



# Projeto Integrador

**Linguagens e Suas Tecnologias**

**I<sup>a</sup> série - Noturno**



**GOVERNO DO ESTADO  
DO ESPÍRITO SANTO**  
*Secretaria da Educação*





GOVERNO DO ESTADO  
DO ESPÍRITO SANTO

*Secretaria da Educação*

**Governador**

JOSÉ RENATO CASAGRANDE

**Secretário de Estado da Educação**

VITOR AMORIM DE ANGELO

**Subsecretaria 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

2025

## **GERÊNCIA DE CURRÍCULO DA EDUCAÇÃO BÁSICA**

### **Linguagens e Suas Tecnologias**

#### **Arte**

Dianni Pereira de Oliveira  
Inara Novaes Macedo

#### **Educação Física**

Vinnícius Camargo de Souza  
Laurindo

#### **Língua Inglesa**

Sérgio Belo Coutinho

#### **Língua Espanhola**

Mônica Nadja Silva D'almeida Caniçali

#### **Língua Portuguesa**

Danilo Fernandes Sampaio de Souza  
Fernanda Maia Lyrio  
Maria Eduarda Scarpat  
Mariana de Castro Atallah

### **Matemática e Suas Tecnologias**

#### **Matemática**

Gabriel Luiz Santos Kachel

Laiana Meneguelli

Rayane Salviano de Oliveira Silva

Wellington Rosa de Azevedo

William Mantovani

### **Ciências da Natureza e Suas Tecnologias**

#### **Biologia / Ciências**

Bertha Nicolaevsky

Luciane da Silva Lima Vieira

Vinícius Brito Lima

#### **Química**

Thaís Scardua Rangel

#### **Física**

Júlio Cesar Souza Almeida

### **Ciências Humanas e Sociais Aplicadas**

#### **Filosofia**

Rene Pinto da Vitória

#### **História**

João Evangelista de Sousa

#### **Geografia**

Wanderley Lopes Sebastião

#### **Sociologia**

Rene Carolino de Souza

## **Projetos Integradores**

### **Coordenação Geral**

Aleide Cristina de Camargo  
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

### **Autores dos Projetos Integradores**

#### **Linguagens e Suas Tecnologias**

##### **Língua Portuguesa**

Fernanda Maia Lyrio  
Maria Eduarda Scarpat  
Mariana de Castro Atallah

##### **Língua Inglesa**

Johan Wolfgang Honorato  
Sérgio Belo Coutinho

##### **Língua Espanhola**

Monica Nadja Silva d'Almeida Caniçali

##### **Arte**

Inara Novaes Macedo  
Dianni Pereira de Oliveira

##### **Educação Física**

Vinnicius Camargo de Souza Laurindo  
Korine Cardoso Santana

#### **Matemática e Suas Tecnologias**

##### **Matemática**

Mauricio de Oliveira Celéri  
Organdi Mongin Rovetta  
Rayane Salviano de Oliveira Silva  
Willian Mantovani

#### **Ciências da Natureza e Suas Tecnologias**

##### **Física**

Ernani Vassoler Rodrigues  
Farley Correia Sardinha

##### **Química**

Thaís Scardua Rangel  
Ester Marques Miranda

##### **Biologia**

Vinícius Brito Lima  
Bertha Nicolaevsky

#### **Ciências Humanas e Sociais**

##### **Aplicadas História**

Jorge Vinícius Monteiro Vianna  
Giselly Rezende Vieira

##### **Geografia**

Monique Santiago de Carvalho  
Elisabeth Bicalho do Amaral

##### **Filosofia**

Aline Eduardo  
Machado Rene Pinto  
da Vitória

##### **Sociologia**

Aldete Maria Xavier  
Rene Carolino de Souza



# APRESENTAÇÃO

Prezado(a) professor(a),

Este projeto foi pensado a partir da temática “**Corpos reais, vidas reais: saúde, trabalho e mídia na juventude e na vida adulta**”, considerando a realidade dos(as) estudantes do turno noturno, que convivem diariamente com jornadas extensas de trabalho, cansaço físico e mental, falta de tempo para o autocuidado e forte influência das mídias digitais na construção de percepções sobre corpo, saúde e identidade. Essas experiências tornam urgente a análise crítica de como discursos midiáticos moldam expectativas corporais e impactam a saúde integral, especialmente entre jovens e adultos trabalhadores.

Previsto para ser executado no primeiro trimestre de 2026, o projeto parte da pergunta-problema: *Como as representações midiáticas sobre corpo e saúde influenciam a vida do(a) trabalhador(a) e o que a Língua Portuguesa, a Educação Física, as Artes e a Língua Inglesa podem fazer para produzir discursos mais reais, críticos e sustentados cientificamente?*

A proposta articula ciência, cultura, linguagem e corpo, promovendo uma leitura integrada entre teoria e prática, alinhada ao eixo Método, Conhecimento e Ciência. Cada componente do Aprofundamento contribui com uma dimensão do fenômeno: a Língua Portuguesa investiga discursos midiáticos e orienta a produção do editorial; a Educação Física analisa os impactos do trabalho e dos padrões estéticos na saúde; a Língua Inglesa examina termos e práticas culturais globalizadas ligados ao corpo e ao consumo; e Arte discute representações sociais e estéticas do corpo real em diferentes contextos.

O projeto valoriza a identidade do(a) estudante trabalhador(a) ao deslocar o foco da estética idealizada para o corpo real, marcado por histórias, rotinas, cansaço, culturas e resistências. Ao produzir editoriais, colagens, análises críticas, registros visuais e uma exposição multimodal, os(as) estudantes articulam evidências científicas, repertório cultural e leitura crítica da mídia, fortalecendo protagonismo, consciência social e autonomia intelectual.

Além disso, a proposta possibilita o desenvolvimento de competências relacionadas à pesquisa, análise de dados, argumentação, leitura de imagens, comunicação social e reconhecimento de práticas culturais, contribuindo para uma formação integral e interdisciplinar, conforme orientam as Resoluções CNE/CEB nº 2/2024 e nº 4/2025 para os Itinerários Formativos de Aprofundamento.

Assim, o projeto justifica-se por promover uma educação crítica, situada e contemporânea, que integra ciência, linguagem, corpo e cultura, permitindo que os(as) estudantes compreendam como a mídia influencia a percepção de si mesmos, reconheçam saberes locais e trabalhem coletivamente na construção de discursos mais reais e socialmente responsáveis sobre saúde e identidade corporal.

PROJETO INTEGRADOR – DETALHAMENTO DA SEQUÊNCIA DIDÁTICA			
<b>Identificação do Itinerário Formativo de Aprofundamento</b>			
Itinerário Formativo de Aprofundamento	Linguagens e suas Tecnologias		
Componentes	<b>Arte, Educação Física, Língua Inglesa e Língua Portuguesa</b>		
Série	1ª Série do Ensino Médio		
Trimestre	1º trimestre		
Eixo(s) Estruturante(s)	<b>Método, Conhecimento e Ciência</b>		
<b>Sistematização das aprendizagens que serão desenvolvidas pelo Projeto Integrador</b>			
Habilidade(s) do IFA	Objeto(s) de conhecimento	Expectativa(s) de Aprendizagem	Tema(s) Integradores
<p><b>Arte</b></p> <p>Itinerários Formativos de Aprofundamento (IFA)</p>			
<b>EMIFALGG101</b>  Analisar criticamente os processos de produção, circulação e recepção das diversas formas de linguagem (verbal, visual, corporal, multimodal e digital), avaliando seus impactos sociais, políticos e culturais nos diferentes campos de atuação, com foco na equidade, na justiça social e na democratização do saber.	<b>Contextos e práticas</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Discursos artísticos e midiáticos em diferentes contextos históricos, sociais e políticos.</li> <li>- Análise de representações sociais em discursos, imagens e práticas culturais, considerando identidades e projeto de vida.</li> <li>- Práticas de leitura crítica da realidade a partir de obras artísticas, produções audiovisuais, musicais e cênicas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conhecer imagens de corpos produzidas ao longo da História da ARTE para compreender a função dessas imagens ao longo do tempo.</li> <li>• Contextualizar esse conhecimento para compreender a construção do “ideal de corpo” propagado especialmente pelas mídias (com destaque para as redes sociais) dentro de uma lógica orientada para o capital (consumo de produtos e serviços).</li> <li>• Produzir discursos contra hegemônicos, por meio de objetos artísticos, produções audiovisuais, musicais e ou cênicas que discutam a temática trabalhada.</li> </ul>	TI 06. Educação em Direitos Humanos TI 09. Vida Familiar e Social TI 12. Trabalho, Ciência e Tecnologia TI 13 /ES. Diversidade Cultural, Religiosa e Étnica TI 14 /ES. Trabalho e Relações de Poder TI 15 /ES. Ética e Cidadania TI 16 /ES. Gênero, Sexualidade, Poder e Sociedade TI 19 /ES. Diálogo Intercultural e Inter-Religioso



## • Educação Física

Itinerários Formativos de Aprofundamento (IFA)

<b>EMIFALGG101 -</b> Analisar criticamente os processos de produção, circulação e recepção das diversas formas de linguagem (verbal, visual, corporal, multimodal e digital), avaliando seus impactos sociais, políticos e culturais nos diferentes campos de atuação, com foco na equidade, na justiça social e na democratização do saber.	<b>Processos de produção, circulação e análise crítica das Linguagens nas diversas formas de Linguagem Corporal</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Representações midiáticas e dilemas da imagem e da identidade na juventude;</li> <li>• Conceito de beleza e marginalização de corpos negros e indígenas;</li> <li>• Impacto da indústria da saúde e do fitness na formação de conceitos sobre desempenho físico e estética;</li> <li>• Relação entre saúde física, mental e a pressão estética imposta por padrões midiáticos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar como a mídia representa corpos juvenis e seus efeitos sobre a imagem e a identidade;</li> <li>• Reconhecer formas de marginalização de corpos negros e indígenas nas narrativas de beleza;</li> <li>• Analisar a influência da indústria da saúde e do fitness na construção de padrões corporais;</li> <li>• Relacionar saúde física e mental às pressões estéticas impostas por padrões midiáticos.</li> </ul>	<b>TI 12.</b> Trabalho, Ciência e Tecnologia  <b>TI 16.</b> Gênero, Sexualidade, Poder e Sociedade  <b>TI 17.</b> Povos e Comunidades Tradicionais
---	--	---	--



## • Língua Inglesa

Itinerários Formativos de Aprofundamento (IFA)

<b>EMIFALGG602 -</b> Explorar práticas culturais, valores e tradições associadas à(s) língua(s) estrangeira(s), analisando suas	<b>Contexto histórico da expansão da língua inglesa:</b>  <b>Leitura de textos sobre:</b> a) países falantes de língua inglesa e o	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Compreender o contexto histórico que impulsionará a expansão da língua inglesa pelo mundo, por meio da leitura de textos sobre países falantes e           </li> </ul>	(TI12) Trabalho, Ciência e Tecnologia.  (TI17) Povos e Comunidades Tradicionais.
--	---	---	--

<p>conexões com a própria cultura e sua relevância na mediação sociocultural e no fortalecimento do diálogo intercultural.</p>	<p>processo de expansão da língua pelo mundo;</p> <p>b) diferenças de uso da língua inglesa no que diz respeito a escrita, pronúncia e vocabulário.</p> <p>Construção de identidades do mundo globalizado:</p> <p><b>Leitura de textos sobre:</b></p> <p>a) diferenças de uso da língua inglesa em países que a adotaram como 2ª língua;</p> <p>b) impacto da língua inglesa no país que a adotou como 2ª língua;</p> <p>c) influências da cultura do país que adotou a língua inglesa como 2ª língua.</p>	<p>processos de difusão.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Analizar as diferenças de uso da língua inglesa — escrita, pronúncia e vocabulário — reconhecendo variedades linguísticas em diferentes países.</li> <li>Interpretar textos sobre o uso do inglês como segunda língua, identificando impactos socioculturais e influências na construção de identidades em contextos globalizados.</li> </ul>	
--	--	---	--



Itinerários Formativos de Aprofundamento (IFA)

<p><b>EMIFALGG103</b></p> <p>Investigar discursos midiáticos, científicos, literários e artísticos, identificando intencionalidades, mecanismos de persuasão, estratégias argumentativas e representações sociais, promovendo</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Contexto sócio-histórico de produção e circulação de textos e práticas relacionadas à defesa de direitos e à participação social;</li> <li>Participação em discussões orais de</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Analisar criticamente a produção jornalística e os diferentes projetos editoriais, compreendendo suas intenções, fontes de financiamento e graus de parcialidade, para desenvolver autonomia na seleção de informações e na construção de opinião</li> </ul>	<p>(TI06) Educação em Direitos Humanos.</p> <p>(TI12) Trabalho, Ciência e Tecnologia.</p>
---	--	---	---

	<p>leitura crítica.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Construção composicional e estilo:</li> </ul>	<p>temas controversos de interesse da turma e/ou de relevância social: Editorial jornalístico.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Construção composicional e estilo:</li> </ul> <p>- Estrutura interna: defende um ponto de vista coletivo sobre temas atuais e relevantes; utiliza linguagem formal, argumentativa e impecável para convencer o leitor;</p> <p>- Estrutura externa: apresenta o tema e sua relevância (introdução), seguidos dos argumentos e das análises que fundamentam a tese (desenvolvimento) e retoma o ponto de vista (conclusão);</p>	<p>fundamentada.</p> <p>Empregar estratégias de checagem de fatos e verificação de fontes, identificando e combatendo notícias falsas, atuando de forma ética e responsável na circulação de discursos.</p>
<p><b>EMIFALGG104</b></p> <p>Elaborar produções textuais e multimodais argumentativas, com referência científica, linguagem formal e foco em transformação social.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Planejar, elaborar e revisar textos e produções multimodais de caráter argumentativo e coletivo, fundamentando ideias em dados e evidências científicas, com linguagem formal e adequada a diferentes suportes de circulação.</li> </ul> <p>Demonstrar consciência crítica sobre temas sociais, culturais e ambientais, promovendo a valorização da diversidade e a transformação social em seu território, mobilizando métodos investigativos e conhecimentos interdisciplinares.</p>	
<p><b>EMIFALGG603</b></p> <p>Producir e compartilhar conteúdos orais, escritos e multimodais para debater temas sociais, mobilizando comunicação ética e uso responsável de tecnologias.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Referenciação científica: fundamenta opiniões em dados, estudos e evidências;</li> <li>- Reconhecimento de público-alvo amplo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Produzir e compartilhar conteúdos orais, escritos e multimodais, em língua materna e/ou estrangeira, voltados para o debate de temas globais e locais, como Direitos Humanos, justiça social e diversidade.</li> <li>• Mobilizar estratégias de comunicação eficazes,</li> </ul>	

		usar dados e referenciamento científico para sustentar argumentos e atuar com ética, respeito e consciência cidadã, reconhecendo o impacto social da linguagem e das tecnologias digitais na construção de discursos públicos.	
--	--	--	--

### Contextualização do projeto

Nossos estudantes da 1ª série do noturno vivenciam o desafio diário de equilibrar a exaustão do trabalho com a vida escolar. Nesse contexto, o corpo não é apenas uma imagem, mas uma ferramenta de trabalho que sofre desgastes reais. Contudo, ao acessarem as redes sociais, esses jovens são bombardeados por narrativas estéticas inatingíveis e discursos de produtividade tóxica, em língua materna ou, até mesmo, em língua estrangeira e com forte apelo visual, que ignoram sua realidade socioeconômica.

O Projeto Integrador "*Corpos reais, vidas reais: saúde, trabalho e mídia na juventude e na vida adulta*" propõe, portanto, um olhar crítico e multidisciplinar: unir a análise discursiva, a consciência corporal e a leitura visual para investigar como a mídia fabrica padrões de saúde que não dialogam com a vida do trabalhador. Como culminância, o projeto prevê uma exposição na escola ou a criação de um perfil informativo em uma Rede Social.

### Desenvolvimento do projeto

#### Etapa 1 Diagnóstico e pesquisa inicial (Semanas 1 a 3)

Principais habilidades do IFA desenvolvidas na etapa	<b>ARTE:</b> EMIFALGG101 <b>EDUCAÇÃO FÍSICA:</b> EMIFALGG101 <b>LÍNGUA INGLESA:</b> EMIFALGG602 <b>LÍNGUA PORTUGUESA:</b> EMIFALGG103/ EMIFALGG603
--	---

#### Descrição detalhada da etapa



A primeira etapa consta de aula expositiva e levantamento de imagens realizado por grupos de trabalho: GRUPO 1 (Pré-história, Antiguidade); GRUPO 2 (Antiguidade Clássica); GRUPO 3 (Idade Média); GRUPO 4 (Idade Moderna) e Grupo 5 (Idade Contemporânea).

- Apresentação da proposta do Projeto Integrador. Aula expositiva sobre a Linha do Tempo da ARTE com ênfase na representação dos corpos – Corpos na História.
- Dividir a turma em grupos, de acordo com a quantidade de estudantes, para que cada grupo seja responsável por pesquisar e aprofundar os temas trabalhados. As imagens devem ter boa resolução e devem conter dados de origem (artista, ano, lugar onde foi encontrada – livro, apostila, site). Criar um banco de dados com as imagens pesquisadas que podem ser guardadas em Google Drive compartilhado (pastas separadas por tema).
- Leitura crítica das imagens rupestres (representação de pessoas trabalhando, caçando) e da hierarquia presente na Antiguidade. Relacionar corpo-trabalho-sobrevivência-poder (representação dos corpos como registro de poder e função social no Egito).
- Análise do discurso visual: Quem pode ser representado? Quais corpos são valorizados? Quais diferenças se percebe entre as esculturas das Vênus (Pré-História) e os corpos valorizados hoje? Observar a construção ideológica e de imagem dos corpos na Antiguidade Clássica (Gregos) – Ideal de “Belo e Bom” – corpos jovens, atléticos, magros. Quais influências exerce sobre o “ideal” de beleza hoje? O que significava para os gregos a ideia de “corpo perfeito” e o que significa hoje? Ideais de simetria, força e juventude. Comparação com discursos midiáticos: filtros, corpos “fitness”, influenciadores digitais (possuímos o mesmo tempo e recursos para transformar nossos corpos nesses padrões?). Corpos na representação romana: marcas de cansaço, passagem do tempo, história de vida. Corpos ideais X Corpos verdadeiros. Como os processos de envelhecimento natural dos corpos pode ser visto nesse contexto?
- Idade Média, Renascimento e Colonização: corpos regulados e corpos colonizados. Análise crítica do papel das instituições de controle dos corpos (femininos, indígenas, afro-brasileiros, europeus). Representação de corpos idealizados (imagens religiosas bíblicas inspiradas na estética europeia contraposta às imagens religiosas de Mestre Ataíde e Aleijadinho no Brasil). Contextualização: disciplina dos corpos que trabalham. Retratos Renascentistas: poder, branquitude e riqueza. Registros Coloniais: exotização, desigualdade, violência simbólica. Como essas imagens influenciam a identidade brasileira hoje?
- Fotografia, industrialização e modernismos: identificar o corpo trabalhador como objeto da Arte e da indústria. Refletir sobre exploração, fadiga e saúde física/mental. Contrapor fotografias do início do século XX (registros de trabalhadores) e outras ao longo do século. O que mudou? Leitura de fotografias midiáticas e pessoais como recursos de construção de identidade. O que escolhemos mostrar do nosso corpo e por quê? O corpo é produto? O que é real e o que é produção? A quem interessa que estejamos sempre insatisfeitos(as) com nossos corpos?

**Recursos:** Vídeo para Aula Expositiva <https://www.youtube.com/watch?v=SEyhdqLQ6IA>  
 Slides para Aula Expositiva:

[https://docs.google.com/presentation/d/1O05qpA2AVu2hD\\_vnQPzr-ERQsujeluvC/edit?usp=sharing&ouid=117189403073642967276&rtpof=true&sd=true](https://docs.google.com/presentation/d/1O05qpA2AVu2hD_vnQPzr-ERQsujeluvC/edit?usp=sharing&ouid=117189403073642967276&rtpof=true&sd=true)



Itinerários Formativos de Aprofundamento (IFA)

## MACROETAPA 1

Nesta etapa, o(a) professor(a) organiza momentos breves de registro, leitura, exibição de vídeos e debates orientados, sempre seguidos de uma atividade prática corporal. O registro inicial (escrito ou desenhado) permite mapear como os(as) estudantes percebem seu corpo e sua saúde. Em seguida, leituras curtas e vídeos subsidiam debates sobre conceito de beleza, marginalização de corpos, diversidade e impacto da indústria da saúde e do fitness, culminando na construção coletiva do mapa conceitual “Corpo, mídia e saúde”.

**Sugestão de práticas corporais para o Projeto:** Ginástica para todos (GPT) ou Treinamento funcional.

- “Ginástica para todos” é uma modalidade bastante abrangente que, fundamentada nas atividades ginásticas, valendo-se de vários tipos de manifestações, tais como danças, expressões folclóricas e jogos, expressos através de atividades livres e criativas, objetiva promover o lazer saudável, proporcionando bem-estar físico, psíquico e social aos praticantes. Favorece a performance coletiva, respeita as individualidades e estimula a autossuperação pessoal, sem qualquer tipo de limitação para a sua prática, seja quanto às possibilidades de execução, ao sexo ou à idade, bem como quanto à utilização de elementos materiais, musicais e coreográficos. Nesse contexto, há a preocupação de valorizar aspectos da cultura nacional, sempre sem fins competitivos.<sup>1</sup>

## Ginástica Para Todos: A Arte de Incluir Pelo Movimento

### O Que É a Ginástica Para Todos (GPT)?



Uma modalidade para TODOS  
Aberta a qualquer pessoa, sem restrição de idade, gênero ou habilidade física.



Foco na Expressão e Criatividade  
Combina ginástica, dança e folclore, explorando a criatividade em coreografias.



O Palco é o Festival  
O objetivo é a apresentação em espetáculos, promovendo a socialização e a apreciação.



### GPT vs. Ginástica de Alto Rendimento

Ginástica Para Todos (GPT)	VS	Ginástica de Alto Rendimento
Objetivo Principal: Lazer, bem-estar e socialização		Objetivo Principal: Competição, medalhas e resultados
Participantes: Qualquer pessoa (Inclusiva)		Participantes: Atletas selecionados (Exclusiva)
Rotina: Flexível e criativa		Rotina: Treinos rígidos e disciplinados

### Fundamentos em Movimento



Ponte



Vela



Avião



Rolamento para a frente

NotebookLM

Fonte: Ginástica para Todos (Adaptado de NotebookLM/Google, 2025).

- O treinamento funcional deve focar no aprimoramento de padrões de movimentos que, segundo Cook et al. são combinações intencionais de segmentos estáveis e móveis trabalhando em harmonia coordenada para produzir sequências de movimentos eficientes. Nessa perspectiva, os exercícios de força devem contemplar padrões de agachar, puxar, empurrar e carregar, sempre com semelhante especificidade neuromuscular e metabólica com as ações diárias do praticante. Cabe destacar que essa especificidade está relacionada à necessidade de se empregar força nas mais diversas situações do dia a dia que, em sua maioria, são instáveis e assimétricas, reforçando a demanda multissistêmica.<sup>2</sup>



Fonte: Treinamento Funcional (Adaptado de NotebookLM/Google, 2025).

## Atividades práticas

As aulas práticas devem priorizar vivências introdutórias e inclusivas, como:

- Ginástica para Todos, com exercícios básicos de aquecimento, alongamento e movimentos simples;
- Treinamento Funcional adaptado, em formato de circuitos leves e caminhadas.

Ao longo das semanas, o(a) professor(a) pode ajustar gradualmente a complexidade, sempre respeitando a diversidade de condicionamento, idade, peso e possíveis deficiências.



## • Língua Inglesa

Itinerários Formativos de Aprofundamento (IFA)

Sugestões de atividades:

- Roda de conversa: "Como a língua inglesa e a cultura midiática influenciam a forma como jovens percebem o próprio corpo e o corpo do outro?".
- Leitura inicial de textos curtos e posts em inglês sobre *body shaming* e *body positivity*.
- Levantamento de termos em inglês comuns no cotidiano dos alunos (*diet, fitness, challenge, healthy*).
- Construção da pergunta-problema: "Como as representações midiáticas sobre corpo e saúde influenciam a vida do(a) trabalhador(a) e o que a Língua Inglesa pode fazer para produzir discursos mais reais, críticos e sustentados cientificamente?"
- Levantamento bibliográfico inicial e divisão de grupos de pesquisa;
- Leitura de notícias, posts e campanhas internacionais (BBC, Teen Vogue, The Guardian, NHS) sobre *body positivity*.
- Análise linguística: sentidos e usos de *body goals, self-esteem, healthy lifestyle*.
- Construção de um mapa multimodal (mural ou digital): "Padrões de beleza: Brasil x países anglófonos".



## • Língua Portuguesa

Itinerários Formativos de Aprofundamento (IFA)

- Diagnóstico de leitura e escrita por meio da análise de uma reportagem sobre corpo, saúde ou estética; discussão sobre rotina de trabalho e imagem corporal; levantamento bibliográfico inicial;
- Análise crítica de discursos midiáticos (editoriais, posts, vídeos); identificação de persuasão e parcialidade; comparação entre diferentes veículos;
- Pesquisa em trabalhos científicos (Fiocruz, SciELO, gov.br) e elaboração de fichamentos de seleção de dados confiáveis.

## Etapa 2: Análise crítica e produção (Semanas 4 a 6)

Principais habilidades do IFA desenvolvidas na etapa

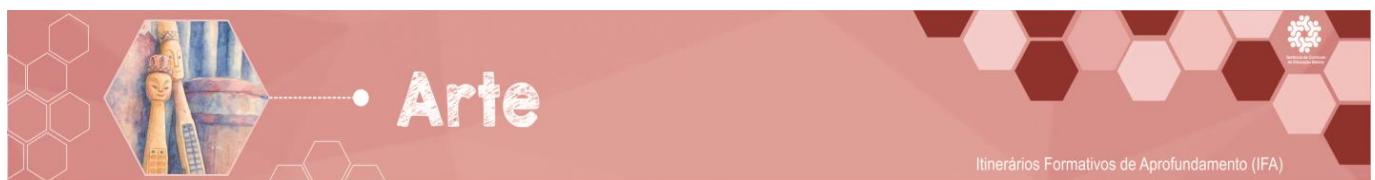
**ARTE:** EMIFALGG101

**EDUCAÇÃO FÍSICA:** EMIFALGG101

**LÍNGUA INGLESA:** EMIFALGG602

**LÍNGUA PORTUGUESA:** EMIFALGG104/ EMIFALGG103/  
EMIFALGG603

Descrição detalhada da etapa



A segunda etapa é a apresentação das imagens pesquisadas, as leituras que cada grupo realizou e como a turma analisa as imagens à luz do tema central: Corpos reais e Vidas reais. A ideia é que dessa apresentação a turma realize uma curadoria das imagens que serão usadas na criação de conteúdo. A turma pode ser novamente dividida em grupos: GRUPO 1 (História da ARTE); GRUPO 2 (Corpos femininos); GRUPO 3 (Corpos reais X Corpos ideais); GRUPO 4 (Corpos negros, indígenas, europeus); GRUPO 5 (Corpo e processo de envelhecimento).

1. Uso de Chromebook para acessar o CANVA e outros recursos digitais (como IA's generativas) para criar conteúdos que ajudem na campanha de conscientização sobre Corpo, Mídia e Contemporaneidade no contexto do trabalho e da vida real x a vida idealizada das redes sociais.
2. Criação de uma página no Instagram para divulgação dos conteúdos pesquisados e estudados. A turma pode escolher um nome para o perfil e uma imagem ou logo para ilustrar. (caso a escola opte por essa culminância).
3. Cada Grupo de Trabalho (GT) discute como abordar sua temática e usar as imagens pesquisadas e selecionadas para as postagens, com chamadas intencionais e textos que dialoguem com as pessoas sobre a importância da temática e das reflexões sobre ela.
4. Cada grupo deve criar entre 5 e 10 postagens com imagens, chamadas com apelo de visualização, texto reflexivo e chamada para interação. As postagens podem incluir vídeos, animações e/ou imagens estáticas. Uma outra proposta é a preparação para a exposição a ser realizada na escola. Esta etapa pode ser feita em parceria com os outros Aprofundamentos da área de Linguagens.



O(a) professor(a) propõe a análise de posts de influenciadores fitness, promovendo debates orientados sobre padrões estéticos, diversidade, silenciamentos e impactos sociais. Leituras e discussões sobre a relação corpo-mente, pressão estética, saúde mental, sedentarismo e redes sociais ampliam a compreensão crítica dos(as) estudantes.

A etapa culmina com a produção de um post ou campanha individual, a partir do tema “Como a mídia influencia minha percepção de corpo e saúde?”, valorizando diversidade corporal e discursos alternativos.

## Atividades práticas

Na parte prática, os(as) estudantes passam a criar coletivamente propostas corporais:  
Na Ginástica para Todos, elaboração de mini coreografias em grupo;  
No Treinamento Funcional, criação de minicircuitos adaptados à rotina e ao condicionamento de cada grupo.  
Essas propostas devem considerar o cotidiano do(a) estudante trabalhador(a), reforçando a viabilidade do exercício físico na vida adulta.



Sugestões de atividades:

- Organização dos dados coletados a partir das leituras feitas.
- Escrita colaborativa de textos-base para o trabalho final.
- Possibilidades de trabalho final:
  1. Editorial multimodal. Nesse contexto, há um diálogo com a proposta do Aprofundamento em Língua Portuguesa;
  2. Construção da exposição fotográfica crítica (*reality vs. Instagram*). Nesse contexto, há um diálogo com a proposta do Aprofundamento em Arte.



Nesta segunda etapa do projeto, os estudantes serão conduzidos ao processo de planejamento e início da escrita editorial, consolidando a compreensão de suas características estruturais, discursivas e argumentativas. O trabalho terá como foco a definição da tese, a seleção e organização dos argumentos e a elaboração de um esboço inicial do texto.

Nesta etapa, os(as) estudantes devem selecionar argumentos consistentes que sustentem a tese escolhida. Essa seleção envolverá:

- identificação de argumentos de autoridade, dados, exemplos e fatos;
- avaliação da pertinência e da força argumentativa de cada argumento;
- organização dos argumentos em uma progressão lógica, do mais geral ao mais específico ou do mais relevante ao complementar.

Após essa etapa de planejamento, os estudantes iniciarão a escrita do editorial, elaborando:

- a introdução, com contextualização do tema e apresentação da tese;
- o desenvolvimento inicial, no qual os primeiros argumentos serão apresentados e articulados por meio de conectores argumentativos adequados.

### **Etapa 3: Finalização, apresentação e avaliação (Semanas 7 a 9)**

Principais habilidades do IFA desenvolvidas na etapa	<b>ARTE:</b> EMIFALGG101 <b>EDUCAÇÃO FÍSICA:</b> EMIFALGG101 <b>LÍNGUA INGLESA:</b> EMIFALGG602 <b>LÍNGUA PORTUGUESA:</b> EMIFALGG603
Descrição detalhada da etapa	



A terceira etapa é finalizar os preparativos para a exposição ou finalização do perfil da turma na Rede Social, convidando toda a comunidade escolar, amigos, familiares e demais públicos para conhecerem o Projeto. Os visitantes devem interagir com as postagens e os estudantes podem, com base nos conhecimentos adquiridos e construídos durante o trimestre, responder, sempre de maneira respeitosa, as postagens dos visitantes.



O(a) professor(a) orienta o planejamento, a produção e a apresentação de uma campanha coletiva, desenvolvida com os outros Aprofundamentos da área de Linguagens. As aulas são organizadas de forma simples: planejamento (semana 7), produção (semana 8) e apresentação/avaliação (semana 9).

## Atividades práticas

A parte prática acompanha o processo de culminância:

- Apresentação das mini coreografias (GPT);
- Apresentação dos minicircuitos (Treinamento Funcional);
- Registros em vídeo ou demonstrações presenciais.



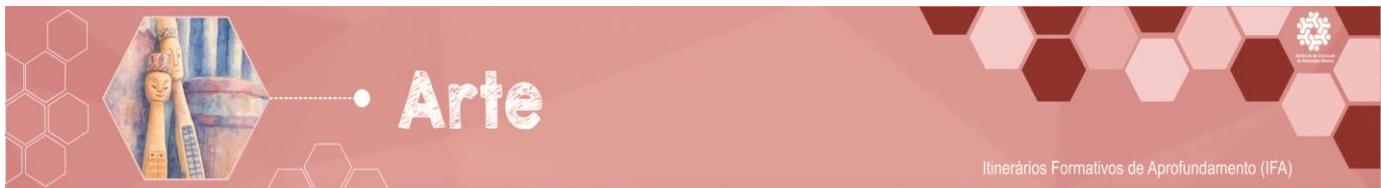
Revisão linguística (Português e Inglês);

- Curadoria de imagens, dados e trechos de textos;
- Preparação da exposição;
- Apresentação pública do trabalho final.



- Na terceira etapa do projeto, os estudantes darão continuidade ao processo de produção do editorial, concentrando-se na elaboração da conclusão, na revisão do texto e na finalização da versão escrita, considerando os aspectos discursivos, argumentativos e linguísticos próprios do gênero.
- Revisão textual final; preparação para apresentação oral ou postagem do editorial nas redes sociais, como Instagram.
- Evento final do Projeto Integrador (seminário, feira, exposição ou postagem nas redes sociais); apresentação dos editoriais e análises midiáticas para a comunidade escolar em conjunto com os outros Aprofundamentos da área de Linguagens.

## Avaliação da aprendizagem



**Aprendizagem Baseada em Projetos:** Os/As estudantes investigam questões ou temas a partir da pesquisa, experimentação e diálogo, desenvolvendo processos criativos que podem resultar em criações e propostas artísticas (como performances, exposições, produções visuais, musicais, audiovisuais ou intervenções culturais). O foco está no percurso investigativo e colaborativo, que promove autonomia, pensamento crítico e protagonismo na aprendizagem. A avaliação será processual (entrega das tarefas de pesquisa, das postagens), conceitual (qualidade do material produzido em diálogo com os conteúdos relacionados à História da Arte) e atitudinal (participação dos debates para a construção do projeto integrador e interação com o público/visitantes da página do Instagram ou na exposição final).



Sugestão de conceitos para avaliação (atendeu/atendeu parcialmente/não atendeu):

### Etapa 1

1. clareza na expressão, relação com padrões midiáticos;
2. argumentação, respeito à diversidade, uso de exemplos;
3. capacidade de identificar preconceitos, justificativa crítica.

### Etapa 2

1. organização, conexão entre conceitos, colaboração;
2. participação, criatividade e cooperação;
3. profundidade da análise, uso de argumentos éticos e sociais.

### Etapa 3

1. coerência com tema, criatividade, engajamento social;
2. integração dos conceitos discutidos, participação ativa;
3. argumentação e postura crítica durante interação.



A avaliação será baseada na participação em debates, na análise crítica de elementos culturais, na clareza das comparações interculturais, na apropriação das variações linguísticas

e na qualidade das produções textuais e multimodais realizadas ao longo do trimestre.



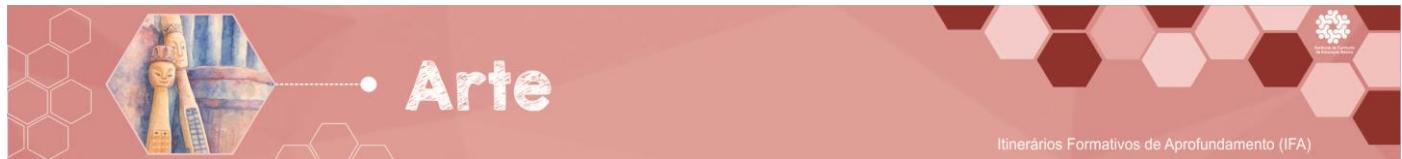
#### Formativa (processual)

- Fichamento de leitura: registro das ideias centrais, estilo e efeitos de sentido.
- Análise comparativa: identificação de léxico, estilo e formalidade em textos de diferentes registros.
- Aprendizagem Baseada em Projetos: acompanhamento das etapas de pesquisa, análise de textos, interpretação de dados e discussões para elaboração do editorial.
- Processo do mini-editorial coletivo: avaliação da cooperação, negociação e construção dos argumentos.

#### Somativa (culminância)

- Editorial final: clareza, coerência, argumentação e adequação ao gênero.
- Mini-editorial coletivo concluído: consistência das ideias e qualidade do texto final.

### Referências



ARGAN, Giulio Carlo. **Arte Moderna**. Companhia das Letras, São Paulo, 2001.

BARBOSA, A. M. **Arte educação: leituras no subsolo** / Ana Mae Barbosa (org.) 7 ed. São Paulo: Cortez, 2008.

\_\_\_\_\_. **A imagem no ensino da arte**. 6.ed. São Paulo: Perspectiva, 2007.

\_\_\_\_\_. **Inquietações e mudanças no ensino da arte**. São Paulo: Cortez, 2007.

\_\_\_\_\_. **Arte/educação contemporânea: consonâncias internacionais** / Ana Mae Barbosa (org.) São Paulo: Cortez, 2005.

BOONE, Silvana. COSTA, Cláudio da. **O ensino da história da arte a partir de Gombrich e a invisibilidade feminina deixada sob esse legado**. Mètis – história & cultura, v. 22, n. 44, jul./dez. 2023. Disponível em <<https://sou.ucs.br/etc/revistas/index.php/metis/article/view/11331/6233>> Acesso em 01 dez. 2025.

CANCLINI, Néstor García. **Culturas híbridas: estratégias para entrar e sair da modernidade**. Trad. Heloísa P. Cintrão e Ana Regina Lessa. 2.ed. São Paulo: Edusp, 1998.

CANDAU, Vera Maria. **Direitos humanos, educação e interculturalidade**: as tensões entre a igualdade e a diferença. Petrópolis, RJ: Vozes, 2011.

- FOUCAULT, M. **História da sexualidade**: o cuidado de si. 10 ed. Rio de Janeiro: Graal, 1985.
- \_\_\_\_\_. **A Ética do Cuidado de Si Como Prática da Liberdade**. In: FOUCAULT, Michel. Ética, sexualidade, política. Col. Ditos e Escritos V. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2004.
- \_\_\_\_\_. **Vigiar e Punir**: nascimento da prisão. 3 ed. Petrópolis: Vozes, 1984.
- \_\_\_\_\_. **Ética, sexualidade, política**. Col. Ditos e Escritos (v.V). Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2006.
- FREIRE, Paulo. **Pedagogia do Oprimido**. 68. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2018.
- HALL, Stuart. **A identidade cultural na pós-modernidade**. Rio de Janeiro: DP&A, 2006.
- OROFINO, Maria Isabel. *Mídias e mediação escolar: pedagogia dos meios, participação e visualidade*. São Paulo: Cortez: Instituto Paulo Freire, 2005. (Guia da escola cidadã: v. 12)

### **Materiais da Secretaria de Educação do Espírito Santo (SEDU)**

ESPÍRITO SANTO. Secretaria de Estado da Educação. *Caderno Metodológico: Educando em Direitos: Cidadania e Democracia desde a Escola - Ensino Médio*. Vitória, ES: SEDU, 2024. Disponível em: [https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/wp-content/uploads/2024/09/CADERNO-METODOLOGICO-CIDADAVIA-ENSINO-MEDIO-18\\_09.pdf](https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/wp-content/uploads/2024/09/CADERNO-METODOLOGICO-CIDADAVIA-ENSINO-MEDIO-18_09.pdf). Acesso em 01 dez. 2025.

### **Sites:**

BRASIL. **Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação das Relações Étnico-Raciais e para o Ensino de História e Cultura Afro-Brasileira e Africana**. Brasília: Ministério da Educação, 2004. Disponível em: <https://www.gov.br/inep/pt-br/centrais-de-conteudo/acervo-linha-editorial/publicacoes-diversas/temas-interdisciplinares/diretrizes-curriculares-nacionais-para-a-educacao-das-relacoes-etnico-raciais-e-para-o-ensino-de-historia-e-cultura-afro-brasileira-e-africana>. Acesso em: 01 dez.. 2025.

BRASIL. **Ministério da Educação. Secretaria de Educação Continuada, Alfabetização e Diversidade**. *Gênero e diversidade na escola: formação de professoras/es em gênero, orientação sexual e relações étnico-raciais*. Livro de conteúdo. Versão 2009. Rio de Janeiro: Cepesc; Brasília: SPM, 2009. Disponível em: [http://estatico.cnnpq.br/portal/premios/2014/ig/pdf/genero\\_diversidade\\_escola\\_2009.pdf](http://estatico.cnnpq.br/portal/premios/2014/ig/pdf/genero_diversidade_escola_2009.pdf)

Curriculum do Estado do Espírito Santo  
<https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/>

Curriculum Interativo Digital SEDU/ES  
<https://curriculointerativo.sedu.es.gov.br/>

Curriculum da Computação  
[https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/wp-content/uploads/2025/07/CURRICULO-COMPUTACAO-ES-ENSINO-MEDIO\\_040725.pdf](https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/wp-content/uploads/2025/07/CURRICULO-COMPUTACAO-ES-ENSINO-MEDIO_040725.pdf)

Midiateca Capixaba  
<https://midiateca.es.gov.br/site/acervo/uma-viagem-capixaba-de-caribe-e-rubem-braga/>

Observatório de Educação em Direitos Humanos em Foco  
<https://observatorioedhemfoco.com.br/observatorio/>



Itinerários Formativos de Aprofundamento (IFA)

**AGÊNCIA SENADO. Racismo estrutural mantém negros e indígenas à margem da sociedade.** Disponível em:

<<https://www12.senado.leg.br/noticias/infomaterias/2020/01/racismo-em-pauta-2014-racismo-estrutural-mantem-negros-e-indigenas-a-margem-da-sociedade>>. Acesso em: 10 dez. 2025.

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

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

**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>>.

**DA SILVA-GRIGOETTO, M. E.; RESENDE-NETO, A. G.; LA SCALA TEIXEIRA, C. V. Treinamento funcional: uma atualização conceitual.** Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano, v. 22, e72646, 2020. DOI: <<http://dx.doi.org/10.1590/1980-0037.2020v22e72646>>.

**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%ADscica+escolar>>. Acesso em: 26 set. 2025.

**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.

**GINÁSTICA PARA TODOS** – UFRJ. Disponível em: <<https://eefd.ufrj.br/ginastica-para-todos>>. Acesso em: 10 dez. 2025.

**GRUPO DE PESQUISAS EM EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR** – GPEF-USP. Disponível em: <<https://www.gpef.feusp.br>>. Acesso em: 26 set. 2025.

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

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.

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

NAÇÕES UNIDAS BRASIL. **Igualdade de direitos de pessoas LGBTQIA+ ainda enfrenta altos índices de violência no Brasil.** Disponível em: <<https://brasil.un.org/pt-br/232003-igualdade-de-direitos-de-pessoas-lgbtqia-ainda-enfrenta-altos-%C3%ADndices-de-viol%C3%A3ncia-no-brasil>>. Acesso em: 10 dez. 2025.

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

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

SILVA, S. G. da. **Preconceito e discriminação:** as bases da violência contra a mulher. Psicologia: Ciência e Profissão, v. 30, n. 3, p. 556–571, 2010. DOI: <<https://doi.org/10.1590/S1414-98932010000300009>>.

SILVEIRA, V. da; ARRUDA, M. P. de; DIEZ, C. L. F. **A unicidade corpo e mente no campo da Educação Física:** possibilidades para uma educação filosófica. Revista do NESEF, v. 9, n. 1, p. 76, jan./jul. 2020. Disponível em: <<https://share.google/PcNn9muxX1nXs0qBY>>. Acesso em: 10 dez. 2025.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE OURO PRETO (UFOP). **Violência étnico-racial e acolhimento.** Disponível em: <<https://ufop.br/noticias/em-discussao/violencia-etnico-racial-e-acolhimento>>. Acesso em: 10 dez. 2025.



BRITISH COUNCIL. *Learn English – Teaching and Learning Resources.* Disponível em: <https://www.britishcouncil.org>. Acesso em: 19 nov. 2025.

BBC. *BBC Learning English.* Disponível em: <https://www.bbc.co.uk/learningenglish>. Acesso em: 19 nov. 2025.

CAMBRIDGE UNIVERSITY PRESS. *Cambridge English.* Disponível em: <https://www.cambridgeenglish.org>. Acesso em: 19 nov. 2025.

CAMBRIDGE UNIVERSITY PRESS. *Write & Improve.* Disponível em: <https://writeandimprove.com>. Acesso em: 19 nov. 2025.

IRELAND. Department of Education. *English Curriculum*. Disponível em: <https://www.gov.ie/en/education>. Acesso em: 19 nov. 2025.

MALTA. Ministry for Education. *English Language Education*. Disponível em: <https://education.gov.mt>. Acesso em: 19 nov. 2025.

CYPRUS. Ministry of Education. *English as a Foreign Language*. Disponível em: <https://www.moec.gov.cy>. Acesso em: 19 nov. 2025.

NIGERIA. Federal Ministry of Education. *English Language Policy*. Disponível em: <https://www.education.gov.ng>. Acesso em: 19 nov. 2025

UNITED STATES. U.S. Department of Education. *Office of English Language Acquisition*. Disponível em: <https://www2.ed.gov/about/offices/list/oela>. Acesso em: 19 nov. 2025.

ESPÍRITO SANTO. Secretaria de Estado da Educação. **Caderno Metodológico:** Escolas Plurais: Prevenção às violências contra as mulheres. Vitória, ES: SEDU, 2024. Disponível em: [https://drive.google.com/file/d/1qakMO52CyYS\\_O5oMuQuiUUNT8mtYMG1r/view](https://drive.google.com/file/d/1qakMO52CyYS_O5oMuQuiUUNT8mtYMG1r/view). Acesso em 24 set. 2025.

ESPÍRITO SANTO. Secretaria de Estado da Educação. **Caderno Metodológico:** Povos e Comunidades Tradicionais. Vitória, ES: SEDU, 2024. Disponível em: [https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/wp-content/uploads/2025/06/CADERNO-METODOLOGICO-POVOS-E-COMUNIDADES-TRADICIONAIS\\_160625.pdf](https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/wp-content/uploads/2025/06/CADERNO-METODOLOGICO-POVOS-E-COMUNIDADES-TRADICIONAIS_160625.pdf). Acesso em 24 set. 2025.



IOCRUZ. **Portal de Divulgação Científica**. Disponível em: <<https://fiocruz.br/divulgacao-cientifica>>. Acesso em: 03 dez. 2025.

GONÇALVES, Marcio. **Mídia e jornalismo na escola: explorando a criatividade na sala de aula**. Rio de Janeiro. Pipa Comunicação Editorial, 2022.

Ministério da Saúde. **Saúde do Trabalhador e do Adolescente**. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-do-adolescente>>. Acesso em: 03 dez. 2025.

ABM + Saúde. **A pressão por perfeição causada pelas redes sociais pode afetar a qualidade de vida das pessoas**. Disponível em: <<https://www.revistaabm.com.br/artigos/a-pressao-por-perfeicao-causada-pelas-redes-sociais-pode-afetar-a-qualidade-de-vida-das-pessoas>>. Acesso em: 03 dez. 2025.

SciELO. **Biblioteca Eletrônica Científica Online**. Disponível em: <<https://www.scielo.br/>>. Acesso em: 03 dez. 2025.

OAKES, Kelly. Como as redes sociais afetam a sua visão de si mesmo. **BBC**. Disponível em: <<https://www.bbc.com/portuguese/vert-fut-47625592>>. Acesso em: 03 dez. 2025.

Portal PUC RS. **Da capa de revista às telas de celular:** de que forma as mídias sociais impactam a relação das mulheres com a sua aparência? Disponível em: <<https://portal.pucrs.br/noticias/ensino/pressao-estetica-redes-sociais/>>. Acesso em: 05 dez. 2025.

PINTO, Rosalice Botelho Wakim Souza. Argumentação e persuasão em gêneros textuais. **Revista Eletrônica De Estudos Integrados Em Discurso E Argumentação**, 9(1), 102-114. Recuperado de: <<https://periodicos.uesc.br/index.php/eidea/article/view/839>>. 2015. Acesso em: 26 de setembro de 2025.

SOUZA, Socorro Cláudia T de. **A argumentação em editoriais de jornais**. 1. ed. São Paulo: Blucher, 2012.

VENANCIO, Rafael Duarte Oliveira. **Jornalismo e linha editorial:** construção das notícias na imprensa partidária e comercial. Rio de Janeiro: E-papers Serviços Editoriais Ltda, 2009.