



ORIENTAÇÕES CURRICULARES

ITINERÁRIO FORMATIVO
DE APROFUNDAMENTO
ENSINO MÉDIO
NOTURNO

2026

Aprofundamento em
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

COORDENADOR GERAL
WANDERLEY LOPES SEBASTIÃO

COORDENADORES DAS ÁREAS DO CONHECIMENTO

LINGUAGENS E SUAS TECNOLOGIAS
DANILO FERNANDES SAMPAIO DE SOUZA

MATEMÁTICA
GABRIEL LUIZ SANTOS KACHEL

CIÊNCIAS DA NATUREZA E SUAS TECNOLOGIAS
JÚLIO CESAR SOUZA ALMEIDA

CIÊNCIAS HUMANAS E SOCIAIS APLICADAS
JOÃO EVANGELISTA DE SOUSA

Arte
INARA NOVAES MACEDO
DIANNI PEREIRA DE OLIVEIRA

Biologia/Ciências
BERTHA NICOLAEVSKY
VINICIUS BRITO LIMA

Educação Física
VINNICIUS CAMARGO DE SOUZA LAURINDO
KORINE CARDOSO SANTANA

Ensino Religioso/Filosofia
ALINE EDUARDO MACHADO
RENE PINTO DA VITORIA

Física
ERNANI VASSOLER RODRIGUES
FARLEY CORREIA SARDINHA

Geografia
MONIQUE SANTIAGO DE CARVALHO E
LISABETH BICALHO DO AMARAL

História
JORGE VINÍCIUS MONTEIRO VIANNA
GISELLY REZENDE VIEIRA

Língua Espanhola
MÔNICA NADJA SILVA D'ALMEIDA CANIÇALI

Língua Inglesa
JOHAN WOLFGANG HONORATO
SÉRGIO BELO COUTINHO

Língua Portuguesa
FERNANDA MAIA LYRIO
MARIA EDUARDA SCARPAT
MARIANA DE CASTRO ATALLAH

Matemática
MAURICIO DE OLIVEIRA CELERI
ORGANDI MONGIN ROVETTA
RAYANE SALVIANO DE OLIVEIRA SILVA
WILLIAM MANTOVANI

Química
ESTER MARQUES MIRANDA
THAÍS SCARDUA RANGEL

Sociologia
ALDETE MARIA XAVIER
RENÉ CAROLINO DE SOUZA

APRESENTAÇÃO

Prezado(a) Professor(a),

A Secretaria de Estado da Educação do Espírito Santo (Sedu/ES) tem a satisfação de apresentar os novos Itinerários Formativos de Aprofundamento (IFAs), currículos elaborados em conformidade com a Resolução CNE/CEB nº4/2025. Este marco normativo estabelece as diretrizes nacionais para a construção e implementação desses percursos educacionais, que representam um avanço significativo na personalização da aprendizagem no Ensino Médio. Ao ampliar as possibilidades de escolha e aprofundamento, os IFAs dialogam diretamente com os interesses, necessidades e projetos de vida dos(as) estudantes, fortalecendo sua autonomia e seu protagonismo.

Com essa perspectiva, foram elaboradas as Orientações Curriculares para o ano letivo de 2026, com o objetivo de apoiar professores(as) e pedagogos(as) no planejamento pedagógico e na gestão curricular centrados na aprendizagem dos(as) estudantes capixabas. O material está disponível para consulta no site: <https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/> e foi organizado para auxiliar as escolas na implementação do Currículo, especialmente no que se refere aos Itinerários Formativos de Aprofundamento.

Vale destacar que o presente documento não substitui o Currículo, mas, sim, configura-se como um desdobramento que pode auxiliar em sua implementação 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 às matrizes de avaliações externas e 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) estudantes, 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/2026 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:

Cabeçalho: indica a área de conhecimento, componente curricular, turno de atuação e série. Em seguida, dados sobre o trimestre, módulo, eixo estruturante e panorama das habilidades a serem trabalhados no trimestre.

Primeira seção: descreve as Habilidades, os Objetos de Conhecimento e Expectativas de Aprendizagem.

Segunda seção: trata das Orientações Pedagógicas.

Terceira seção: expõe a(s) Habilidade(s) da Formação Geral Básica (FGB) relacionada(s).

Quarta seção: apresenta a(s) Habilidade(s) da Computação relacionada(s).

Quinta Seção: Sugere os Temas Integradores.

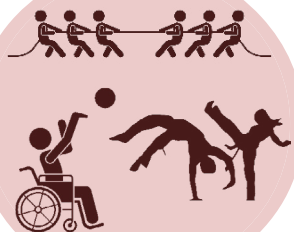
Sexta seção: exhibe sugestões de materiais complementares para serem utilizados pelos(as) professores(as) em suas aulas.

Destacamos aqui o seu compromisso no concernente à elaboração do 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 os Objetos de Conhecimento estão organizados por trimestres e possuem orientações que possibilitam ao(à) 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



ORIENTAÇÕES CURRICULARES
ITINERÁRIO FORMATIVO DE APROFUNDAMENTO – QUATRO ÁREAS DO CONHECIMENTO
LINGUAGENS E SUAS TECNOLOGIAS – EDUCAÇÃO FÍSICA- NOTURNO- 1ª SÉRIE

Trimestre	1º trimestre	
Módulo	Olhares Plurais: Linguagens e Humanidades na Investigação dos Saberes	
Eixo Estruturante	I. Método, Conhecimento e Ciência	
Habilidades a serem trabalhadas no trimestre		
EMIFALGG101	<p>Prezado(a) professor(a),</p> <p>Neste documento são elencadas as habilidades trabalhadas ao longo do trimestre. O detalhamento referente aos objetos de conhecimento e às expectativas de aprendizagem associadas a cada uma delas, bem como às orientações pedagógicas, às habilidades da Formação Geral Básica relacionadas e às habilidades de Computação, será apresentado nas seções seguintes.</p>	
EMIFALGG602		
Habilidades	Objetos de Conhecimento	Expectativas de Aprendizagem
EMIFALGG101 - Analisar criticamente os processos de produção, circulação e recepção das diversas formas de linguagem (verbal, visual, corporal, multimodal e digital),	<p>Processos de Produção, Circulação e Análise Crítica das Linguagens nas diversas formas de Linguagem Corporal</p> <ul style="list-style-type: none">Representações midiáticas e dilemas da imagem e da identidade na juventude;	<ul style="list-style-type: none">Identificar como a mídia representa corpos juvenis e seus efeitos sobre a imagem e a identidade;Reconhecer formas de marginalização de corpos negros e indígenas nas narrativas de beleza;Analisar a influência da indústria da saúde e do fitness na construção de padrões corporais;

avaliando seus impactos sociais, políticos e culturais nos diferentes campos de atuação, com foco na equidade, na justiça social e na democratização do saber.	<ul style="list-style-type: none"> • Conceito de beleza e marginalização de corpos negros e indígenas; • Impacto da indústria da saúde e do fitness na formação de conceitos sobre desempenho físico e estética; • Relação entre saúde física, mental e a pressão estética imposta por padrões midiáticos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Relacionar saúde física e mental às pressões estéticas impostas por padrões midiáticos.
--	---	---

Orientações Pedagógicas

O trabalho com a habilidade **EMIFALGG101** exige que o(a) professor(a) desenvolva práticas pedagógicas que articulem investigação, análise crítica e produção de sentidos sobre o corpo nas diferentes linguagens. É fundamental que as aulas criem oportunidades para que os(as) estudantes analisem como representações midiáticas constroem padrões estéticos, expectativas de desempenho e modelos identitários, especialmente no universo juvenil. A partir dessa análise, o(a) docente pode promover reflexões sobre como essas representações influenciam a percepção de si, a convivência social e as relações de poder que atravessam as práticas corporais.

Nesse processo, é importante que o(a) professor(a) estimule o debate sobre o conceito de beleza e suas disputas simbólicas, problematizando a marginalização histórica de corpos negros, indígenas e de outros grupos sub-representados. A leitura crítica de propagandas, postagens, vídeos, práticas corporais midiáticas e campanhas publicitárias deve ser acompanhada da discussão sobre saúde física, saúde mental e pressão estética, evidenciando como discursos da indústria da saúde e do fitness moldam modos de pensar, agir e consumir.

As atividades propostas podem incluir pesquisas orientadas, comparações entre diferentes fontes, rodas de conversa, análise de imagens e produção de pequenos textos ou registros audiovisuais que expressem compreensões e posicionamentos críticos dos(as) estudantes. É recomendável que o(a) professor(a) incentive o uso de evidências científicas, dados e estudos sobre corpo e saúde para fundamentar as análises, fortalecendo a autonomia informacional e a capacidade argumentativa.

Por fim, o(a) docente deve assumir o papel de mediador(a) que estimula o respeito à diversidade, a valorização de diferentes experiências corporais e a democratização do conhecimento. Ao articular reflexão teórica, vivências corporais e análise de discursos,

o processo educativo contribui para que os(as) estudantes compreendam o corpo como linguagem, reconheçam desigualdades e construam perspectivas mais críticas, éticas e inclusivas sobre saúde, estética e identidade.

Habilidades da FGB relacionada

EM13LGG604 Relacionar as práticas artísticas e da cultura corporal do movimento às diferentes dimensões da vida social, cultural, política, histórica e econômica.

EF89EF08 Discutir as transformações históricas dos padrões de desempenho, saúde e beleza, considerando a forma como são apresentados nos diferentes meios (científico, midiático etc.).

Habilidade da Computação relacionada

EF08CO07 Compartilhar informações por meio de redes sociais, compreendendo a sua dinâmica de funcionamento, de forma responsável e avaliando sua confiabilidade, considerando o respeito e a ética.

EMIFALGG602 - Explorar práticas culturais, valores e tradições associadas à(s) língua(s) estrangeira(s), analisando suas conexões com a própria cultura e sua relevância na mediação sociocultural e no fortalecimento do diálogo intercultural.

Práticas corporais, valores e tradição nas culturas de língua estrangeira: conexões, mediação e diálogo intercultural

- Investigação de manifestações corporais presentes em culturas de língua estrangeira (danças típicas, esportes populares, festas tradicionais, rituais, etc.) e sua relação com os valores coletivos, crenças e identidades históricas desses povos;

- Identificar práticas corporais típicas de culturas de língua estrangeira e seus significados socioculturais;
- Relacionar práticas corporais estrangeiras a elementos simbólicos, crenças e modos de vida de seus povos;
- Comparar práticas corporais estrangeiras e brasileiras, reconhecendo aproximações e diferenças culturais;
- Analisar como práticas corporais estrangeiras influenciam e são influenciadas por processos históricos e sociais.

- | | | |
|--|---|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> Análise comparativa entre práticas culturais estrangeiras e brasileiras, identificando aproximações, intercâmbios e singularidades que favorecem o respeito à diversidade e o fortalecimento do diálogo entre culturas. | |
|--|---|--|

Orientações Pedagógicas

O desenvolvimento da habilidade **EMIFALGG602** exige que o(a) professor(a) proponha experiências que ampliem a compreensão dos(as) estudantes sobre práticas corporais presentes em culturas de língua estrangeira, relacionando-as aos valores, crenças e modos de vida desses povos. Para isso, é importante que o processo de ensino favoreça investigações que contemplem danças, esportes populares, rituais, celebrações e outras manifestações corporais, convidando os(as) estudantes a perceberem como o corpo expressa identidades históricas e memórias coletivas em diferentes sociedades.

O(a) docente pode iniciar o trabalho com atividades de pesquisa e análise de materiais audiovisuais, textos, imagens e registros culturais que apresentem práticas corporais típicas de culturas estrangeiras. Essas análises devem ser acompanhadas de discussões que relacionem as práticas ao contexto histórico, às tradições e às formas de organização social desses povos, incentivando os(as) estudantes a reconhecerem o corpo como linguagem cultural que comunica valores e formas de pertencimento.

Em seguida, é fundamental promover comparações entre práticas corporais estrangeiras e brasileiras. O(a) professor(a) pode estimular debates, rodas de conversa ou pequenas produções textuais e visuais que permitam identificar aproximações e diferenças culturais, além de evidenciar processos de intercâmbio, influências e ressignificações entre culturas. Essas comparações fortalecem o diálogo intercultural ao mostrar que as práticas corporais, apesar de enraizadas em tradições específicas, também se transformam a partir do contato com outras realidades.

O trabalho pedagógico deve ainda incentivar posturas investigativas e reflexivas, nas quais os(as) estudantes possam construir interpretações próprias sobre o papel das práticas corporais na mediação sociocultural. Propor atividades de criação — como pequenos vídeos, registros gráficos, apresentações, performances ou estudos temáticos — pode ajudar a consolidar a compreensão de que o diálogo entre culturas ocorre também pela linguagem corporal e pelas formas como os corpos interagem no espaço social.

Por fim, é importante que o(a) professor(a) promova um ambiente de respeito e valorização da diversidade, no qual diferentes práticas culturais sejam reconhecidas como legítimas expressões humanas. Ao conectar práticas corporais estrangeiras e brasileiras, o ensino contribui para a formação de estudantes capazes de compreender e praticar o diálogo intercultural, fortalecendo uma educação pautada em equidade, sensibilidade cultural e abertura ao outro.

Habilidades da FGB relacionada

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.

Habilidade da Computação relacionada

Indique a habilidade da Computação que esteja alinhada com a habilidade do IFA indicada nesse bloco(**quando houver**)

Temas Integradores

TI 12. Trabalho, Ciência e Tecnologia

TI 16. Gênero, Sexualidade, Poder e Sociedade

TI 17. Povos e Comunidades Tradicionais

Sugestão de Materiais

DARIDO, Suraya C., GONZÁLEZ, Fernando J., OLIVEIRA, Amauri A. de. **Práticas Corporais e a Organização do Conhecimento**. 1. ed. Maringá: Eduem, 2014. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/134875>.

LEITÃO, Arnaldo Sifuentes; SANTOS, Isadora Carolina Monteiro; PEREIRA, Mateus Camargo. **Materiais Didáticos Digitais da/na Educação Física: Possibilidades Pedagógicas** - Volume 1. Grupo MultiAtual Educacional, 2024. Disponível em: <https://educapes.capes.gov.br/handle/capes/868451?mode=full>. Acesso em: 26 set. 2025.

EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA - EDUCAPES. **Portal eduCAPES**, s.d. Disponível em: <https://educapes.capes.gov.br/simple-search?query=educa%C3%A7%C3%A3o+f%C3%ADsica+escolar>. Acesso em: 26 set. 2025.
GRUPO DE PESQUISAS EM EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR - GPEF-USP. Disponível em: <https://www.gpef.feusp.br>. Acesso em: 26 set. 2025.

COLÉGIO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DO ESPORTE. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**. Disponível em: <http://revista.cbce.org.br/>. Acesso em: 26 set. 2025.

NOVA ESCOLA. Disponível em: <https://novaescola.org.br/>. Acesso em: 26 set. 2025.

IMPULSIONA EDUCAÇÃO ESPORTIVA. Disponível em: <https://impulsiona.org.br/>. Acesso em: 26 set. 2025.

BRACHT, Valter. **Educação Física e Aprendizagem Social**. Porto Alegre: Magister, 1997.

LOURO, Guacira Lopes; FELIPE, Jane; GOELLNER, Silvana Vilodre (orgs.). **Corpo, gênero e sexualidade: um debate contemporâneo na educação**. Petrópolis: Vozes, 2003.

RUBIO, Kátia. **O atleta e o mito do herói: o imaginário esportivo contemporâneo**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2001.

Materiais de Apoio do Currículo do Espírito Santo:

ESPÍRITO SANTO. **Currículo Escolar - Cadernos Metodológicos**. Disponível em: <https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/cadernosmetodologicos/>. Acesso em: 26 set. 2025.

ESPÍRITO SANTO. **Livro Caderno Orientador ERER**. Vitória, 2023. Disponível em: <https://drive.google.com/file/d/1O9TzW8BZAAEDk-tYVVTtAMFqADqvrxoI/view>. Acesso em: 26 set. 2025.

ESPÍRITO SANTO. **Tema Integrador**. Vitória, 2024. Disponível em: <https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/wp-content/uploads/2024/10/Tema-Integrador-final-24-10.pdf>. Acesso em: 26 set. 2025.

ORIENTAÇÕES CURRICULARES
ITINERÁRIO FORMATIVO DE APROFUNDAMENTO – QUATRO ÁREAS DO CONHECIMENTO
LINGUAGENS E SUAS TECNOLOGIAS – EDUCAÇÃO FÍSICA- NOTURNO- 1ª SÉRIE

Trimestre	2º trimestre	
Módulo	Identidades, Culturas e Direitos Humanos: Diálogos Decoloniais e Inclusão	
Eixo Estruturante	II. Mediação e Intervenção Sociocultural	
Habilidades a serem trabalhadas no trimestre		
EMIFALGG303	<p>Prezado(a) professor(a),</p> <p>Neste documento são elencadas as habilidades trabalhadas ao longo do trimestre. O detalhamento referente aos objetos de conhecimento e às expectativas de aprendizagem associadas a cada uma delas, bem como às orientações pedagógicas, às habilidades da Formação Geral Básica relacionadas e às habilidades de Computação, será apresentado nas seções seguintes.</p>	
EMIFALGG401		
Habilidades	Objetos de Conhecimento	Expectativas de Aprendizagem
EMIFALGG303 - Desenvolver produções artísticas e culturais, como performances, vídeos, jogos e produções multimodais, articuladas às identidades e pluralidades	Contextos e práticas <ul style="list-style-type: none">• Características das práticas corporais e suas possibilidades;• Princípios e valores de equidade e inclusão nas práticas corporais;	<ul style="list-style-type: none">• Identificar características das práticas corporais e suas potencialidades expressivas nos territórios;• Compreender princípios de equidade e inclusão nas práticas corporais como base para produções artísticas;• Analisar relações entre práticas corporais, direitos humanos e construção de uma cultura de paz;

dos territórios, ampliando o repertório cultural e promovendo a mediação sociocultural para contribuir com a transformação social.	<ul style="list-style-type: none"> • Democracia, direitos humanos e a construção de uma cultura de paz nas práticas corporais. 	<ul style="list-style-type: none"> • Criar produções artísticas multimodais (performances, vídeos, jogos, registros corporais) inspiradas em identidades e pluralidades dos territórios.
--	---	---

Orientações Pedagógicas

O trabalho com a habilidade **EMIFALGG303** convida o(a) professor(a) a promover experiências de criação artística e cultural que integrem práticas corporais, expressões estéticas e elementos do território. É importante que as aulas valorizem as identidades locais e a diversidade presente nos grupos, permitindo que os(as) estudantes reconheçam as práticas corporais como formas legítimas de comunicação, memória e pertencimento. Para isso, o(a) docente pode iniciar o processo com atividades de investigação sobre características das práticas corporais do território — como brincadeiras, danças, esportes, rituais e manifestações populares — incentivando a análise de suas possibilidades expressivas e dos significados que carregam.

A partir dessa investigação, recomenda-se que o(a) professor(a) estimule reflexões sobre equidade, inclusão e diversidade corporal, destacando como as práticas corporais podem tanto reforçar quanto combater desigualdades, preconceitos e exclusões. Debates, rodas de conversa e leitura de imagens podem ajudar os(as) estudantes a compreenderem a importância de princípios como justiça social, respeito e acolhimento nas produções culturais, aproximando o trabalho do cotidiano, das vivências dos(as) estudantes e dos direitos humanos.

O(a) docente deve então orientar processos de criação coletiva nos quais os(as) estudantes produzam performances, vídeos, jogos, registros multimodais ou pequenas intervenções artísticas que articulem práticas corporais e elementos do território. Nesse percurso, é fundamental que a mediação pedagógica favoreça a colaboração, a escuta sensível e o protagonismo, valorizando diferentes vozes, repertórios e experiências corporais. O uso de linguagens diversas — corporal, digital, visual e sonora — pode ampliar as possibilidades expressivas e fortalecer a autoria dos(as) estudantes.

Além das vivências práticas, é importante que o(a) professor(a) promova momentos de análise das próprias produções, incentivando os(as) estudantes a refletirem sobre os sentidos que criam, os públicos que pretendem alcançar e o impacto social que desejam provocar. Essa reflexão conecta as produções à construção de uma cultura de paz, ao fortalecimento da convivência democrática e ao papel transformador da arte no território.

Dessa forma, o ensino orientado por essa habilidade deve integrar criação, reflexão e intervenção, contribuindo para que os(as) estudantes reconheçam seu potencial como agentes socioculturais capazes de transformar seus contextos por meio da expressão artística e corporal.

Habilidades da FGB relacionada

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.

Habilidade da Computação relacionada

EMIFALGG401 - Participar de práticas corporais como manifestações culturais e identitárias, compreendendo seus significados sociais, históricos e políticos, e avaliando seu impacto na promoção da inclusão, da diversidade e da convivência democrática.

Representações e Diversidade nas Práticas Corporais

- Representações midiáticas e estereótipos de gênero nos esportes, danças e ginásticas;
- Racismo e desigualdade racial nas práticas corporais esportivas, danças e ginásticas;
- Elitismo e exclusão social nos esportes, danças e ginásticas;
- LGBTfobia nos esportes, danças e ginásticas;
- Características e transformações históricas das lutas e das práticas corporais de aventura;

- Identificar estereótipos de gênero presentes nas representações midiáticas das práticas corporais;
- Reconhecer manifestações de racismo e desigualdade racial nas práticas esportivas, danças e ginásticas;
- Analisar como elitismo e exclusão social influenciam o acesso e a permanência em determinadas práticas corporais;
- Identificar situações de LGBTfobia presentes nas práticas corporais e discutir seus impactos na convivência e na participação;
- Compreender características históricas e transformações das lutas e práticas corporais de aventura;

	<ul style="list-style-type: none"> • Processo de esportivização das lutas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Analisar criticamente o processo de esportivização das lutas e seus efeitos sociais, culturais e midiáticos.
--	---	--

Orientações Pedagógicas

O desenvolvimento da habilidade EMIFALGG401 requer que o(a) professor(a) organize experiências que articulem vivências corporais com análise crítica das desigualdades presentes nos esportes, danças, ginásticas, lutas e práticas de aventura. Para isso, é importante iniciar o trabalho com momentos de leitura e discussão de materiais midiáticos — vídeos, campanhas e publicações digitais — que permitam aos(às) estudantes identificar estereótipos de gênero, práticas racistas, elitismo e LGBTfobia nas representações das práticas corporais. Esses debates devem conectar as análises às experiências dos(as) estudantes e ao contexto social da escola, favorecendo a compreensão do corpo como marcador identitário e político.

Em seguida, o(a) professor(a) pode propor vivências práticas em diferentes modalidades, priorizando estratégias que garantam participação, respeito e inclusão. Adaptações de regras, dinâmicas colaborativas e atividades que valorizem diferentes formas de movimento ajudam a romper estigmas e ampliar a percepção sobre diversidade corporal e cultural. Paralelamente, pesquisas sobre a história das práticas corporais — especialmente sobre as lutas, seu processo de esportivização e as práticas de aventura — contribuem para que os(as) estudantes compreendam suas raízes sociais e políticas.

Ao longo do percurso, é importante estimular produções expressivas — como vídeos, painéis, podcasts, seminários ou pequenas intervenções culturais — que permitam aos(às) estudantes comunicar suas análises e posicionamentos sobre inclusão, democracia e direitos humanos nas práticas corporais. Por fim, o(a) professor(a) pode incentivar ações coletivas que aproximem a temática da comunidade escolar, fortalecendo a convivência democrática e promovendo a mediação sociocultural como dimensão central da formação dos(as) estudantes.

Habilidades da FGB relacionada

EM13LGG105 – EFa/ES Analisar e experimentar diversos processos coletivos de produção de práticas corporais, desenvolvendo diferentes modos de participação e intervenção social.

Habilidade da Computação relacionada
--
Temas Integradores
<p>TI 06. Educação em Direitos Humanos</p> <p>TI 07. Educação das Relações Étnico-Raciais e Ensino de História e Cultura Afro-Brasileira, Africana e Indígena</p> <p>TI 13. Diversidade Cultural, Religiosa e Étnica</p>
Sugestão de Materiais
<p>DARIDO, Suraya C., GONZÁLEZ, Fernando J., OLIVEIRA, Amauri A. de. Práticas Corporais e a Organização do Conhecimento. 1. ed. Maringá: Eduem, 2014. Disponível em: https://lume.ufrgs.br/handle/10183/134875.</p> <p>LEITÃO, Arnaldo Sifuentes; SANTOS, Isadora Carolina Monteiro; PEREIRA, Mateus Camargo. Materiais Didáticos Digitais da/na Educação Física: Possibilidades Pedagógicas - Volume 1. Grupo MultiAtual Educacional, 2024. Disponível em: https://educapes.capes.gov.br/handle/capes/868451?mode=full. Acesso em: 26 set. 2025.</p> <p>EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA - EDUCAPES. Portal eduCAPES, s.d. Disponível em: https://educapes.capes.gov.br/simple-search?query=educa%C3%A7%C3%A3o+f%C3%ADsica+escolar. Acesso em: 26 set. 2025.</p> <p>GRUPO DE PESQUISAS EM EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR - GPEF-USP. Disponível em: https://www.gpef.feusp.br. Acesso em: 26 set. 2025.</p> <p>COLÉGIO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DO ESPORTE. Revista Brasileira de Ciências do Esporte. Disponível em: http://revista.cbce.org.br/. Acesso em: 26 set. 2025.</p> <p>NOVA ESCOLA. Disponível em: https://novaescola.org.br/. Acesso em: 26 set. 2025.</p> <p>IMPULSIONA EDUCAÇÃO ESPORTIVA. Disponível em: https://impulsiona.org.br/. Acesso em: 26 set. 2025.</p> <p>BRACHT, Valter. Educação Física e Aprendizagem Social. Porto Alegre: Magister, 1997.</p> <p>LOURO, Guacira Lopes; FELIPE, Jane; GOELLNER, Silvana Vilodre (orgs.). Corpo, gênero e sexualidade: um debate contemporâneo na educação. Petrópolis: Vozes, 2003.</p>

RUBIO, Kátia. **O atleta e o mito do herói: o imaginário esportivo contemporâneo**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2001.

Materiais de Apoio do Currículo do Espírito Santo:

ESPÍRITO SANTO. **Currículo Escolar - Cadernos Metodológicos**. Disponível em: <https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/cadernosmetodologicos/>. Acesso em: 26 set. 2025.

ESPÍRITO SANTO. **Livro Caderno Orientador ERER**. Vitória, 2023. Disponível em: <https://drive.google.com/file/d/1O9TzW8BZAAEDk-tYVVTtAMFqADqvrxoI/view>. Acesso em: 26 set. 2025.

ESPÍRITO SANTO. **Tema Integrador**. Vitória, 2024. Disponível em: <https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/wp-content/uploads/2024/10/Tema-Integrador-final-24-10.pdf>. Acesso em: 26 set. 2025.

ORIENTAÇÕES CURRICULARES
ITINERÁRIO FORMATIVO DE APROFUNDAMENTO – QUATRO ÁREAS DO CONHECIMENTO
LINGUAGENS E SUAS TECNOLOGIAS – EDUCAÇÃO FÍSICA- NOTURNO- 1ª SÉRIE

Trimestre	3º trimestre	
Módulo	Tecnologias Digitais, Sustentabilidade e Ação Global	
Eixo Estruturante	III. Inovação e Intervenção Tecnológica	
Habilidades a serem trabalhadas no trimestre		
EMIFALGG501	Prezado(a) professor(a), Neste documento são elencadas as habilidades trabalhadas ao longo do trimestre. O detalhamento referente aos objetos de conhecimento e às expectativas de aprendizagem associadas a cada uma delas, bem como às orientações pedagógicas, às habilidades da Formação Geral Básica relacionadas e às habilidades de Computação, será apresentado nas seções seguintes.	
Habilidades	Objetos de Conhecimento	Expectativas de Aprendizagem
EMIFALGG501 - Reconhecer as relações entre linguagem, tecnologia e cultura, analisando como diferentes mídias e plataformas digitais influenciam os	As tecnologias digitais da informação e da comunicação (TDIC) • Impacto das tecnologias digitais no acesso à informação sobre práticas corporais; • Práticas corporais e questões de gênero, étnico-raciais, crenças espirituais e classes	<ul style="list-style-type: none">• Identificar como as tecnologias digitais influenciam o acesso às informações sobre práticas corporais;• Analisar representações de gênero, raça, espiritualidade e classe social sobre práticas corporais nas mídias digitais;• Comparar diferentes perspectivas e discursos sobre práticas corporais mediadas pelas TDIC;

processos de comunicação e criação no mundo contemporâneo.	sociais representadas nas diferentes mídias; • Diferentes perspectivas nas práticas corporais mediadas pelas TDIC.	<ul style="list-style-type: none"> • Avaliar criticamente conteúdos digitais sobre práticas corporais, considerando intencionalidades, credibilidade e impactos socioculturais.
--	---	--

Orientações Pedagógicas

O trabalho com a habilidade EMIFALGG501 demanda que o(a) professor(a) organize situações de aprendizagem que permitam aos(as) estudantes compreender, na prática, como as tecnologias digitais influenciam a produção, circulação e interpretação de discursos sobre o corpo e as práticas corporais. Nesse sentido, o(a) docente deve articular investigação, análise crítica e criação digital, garantindo que os(as) estudantes desenvolvam autonomia na leitura e no uso das mídias contemporâneas.

Uma primeira etapa pode envolver atividades de exploração das plataformas digitais, nas quais os(as) estudantes identifiquem como algoritmos, tendências e formatos (vídeos curtos, imagens editadas, posts opinativos, tutoriais etc.) moldam o acesso a informações sobre práticas corporais. O(a) professor(a) pode propor comparações entre conteúdos que tratem das mesmas práticas, mas que apresentem enfoques distintos — por exemplo, questões de gênero, raça, classe ou espiritualidade — favorecendo o reconhecimento das disputas simbólicas presentes nesses espaços.

Na sequência, é importante incentivar análises críticas mais aprofundadas. Debates, estudos de caso e leitura de materiais acadêmicos e jornalísticos podem ajudar os(as) estudantes a compreenderem como as TDIC reforçam, tensionam ou transformam estereótipos e representações sobre o corpo. Nessa etapa, o(a) professor(a) deve estimular argumentações fundamentadas, mostrando que a produção de sentido nas mídias digitais não é neutra, mas atravessada por interesses socioculturais e econômicos.

A prática pedagógica também deve contemplar momentos de criação digital. Ao produzir vídeos, posts, podcasts ou infográficos, os(as) estudantes podem experimentar formas de comunicação que expressem seus próprios posicionamentos sobre diversidade corporal, inclusão e justiça social. O(a) professor(a), como mediador(a), orienta quanto ao uso ético das imagens, ao respeito à privacidade e ao compromisso com a pluralidade cultural.

Por fim, é essencial promover espaços de socialização e reflexão coletiva. Rodas de conversa, exposições digitais ou apresentações públicas podem fortalecer a compreensão de que as tecnologias digitais não são apenas ferramentas, mas ambientes culturais onde identidades são construídas e onde diferentes corpos disputam visibilidade e reconhecimento. Assim, o(a) professor(a) contribui para que a turma desenvolva um olhar crítico e responsável sobre a comunicação digital, alinhado aos princípios da equidade, da participação democrática e da mediação sociocultural.

Habilidades da FGB relacionada		
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.		
Habilidade da Computação relacionada		

Eixo Estruturante	IV. Mundo do trabalho e Transformação Social	
EMIFALGG402	Prezado(a) professor(a), Neste documento são elencadas as habilidades trabalhadas ao longo do trimestre. O detalhamento referente aos objetos de conhecimento e às expectativas de aprendizagem associadas a cada uma delas, bem como às orientações pedagógicas, às habilidades da Formação Geral Básica relacionadas e às habilidades de Computação, será apresentado nas seções seguintes.	
EMIFALGG403		
Habilidades a serem trabalhadas no trimestre		
EMIFALGG402 - Explorar práticas corporais e intervenções artísticas que integrem múltiplas linguagens (corporais, visuais, digitais e performáticas), mobilizando conhecimentos	Uso de recursos midiáticos e multissemióticos para a construção de sentidos. • Práticas corporais para saúde, lazer, estética e profissionalização;	<ul style="list-style-type: none">• Identificar como diferentes mídias representam práticas corporais relacionadas à saúde, ao lazer, à estética e à profissionalização;• Avaliar criticamente informações sobre alimentação, nutrição e qualidade de vida presentes em ambientes digitais;• Reconhecer a influência da mídia na construção de percepções sobre corpo, saúde e desempenho;

interdisciplinares e recursos tecnológicos para promover mediação sociocultural, saúde e bem-estar campos da vida pessoal e da vida pública.	<ul style="list-style-type: none"> • 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; • Processos de produção, circulação e consumo de informações; • Fake news: a disseminação de informações falsas sobre as distintas práticas corporais. 	<ul style="list-style-type: none"> • Analisar processos de produção, circulação e consumo de informações sobre práticas corporais; • Identificar e questionar fake news relacionadas às práticas corporais e à saúde.
--	--	---

Orientações Pedagógicas

O trabalho com a habilidade **EMIFALGG402** exige que o(a) professor(a) articule práticas corporais, recursos midiáticos e produções artísticas, estimulando que os(as) estudantes compreendam como sentidos sobre saúde, corpo, lazer e bem-estar são construídos e disputados na sociedade. Para isso, é fundamental que as aulas combinem investigação crítica, vivências corporais e criação multimodal.

O(a) professor(a) pode iniciar propondo análises de materiais midiáticos que tratem de práticas corporais, alimentação, estética e qualidade de vida, discutindo com os(as) estudantes como essas mensagens são produzidas e que interesses podem estar envolvidos. Esse movimento favorece a identificação de padrões estéticos, discursos de consumo, pressões sociais e possíveis desinformações — incluindo fake news — sobre corpo e saúde. A partir dessa análise, a turma pode comparar diferentes fontes, reconhecendo modos éticos e responsáveis de buscar e avaliar informações.

Em paralelo, é importante que o(a) professor(a) promova vivências corporais voltadas à saúde, ao lazer e ao autoconhecimento, articulando-as à reflexão sobre alimentação, bem-estar e autocuidado. Essas experiências podem servir de base para produções artísticas e comunicacionais — como vídeos, performances, ensaios fotográficos, campanhas digitais ou peças multimodais — que expressem leituras críticas e criativas sobre o corpo, as práticas corporais e a influência da mídia.

Durante o processo criativo, o(a) professor(a) atua como mediador(a), orientando o uso das tecnologias digitais e auxiliando os(as) estudantes na organização das mensagens que desejam comunicar. O trabalho pode incluir roteirização, edição de imagens, construção de narrativas e escolha de recursos semióticos, de forma a fortalecer a autoria e o posicionamento crítico dos(as) estudantes.

Por fim, recomenda-se que as produções sejam compartilhadas e discutidas em espaços de socialização, como mostras, rodas de conversa ou apresentações públicas. Esses momentos permitem avaliar o impacto das mensagens, ampliar o repertório cultural, fortalecer o diálogo entre pares e promover o engajamento coletivo em ações que articulem saúde, bem-estar e transformação social. Dessa forma, o itinerário aproxima os(as) estudantes das práticas profissionais contemporâneas, nas quais a comunicação, a criação digital e a capacidade de leitura crítica da mídia são competências centrais.

Habilidades da FGB relacionada

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.

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.

Habilidade da Computação relacionada

--

EMIFALGG403 - Aplicar conhecimentos teórico-práticos sobre atividade física, práticas meditativas, exercício e cultura do movimento na proposição de soluções para desafios relacionados à promoção	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; 	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar como práticas corporais são representadas nas mídias e analisar seus efeitos sobre saúde e bem-estar; • Avaliar criticamente informações sobre atividade física, alimentação e qualidade de vida, reconhecendo fake news e conteúdos sem evidência;
--	--	--

<p>da saúde e bem-estar individual e coletivo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 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; • Processos de produção, circulação e consumo de informações; • Fake news: a disseminação de informações falsas sobre as distintas práticas corporais. 	<ul style="list-style-type: none"> • Relacionar práticas corporais à promoção da saúde, do lazer e da estética, reconhecendo suas potencialidades e limites; • Analisar como alimentação e nutrição contribuem para o bem-estar, articulando esse conhecimento às práticas corporais estudadas; • Produzir mensagens multimodais (vídeos, campanhas, posts, podcasts) que promovam saúde e combatam desinformação de forma ética.
--	--	--

Orientações Pedagógicas

O trabalho com a habilidade **EMIFALGG403** demanda que o(a) professor(a) organize experiências que integrem conhecimentos sobre práticas corporais, autocuidado, bem-estar e análise crítica da mídia, de modo que os(as) estudantes aprendam a aplicar esses saberes na proposição de soluções reais para desafios de saúde individuais e coletivos. Nesse processo, é importante que o ensino articule vivência corporal, reflexão teórica e leitura crítica dos discursos midiáticos que influenciam comportamentos relacionados à saúde, ao corpo e à qualidade de vida.

O(a) professor(a) pode iniciar o trabalho promovendo vivências de práticas corporais diversas — voltadas à saúde, ao lazer, à estética e à consciência corporal — acompanhadas de reflexões sobre seus efeitos no bem-estar físico e mental. A incorporação de discussões sobre alimentação/nutrição, sono, estresse e organização da rotina ajuda os(as) estudantes a relacionarem experiência corporal, hábitos de vida e autocuidado.

Em paralelo, recomenda-se o desenvolvimento de atividades que estimulem os(as) estudantes a analisar criticamente informações sobre práticas corporais circulantes nas mídias digitais, observando como discursos sobre corpo, performance, estética e saúde são produzidos, consumidos e compartilhados. Debates sobre conteúdos publicitários, vídeos virais, influenciadores(as), modismos fitness e fake news permitem compreender como essas mensagens moldam comportamentos e expectativas, muitas vezes reforçando padrões excludentes ou práticas inseguras.

A produção de materiais multimodais — como campanhas educativas, vídeos, posts informativos, trilhas de movimento ou podcasts — favorece que os(as) estudantes utilizem recursos digitais de forma ética e consciente, criando mensagens que valorizem a diversidade corporal, o autocuidado e a tomada de decisões embasadas. O(a) professor(a) atua como mediador(a) desse processo, apoiando o planejamento, a curadoria das fontes e a coerência entre forma e conteúdo das produções.

Por fim, recomenda-se que o percurso culmine em projetos de intervenção que aproximem os saberes trabalhados da realidade escolar ou comunitária. Esses projetos podem envolver propostas de rotinas de atividade física, oficinas de autocuidado, campanhas de combate à desinformação ou ações voltadas ao bem-estar no ambiente escolar. Dessa maneira, os(as) estudantes assumem papel ativo na transformação do contexto em que vivem, articulando conhecimento teórico-prático, criticidade e responsabilidade social — princípios centrais do eixo Mundo do Trabalho e Transformação Social.

Habilidades da FGB relacionada

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.

Habilidade da Computação relacionada

--

Temas Integradores

TI 09. Vida Familiar e Social

TI 10. Educação para o Consumo Consciente

TI 12. Trabalho, Ciência e Tecnologia

Sugestão de Materiais

DARIDO, Suraya C., GONZÁLEZ, Fernando J., OLIVEIRA, Amauri A. de. **Práticas Corporais e a Organização do Conhecimento**. 1. ed. Maringá: Eduem, 2014. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/134875>.

LEITÃO, Arnaldo Sifuentes; SANTOS, Isadora Carolina Monteiro; PEREIRA, Mateus Camargo. **Materiais Didáticos Digitais da/na Educação Física: Possibilidades Pedagógicas** - Volume 1. Grupo MultiAtual Educacional, 2024. Disponível em: <https://educapes.capes.gov.br/handle/capes/868451?mode=full>. Acesso em: 26 set. 2025.

EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA - EDUCAPES. **Portal eduCAPES**, s.d. Disponível em: <https://educapes.capes.gov.br/simple-search?query=educa%C3%A7%C3%A3o+f%C3%ADsica+escolar>. Acesso em: 26 set. 2025.
GRUPO DE PESQUISAS EM EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR - GPEF-USP. Disponível em: <https://www.gpef.feusp.br>. Acesso em: 26 set. 2025.

COLÉGIO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DO ESPORTE. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**. Disponível em: <http://revista.cbce.org.br/>. Acesso em: 26 set. 2025.

NOVA ESCOLA. Disponível em: <https://novaescola.org.br/>. Acesso em: 26 set. 2025.

IMPULSIONA EDUCAÇÃO ESPORTIVA. Disponível em: <https://impulsiona.org.br/>. Acesso em: 26 set. 2025.

BRACHT, Valter. **Educação Física e Aprendizagem Social**. Porto Alegre: Magister, 1997.

LOURO, Guacira Lopes; FELIPE, Jane; GOELLNER, Silvana Vilodre (orgs.). **Corpo, gênero e sexualidade: um debate contemporâneo na educação**. Petrópolis: Vozes, 2003.

RUBIO, Kátia. **O atleta e o mito do herói: o imaginário esportivo contemporâneo**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2001.

Materiais de Apoio do Currículo do Espírito Santo:

ESPÍRITO SANTO. **Currículo Escolar - Cadernos Metodológicos**. Disponível em: <https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/cadernosmetodologicos/>. Acesso em: 26 set. 2025.

ESPÍRITO SANTO. **Livro Caderno Orientador ERER**. Vitória, 2023. Disponível em: <https://drive.google.com/file/d/1O9TzW8BZAAEDk-tYVVTtAMFqADqvrxi/view>. Acesso em: 26 set. 2025.

ESPÍRITO SANTO. **Tema Integrador**. Vitória, 2024. Disponível em: <https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/wp-content/uploads/2024/10/Tema-Integrador-final-24-10.pdf>. Acesso em: 26 set. 2025.

