nas práticas corporais, com vistas à promoção do entendimento mútuo, interesse comum pautado em princípios e valores de equidade assentados na democracia e nos Direitos Humanos.	Uso das tecnologias de comunicação e informação nos processos de criação, produção e difusão cultural. - Produção de conteúdo digital e suas linguagens; - Uso ético das tecnologias de comunicação; - Difusão de valores de equidade e direitos humanos; - Diálogo intercultural e promoção de práticas corporais.	- Explorar e experimentar diferentes linguagens midiáticas (textual, visual, audiovisual) na criação de conteúdos que promovam as práticas corporais; - Refletir sobre o uso consciente das tecnologias de informação para compartilhar práticas corporais, focando na promoção de valores democráticos e no combate a discursos de ódio; - Produzir conteúdos midiáticos que valorizem a equidade, o respeito às diferenças e aos direitos humanos; - Utilizar as ferramentas digitais para promover um diálogo que respeite e celebre a diversidade cultural das práticas corporais. -
Campo de atuação na vida pública	EM13LGG201 - EFb/ES Utilizar as diversas práticas corporais em diferentes contextos, valorizando-as como espaço de sociabilidade e fenômeno social, cultural, histórico, variável, heterogêneo, sensível e sustentável nos contextos de uso.	Práticas sociais de linguagem na recepção ou na produção de discursos. - Diversidade das práticas corporais e seus contextos; - Práticas corporais como fenômenos de sociabilidade; - Relações entre práticas corporais e valores sociais.	- Reconhecer o valor social e cultural das práticas corporais; - Experimentar práticas corporais como espaço de sociabilidade; - Refletir sobre a sustentabilidade das práticas corporais em diferentes contextos; - Valorizar a contribuição das práticas corporais para o desenvolvimento social e cultural.



ENSINO MÉDIO – FORMAÇÃO GERAL BÁSICA - 2025

Educação Física - 1ª Série

2º Trimestre

<p>Campo de atuação na vida pública</p>	<p>EM13LGG204 – EFb/ES Dialogar e produzir entendimento mútuo, nas diversas práticas corporais com vistas ao interesse comum e o desenvolvimento da empatia, solidariedade, entre outros elementos da matriz de saberes, pautado em princípios e valores de equidade assentados na democracia e nos Direitos Humanos.</p>	<p>Práticas sociais de linguagem na recepção ou na produção de discursos.</p> <ul style="list-style-type: none">- Elementos da linguagem nas práticas corporais;- Equidade e princípios de justiça nas práticas corporais;- Práticas corporais e relação com direitos humanos e democracia.	<ul style="list-style-type: none">- Promover o respeito e a colaboração nas atividades físicas e esportivas;- Compreender e aplicar os valores de equidade nas práticas corporais;- Analisar e desconstruir discursos discriminatórios nas práticas corporais referentes à questão dos direitos humanos.
<p>Campo de atuação na vida pública</p>	<p>EM13LGG303 – EFa/ES Debater questões polêmicas de relevância social, relativas às diversas práticas corporais, analisando diferentes argumentos e opiniões, para formular, negociar e sustentar posições, frente à análise de perspectivas distintas.</p>	<p>As tecnologias digitais da informação e da comunicação (TDIC).</p> <ul style="list-style-type: none">- Impacto das tecnologias digitais no acesso à informação sobre práticas corporais (a questão dos records nos esportes);- Práticas corporais e questões de gênero, étnico-raciais, crenças espirituais e classes sociais;- Diferentes perspectivas nas práticas corporais mediadas pelas TDIC;- Iniciação esportiva precoce.	<ul style="list-style-type: none">- Avaliar como as tecnologias digitais impactam o debate sobre práticas corporais;- Argumentar sobre a presença e o impacto das TDIC nas práticas corporais, como a utilização de plataformas digitais para promoção de esportes, lutas e outras atividades;- Utilizar as TDIC de maneira responsável e ética para participar de debates e discussões online.
<p>Campo de atuação na vida pública</p>	<p>EM13LGG103 – EFb/ES Analisar o funcionamento das práticas corporais, para interpretar e produzir criticamente as expressões da cultura corporal nos diferentes discursos em textos de diversas semioses (visuais, verbais, sonoras, gestuais).</p>	<p>Práticas sociais de linguagem na recepção ou na produção de discursos.</p> <ul style="list-style-type: none">- Análise das práticas corporais enquanto formas de expressão cultural, ligadas aos discursos de diversas linguagens (visuais, verbais, sonoras e gestuais);- Relação entre as práticas corporais e as narrativas sociais e culturais que se constroem por meio de diferentes semioses;- Influência de diferentes discursos na formação da cultura corporal, suas manifestações públicas e seu impacto na construção de normas e valores sociais.	<ul style="list-style-type: none">- Entender como as práticas corporais são expressas em diferentes discursos (como em vídeos, textos ou danças) e refletir sobre o que elas significam socialmente;- Analisar como as práticas corporais aparecem em diferentes formas de mídia e como são usadas para comunicar ideias e sentimentos;- Criar e compartilhar suas próprias ideias sobre as práticas corporais, considerando seu impacto na sociedade.



ENSINO MÉDIO – FORMAÇÃO GERAL BÁSICA - 2025

Educação Física - 1ª Série

2º Trimestre

Campo de atuação na vida pública	EM13LGG203 – EF/ES Analisar os processos de disputa por legitimidade nas práticas corporais e em suas produções (artísticas, corporais e verbais).	Práticas sociais de linguagem na recepção ou na produção de discursos. - A disputa por legitimidade das práticas corporais dentro de diferentes grupos sociais, considerando os fatores históricos, culturais e políticos envolvidos.	- Investigar conflitos e disputas por legitimidade nas produções corporais e artísticas; - Analisar como diferentes grupos sociais buscam legitimação para suas práticas corporais; - Discutir a importância de valorizar a diversidade nas práticas corporais.
Campo de atuação na vida pública	EM13LGG304 Formular propostas, intervir e tomar decisões que levem em conta o bem comum e os Direitos Humanos, a consciência socioambiental e o consumo responsável em âmbito local, regional e global.	Práticas sociais de linguagem na recepção ou na produção de discursos. - Atividades corporais voltadas para o lazer e processos educativos; - Desenvolvimento de autonomia para criar e adaptar práticas corporais, com foco na responsabilidade socioambiental e no consumo consciente.	- Identificar situações cotidianas que demandem atitudes voltadas para o bem comum, considerando os valores dos Direitos Humanos e a preservação socioambiental; - Aplicar princípios éticos em atividades corporais, com foco em atitudes colaborativas e ações que incentivem o respeito ao próximo e a sustentabilidade; - Formular propostas de intervenção que valorizem a preservação ambiental e a economia de recursos durante a prática corporal.
Campo de atuação na vida pública	EM13LGG305 – EF/ES Mapear e criar, por meio das práticas corporais, possibilidades de atuação social, política, artística e cultural para enfrentar desafios contemporâneos, discutindo princípios e objetivos dessa atuação de maneira crítica, criativa, solidária e ética.	As tecnologias digitais da informação e da comunicação (TDIC). - Exploração de recursos multimídia para a criação e compartilhamento de projetos de intervenção social; - Desenvolvimento de competências para utilizar as TDIC de forma ética e responsável nas práticas corporais; - Criação de conteúdo digital.	- Utilizar recursos multimídia para criar e divulgar projetos de intervenção social baseados em práticas corporais; - Desenvolver competências no uso ético e responsável das TDIC, aplicando-as nas práticas corporais em contextos sociais e culturais diversos; - Criar conteúdos digitais que promovam práticas corporais como meio de enfrentamento de desafios contemporâneos; - Mapear possibilidades de atuação social e cultural por meio das práticas corporais, utilizando ferramentas digitais.



ENSINO MÉDIO – FORMAÇÃO GERAL BÁSICA - 2025

Educação Física - 1ª Série

2º Trimestre

2ª Seção

Habilidades correlacionadas com habilidades de outros componentes

3ª seção

Temas integradores

- TI01 – Direitos da Criança e do Adolescente.
- TI02 – Educação para o Trânsito.
- TI03 – Educação Ambiental.
- TI04 – Educação Alimentar e Nutricional.
- TI05 – Processo de Envelhecimento, Respeito e Valorização do Idoso.
- TI06 – Educação em Direitos Humanos.
- TI07 – Educação para as Relações Étnico-Raciais e Ensino de História e Cultura Afro-Brasileira, Africana e Indígena.
- TI08 – Saúde.
- TI09 – Vida Familiar e Social.
- TI10 – Educação para o Consumo Consciente.
- TI11 – Educação Financeira e Fiscal.
- TI12 – Trabalho, Ciência e Tecnologia.
- TI13 – Diversidade Cultural, Religiosa e Étnica.
- TI14 – Trabalho e Relações de Poder.
- TI15 – Ética e Cidadania.
- TI16 – Gênero, Sexualidade, Poder e Sociedade.
- TI17 – Povos e Comunidades Tradicionais.
- TI18 – Educação Patrimonial.
- TI19 – Diálogo Intercultural e Inter-Religioso.

Práticas sugeridas nos Cadernos Metodológicos

Caderno Metodológico de Educação em Direitos Humanos SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO. Caderno Metodológico - Educação em Direitos Humanos: Prevenção ao uso de drogas. Disponível em: <<https://drive.google.com/file/d/18hv8nSxQgIk3nOqW9nu9zJuU1e2SnoDA/view?pli=1>>. Acesso em: 29 de fevereiro de 2024.

✓ Nesse Caderno, a Prática 7 pode ser utilizada para desenvolver a habilidade [EM13LGG304](#).

✓ Nesse Caderno, as Práticas 11 e 12 podem ser utilizadas para desenvolverem a habilidade [EM13LGG303-EFb/ES](#).

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO. Caderno Metodológico - Educação Financeira e Fiscal. Disponível em: <<https://drive.google.com/file/d/1CBS00PIH6U3m4tQTxsNILm5veXgL8Qy/view>>. Acesso em: 29 de fevereiro de 2024.

✓ Nesse Caderno, a Prática 1 pode ser utilizada para desenvolver a habilidade [EM13LGG102-EF/ES](#).



ENSINO MÉDIO – FORMAÇÃO GERAL BÁSICA - 2025

Educação Física - 1ª Série

2º Trimestre

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO. Caderno Metodológico – Escolas Plurais: prevenção às violências contra as mulheres. Disponível em: <https://drive.google.com/file/d/1qakMO52CyYS_O5oMuOuiUUNT8mtYMG1r/view>. Acesso em: 29 de fevereiro de 2024.

✓ Neste Caderno, a prática "Mulheres de todas as cores" pode ser usada para desenvolver as habilidades [EM13LGG204-EFb/ES](#), [EM13LGG203-EF/ES](#), [EM13LGG302-EFb/ES](#), [EM13LGG303-EFb/ES](#), [EM13LGG602-EFb/ES](#).

✓ Neste Caderno, as práticas "Viveram felizes para sempre?": desconstruindo estereótipos de gênero e refletindo sobre a vida real para além do 'país maravilhas'", "Mulheres de todas as cores" pode ser utilizada para desenvolver a habilidade [EM13LGG102-EF/ES](#).

4ª Seção

Sugestões de materiais de apoio

- ROSA, Iris Batista da Luz. Produto Técnico [recurso eletrônico] "Promovendo a participação esportiva de jovens meninas no Ensino Médio". Disponível em: https://educacaofisica.ufes.br/sites/educacaofisica.ufes.br/files/field/anexo/iris_batista_da_luz_rosa_-_produto.pdf. Acesso em: 29 fev 2024.
- SILVA, Jean Felipe Ramalho. Produto técnico [recurso eletrônico] "O que podem as práticas corporais no contexto escolar? Considerações sobre a aproximação entre escola e comunidade". Disponível em: https://educacaofisica.ufes.br/sites/educacaofisica.ufes.br/files/field/anexo/jean_felipe_ramalho_e_silva_-_produto.pdf. Acesso em: 29 fev 2024.
- SILVA, Gilvan Moreira da. Produto técnico [recurso eletrônico] "Que lugar ocupa as meninas nas aulas de Educação Física". Disponível em: <https://edutec.unesp.br/proef/docs/Produtos%20ProEF%20-%20Turma%201/9%20%20UEM/Gilvan%20Moreira%20Da%20Silva.pdf>. Acesso em: 29 fev 2024.



ENSINO MÉDIO – FORMAÇÃO GERAL BÁSICA - 2025

Educação Física - 1ª Série

3º Trimestre

1ª Seção

Unidades temáticas/ Categorias ou Campos de atuação social	Habilidades	Objeto de conhecimento	Expectativas de aprendizagem
Campo das práticas de estudo e pesquisa	EM13LGG202 – EFb/ES Experienciar e Analisar interesses, relações de poder e perspectivas de mundo nos discursos presentes nas mídias sociais sobre as diversas práticas corporais, compreendendo criticamente o modo como circulam, constituem-se e (re)produzem significação e ideologias.	Práticas de linguagens. - Representações das práticas corporais nas mídias sociais; - Perspectivas de mundo e sua influência nas práticas corporais;	- Identificar e compreender perspectivas e interesses nos discursos das mídias sociais a respeito das práticas corporais; - Analisar relações de poder e ideologias na representação das práticas corporais na mídia; - Refletir sobre o impacto das mídias sociais na construção da autoimagem e valores sociais.
Campo da vida pessoal	EM13LGG703 – EFa/ES Utilizar diferentes mídias e ferramentas digitais para produção, apresentação e avaliação das práticas corporais vivenciadas em processos de produção coletiva, colaborativa e projetos autorais em ambientes digitais.	Linguagens, seus diálogos e práticas culturais. - Práticas corporais, mídias e culturas digitais; - Planejamento e elaboração de ferramentas digitais (jogos eletrônicos, software de avaliação física, aplicativos, plataformas etc) relacionadas às práticas corporais.	- Explorar o uso de ferramentas digitais para as práticas corporais; - Desenvolver projetos colaborativos em ambientes digitais; - Criar e apresentar conteúdos digitais relacionados às práticas corporais.
Campo da vida pessoal	EM13LGG104 - EF/ES Utilizar as diferentes práticas corporais (brincadeiras e jogos, esportes, danças, lutas, ginásticas, práticas corporais de aventura), levando em conta seus funcionamentos, para a compreensão da construção da própria identidade e da produção de discursos em diversos campos de atuação social.	Linguagens, seus diálogos e práticas culturais. - Exploração de diferentes práticas corporais; - Vivência das práticas corporais como formas de expressão de identidade; - Participação ativa nas práticas corporais (como jogos e danças), estimulando a comunicação e interação com os outros.	- Compreender como a prática de diferentes atividades corporais (como esportes e danças) contribui para a formação e expressão de sua própria identidade; - Identificar como as práticas corporais influenciam a interação com os outros e com diferentes grupos sociais, tanto em contextos pessoais quanto públicos; - Utilizar essas práticas para expressar e refletir sobre seus próprios discursos e experiências, considerando como as atividades corporais



ENSINO MÉDIO – FORMAÇÃO GERAL BÁSICA - 2025

Educação Física - 1ª Série

3º Trimestre

			podem contribuir para a construção do seu papel na sociedade.
Campo da vida pessoal	EM13LGG301 – EFa/ES Participar de processos de produção individual e colaborativa nas diferentes práticas corporais, levando em conta suas formas e seus funcionamentos para produzir sentidos em diferentes contextos (saúde, bem estar, estilo de vida, entre outros).	Linguagens, seus diálogos e práticas culturais. - Participação ativa em práticas corporais e produção de sentidos a partir dessas vivências; - Colaboração em grupos ou duplas para o desenvolvimento e realização de práticas corporais; - Inter-relação entre a prática corporal e o contexto social e cultural; - Promoção de práticas corporais que integrem saúde física e mental.	- Desenvolver a capacidade de reflexão sobre a importância das práticas corporais para o bem-estar e a saúde; - Participar ativamente de atividades individuais e colaborativas; - Compreender e aplicar os conceitos relacionados à cultura corporal em diferentes contextos, como saúde e bem-estar.
Campo da vida pessoal	EM13LGG503 – EFa/ES Vivenciar práticas corporais variadas e significá-las em seu projeto de vida, como forma de autoconhecimento, autocuidado com o corpo e com a saúde, socialização e entretenimento.	Linguagens, seus diálogos e práticas culturais. - Práticas corporais para saúde (hábitos saudáveis, manutenção ou melhoria da saúde e qualidade de vida, etc.), lazer, estética e profissionalização; - Alimentação/nutrição como uma das formas de melhoria da qualidade de vida associada às práticas corporais; - Reflexão sobre o autoconhecimento e o autocuidado a partir da prática corporal; - Percepção da importância do corpo como meio de comunicação.	- Vivenciar diferentes práticas corporais, reconhecendo como elas contribuem para o autoconhecimento e o cuidado com o próprio corpo e saúde; - Integrar atividades físicas variadas em seu cotidiano, compreendendo seu papel no desenvolvimento de uma vida saudável e equilibrada; - Entender como as práticas corporais podem ser usadas para se socializar e fortalecer relações interpessoais.
Campo da vida pessoal	EM13LGG304 – EFb/ES Formular propostas, intervir e tomar decisões, no desenvolvimento das práticas corporais (brincadeiras e jogos, esportes, danças, lutas, ginásticas, práticas corporais de aventura) que levem em conta o bem	Linguagens, seus diálogos e práticas culturais. - Práticas corporais como elementos culturais e sociais, com foco em respeito aos direitos humanos;	- Identificar práticas corporais como elementos culturais e sociais, reconhecendo sua relação com os direitos humanos, o bem comum e a diversidade cultural; - Propor e participar de práticas corporais que promovam o respeito aos direitos humanos, a



ENSINO MÉDIO – FORMAÇÃO GERAL BÁSICA - 2025

Educação Física - 1ª Série

3º Trimestre

	comum e os Direitos Humanos, a consciência socioambiental e o consumo responsável em âmbito local, regional e global.	<ul style="list-style-type: none">- Concepções de bem comum, direitos humanos e consumo responsável aplicados às práticas corporais;- Relações entre práticas corporais e a diversidade cultural, considerando o contexto local e global.	consciência socioambiental e o consumo responsável; <ul style="list-style-type: none">- Analisar criticamente as relações entre práticas corporais e diversidade cultural.
Campo da vida pessoal	EM13LGG103-EFa/ES Analisar o funcionamento das práticas corporais, para interpretar e produzir criticamente discursos em textos de diversas semioses (Visuais, verbais, sonoras, corporais), possibilitando a ampliação de referências e experiências culturais, de forma a contribuir nos processos de construção de identidade e de projetos de vida.	Linguagens, seus diálogos e práticas culturais. <ul style="list-style-type: none">- Expressão e comunicação por meio das práticas corporais, valorizando sua importância na construção da identidade pessoal e cultural;- Valores e tradições culturais refletidos nas práticas corporais;- Contribuições das práticas corporais para a construção de projetos de vida;	<ul style="list-style-type: none">- Identificar valores e tradições culturais representados nas práticas corporais, reconhecendo sua influência na construção de identidade pessoal e cultural;- Analisar criticamente discursos e representações culturais associados às práticas corporais em diferentes semioses (visuais, verbais, sonoras, corporais), ampliando perspectivas culturais;- Interpretar práticas corporais como formas de expressão e comunicação, reconhecendo sua relevância para o autoconhecimento e a construção de projetos de vida;- Valorizar a diversidade cultural e seus reflexos nas práticas corporais, contribuindo para a ampliação de experiências e referências pessoais.
Campo jornalístico-midiático	EM13LGG503 – EFb/ES Vivenciar práticas corporais e significá-las em seu projeto de vida, como forma de autoconhecimento, autocuidado com o corpo e com a saúde, socialização e entretenimento a partir da construção de uma consciência crítica das informações veiculadas nas mídias.	Uso de recursos midiáticos e multissemióticos para a construção de sentidos. <ul style="list-style-type: none">- Práticas corporais para saúde, lazer, estética e profissionalização;- Alimentação/nutrição como uma das formas de melhoria da qualidade de vida associada às práticas corporais;- Influência da mídia na veiculação de informações sobre saúde e qualidade de vida.	<ul style="list-style-type: none">- Desenvolver uma consciência crítica sobre informações de saúde e corpo nas mídias;- Integrar o conceito de autocuidado à prática de atividades físicas;- Desenvolver uma postura crítica frente às informações midiáticas sobre o corpo e a saúde;- Criar projetos autorais ou coletivos, utilizando recursos digitais para documentar e compartilhar experiências com práticas corporais.



ENSINO MÉDIO – FORMAÇÃO GERAL BÁSICA - 2025

Educação Física - 1ª Série

3º Trimestre

<p>Campo jornalístico-midiático</p>	<p>EM13LGG703 – EFb/ES Utilizar diferentes linguagens, mídias e ferramentas digitais para apresentação e avaliação das experiências corporais éticas vivenciadas nas Práticas corporais de aventura (Esportes de aventura na natureza em processos de produção coletiva, colaborativa e projetos autorais em ambientes digitais.</p>	<p>Uso das tecnologias de comunicação e informação nos processos de criação, produção e difusão cultural.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Uso das tecnologias digitais e mídias para registrar experiências em práticas corporais de aventura; - Produção colaborativa de conteúdos digitais; - Competências digitais, como a edição de vídeos e fotos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Utilizar diversas ferramentas digitais para registrar, analisar e compartilhar suas experiências nas práticas corporais de aventura; - Desenvolver projetos autorais que envolvam a criação de conteúdo para plataformas digitais, considerando aspectos éticos, estéticos e culturais; - Interagir com seus pares, usando ferramentas digitais para planejar, executar e divulgar projetos coletivos.
<p>Campo jornalístico-midiático</p>	<p>EM13LGG301 – EFb/ES Participar de processos de produção individual e colaborativa de conteúdo de mídia digital, em diferentes linguagens corporais, levando em conta sua experiência nas práticas corporais nas diferentes formas e funcionamentos, para produzir sentidos em diferentes contextos.</p>	<p>Uso das tecnologias de comunicação e informação nos processos de criação, produção e difusão cultural.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Produção de mídias corporais digitais; - Interação e colaboração em processos midiáticos; - Expressão e adaptação de práticas corporais para diferentes públicos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Explorar e produzir conteúdos de mídia digital baseados em vivências práticas de atividades corporais; - Participar de atividades práticas que incentivem a colaboração na criação de conteúdos, utilizando plataformas digitais para registrar, compartilhar e discutir experiências corporais com colegas; - Criar e adaptar conteúdos sobre práticas corporais de forma a atingir públicos variados.
<p>Campo artístico</p>	<p>EM13LGG703 Utilizar diferentes linguagens, mídias e ferramentas digitais em processos de produção coletiva, colaborativa e projetos autorais em ambientes digitais.</p>	<p>Processos de criação.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Uso de ferramentas digitais (como jogos, aplicativos e plataformas interativas) para melhorar e acompanhar as práticas corporais. 	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver competências no uso de diferentes ferramentas digitais para criar projetos autorais e colaborativos; - Se envolver ativamente em processos criativos coletivos, usando tecnologias digitais para comunicar suas ideias e cocriar projetos artísticos.

2ª Seção

Habilidades correlacionadas com habilidades de outros componentes

3ª seção

Temas integradores

TI01 – Direitos da Criança e do Adolescente.

TI02 – Educação para o Trânsito.



ENSINO MÉDIO – FORMAÇÃO GERAL BÁSICA - 2025

Educação Física - 1ª Série

3º Trimestre

- TI03 – Educação Ambiental.
- TI04 – Educação Alimentar e Nutricional.
- TI05 – Processo de Envelhecimento, Respeito e Valorização do Idoso.
- TI06 – Educação em Direitos Humanos.
- TI07 – Educação para as Relações Étnico-Raciais e Ensino de História e Cultura Afro-Brasileira, Africana e Indígena.
- TI08 – Saúde.
- TI09 – Vida Familiar e Social.
- TI10 – Educação para o Consumo Consciente.
- TI11 – Educação Financeira e Fiscal.
- TI12 – Trabalho, Ciência e Tecnologia.
- TI13 – Diversidade Cultural, Religiosa e Étnica.
- TI14 – Trabalho e Relações de Poder.
- TI15 – Ética e Cidadania.
- TI16 – Gênero, Sexualidade, Poder e Sociedade.
- TI17 – Povos e Comunidades Tradicionais.
- TI18 – Educação Patrimonial.
- TI19 – Diálogo Intercultural e Inter-Religioso.

Práticas sugeridas nos Cadernos Metodológicos

Caderno Metodológico de Educação em Direitos Humanos SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO. Caderno Metodológico - Educação em Direitos Humanos: Prevenção ao uso de drogas. Disponível em: <<https://drive.google.com/file/d/18hv8nSxQgIk3nOqW9nu9zJuU1e2SnoDA/view?pli=1>>. Acesso em: 29 de fevereiro de 2024.

✓ Nesse Caderno, a Prática 10 pode ser utilizada para desenvolver a habilidade [EM13LGG503-EFa/ES](#).

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO. Caderno Metodológico – Educação Financeira e Fiscal. Disponível em: <<https://drive.google.com/file/d/1CBS00PIH6U3m4tQTxsNILm5veXgL8Qy/view>>. Acesso em: 29 de fevereiro de 2024.

✓ Nesse Caderno, a Prática 2 pode ser utilizada para desenvolver a habilidade [EM13LGG301-EFb/ES](#).

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO. Caderno Metodológico – Escolas Plurais: prevenção às violências contra as mulheres. Disponível em: <https://drive.google.com/file/d/1qakMO52CyYS_05oMuOuiUUNT8mtYMG1r/view>. Acesso em: 29 de fevereiro de 2024.

✓ Neste Caderno, a prática "Mulheres de todas as cores" pode ser usada para desenvolver a habilidade [EM13LGG301-EFb/ES](#).

4ª Seção

Sugestões de materiais de apoio