

CLEIA MESQUITA SILVA
ANDRÉ NOGUEIRA

Guia pedagógico da disciplina Projeto de vida: Educar para o sentido, o protagonismo e o futuro



CLEIA MESQUITA SILVA
ANDRÉ NOGUEIRA

Guia pedagógico da disciplina
Projeto de vida:
Educar para o sentido,
o protagonismo e o futuro

1ª Edição

Diálogo Comunicação e Marketing

São Mateus

2025

Guia pedagógico da disciplina Projeto de vida: Educar para o sentido, o protagonismo e o futuro © 2025, Cleia Mesquita Silva e André Nogueira.

Orientador: Prof. Doutor André Nogueira.

Curso: Mestrado Profissional em Ciência, Tecnologia e Educação.

Instituição: Centro Universitário Vale do Cricaré – UNIVC.

Edição: Ivana Esteves Passos de Oliveira.

Projeto gráfico e editoração: Diálogo Comunicação e Marketing.

Diagramação: Ilvan Filho.

DOI: 10.xxxxxx737



SUMÁRIO

Apresentação	07
Introdução	08
Objetivos do guia pedagógico	09
Estrutura do guia	10
Base conceitual do guia	11
1. Fundamentação teórica	12
1.1. Marcos legais e a inserção do projeto de vida no currículo escolar ..	12
1.2. Educação integral e o sentido formativo do projeto de vida	13
1.3. Protagonismo e autonomia	13
1.4. O papel do/a professor/a	13
1.5. Síntese da fundamentação teórica	14
2. Concepção pedagógica do guia	15
2.1. Princípios norteadores da prática pedagógica	15
2.2. O papel do/a professor/a na disciplina projeto de vida	16
2.3. O perfil das aulas de projeto de vida	17



2.4. Metodologias ativas e estratégias didáticas	17
2.5. O ambiente da aula: acolhimento, pertencimento e diálogo	19
2.6. Síntese da concepção pedagógica	20
3. Propostas metodológicas	21
3.1. Estrutura orientadora para o planejamento	21
3.2. Eixos temáticos do projeto de vida	22
3.3. Sequências temáticas e planos de aula	22
3.4. Instrumentos de avaliação	32
3.5. Estratégias para o trabalho com os meninos e o fortalecimento do autoconhecimento	33
4. Avaliação e acompanhamento	34
4.1. Avaliar para compreender, não para classificar	34
4.2. Princípios da avaliação na disciplina projeto de vida	35
4.3. Instrumentos e estratégias de acompanhamento	36
4.4. Sugestão de ficha de acompanhamento do/a estudante	37
4.5. Autoavaliação do/a estudante	38



4.6. Devolutiva e feedback formativo	39
4.7. Avaliação institucional e integração com a comunidade escolar	39
4.8. Síntese final da avaliação	40
5. Anexos e instrumentos de apoio	41
5.1 Roteiro para planejamento de aulas de projeto de vida	41
5.2. Modelo de diário reflexivo do estudante	42
5.3. Modelo de ficha de observação do/a professor/a	43
5.4. Sugestão de roteiro para roda de conversa	44
5.5. Dinâmicas e práticas integradoras	45
5.6 Sugestão de mural de acompanhamento coletivo	47
5.7 Sugestão de temas transversais para o ano letivo	48
6. Considerações finais	49
Referências	50
Os autores	53



APRESENTAÇÃO

O presente Guia Pedagógico da Disciplina Projeto de Vida foi elaborado como produto educacional vinculado à dissertação de mestrado intitulada “Projeto de Vida como Componente Curricular: Implicações Pedagógicas e desenvolvimento Integral no Ensino Fundamental – Anos Finais”.

Nasce da prática e da escuta: da escuta dos/as estudantes que participaram dos grupos focais e da vivência cotidiana em uma escola pública de tempo integral do município de Pinheiros – ES, comprometida com a formação humana e com o fortalecimento da educação integral.

O guia oferece subsídios teórico-metodológicos que apoiam professores/as e gestores na implementação da disciplina Projeto de Vida, integrando teoria e prática por meio de propostas de aulas, dinâmicas, atividades e reflexões voltadas ao desenvolvimento socioemocional e ao protagonismo juvenil previstos na BNCC (2018).

Mais do que um material de apoio, este guia pretende inspirar práticas significativas, em que cada aula se torne um espaço de sentido, favorecendo que o/a estudante reflita sobre si, sobre o outro e sobre o mundo, reconhecendo-se como sujeito ativo de sua própria história.



INTRODUÇÃO

A disciplina Projeto de Vida surge no contexto da BNCC (2018) e da Educação em Tempo Integral como uma proposta inovadora para educação para a vida. Mais do que um componente curricular, ela funciona como eixo articulador do currículo, promovendo o autoconhecimento, a empatia, a responsabilidade, o protagonismo e o planejamento de futuro.

Entretanto, a consolidação dessa disciplina ainda enfrenta desafios, tais como: escassez de materiais pedagógicos específicos, insegurança docente ao trabalhar temas pessoais e ausência de metodologias que tornem as aulas mais significativas para os/as estudantes.

Este guia nasce para contribuir com esse processo, oferecendo caminhos metodológicos possíveis e adaptáveis à realidade das escolas públicas brasileiras, especialmente dos anos finais do Ensino Fundamental.

Inspirado nas contribuições de Freire, Moll, Pacheco e Moran, este guia propõe uma prática educativa pautada na escuta, no diálogo e na aprendizagem significativa, na qual o/a estudante é protagonista do processo e o/a professor/a atua como mediador/a e orientador/a.



OBJETIVOS DO GUIA PEDAGÓGICO

Objetivo Geral

Oferecer um conjunto de referenciais teóricos, metodológicos e práticos que orientem os professores no planejamento e execução das aulas de Projeto de Vida, fortalecendo a formação integral e o protagonismo dos/as estudantes.

Objetivos Específicos

- Contribuir para a formação continuada dos/as docentes que atuam com a disciplina Projeto de Vida;
- Apresentar metodologias ativas e práticas pedagógicas inovadoras que promovam o protagonismo estudantil;
- Sugerir atividades, projetos e dinâmicas alinhadas às competências gerais da BNCC;
- Promover a reflexão crítica sobre o papel do/a professor/a e da escola na construção do sentido de vida e da cidadania;
- Valorizar a escuta, o diálogo e a afetividade como dimensões estruturantes da prática pedagógica;
- Incentivar a integração entre escola, comunidade e território, fortalecendo a dimensão social e contextual da aprendizagem.



ESTRUTURA DO GUIA

O guia está organizado em cinco partes principais:

1. Fundamentação Teórica

Contextualiza a disciplina no marco da BNCC e da Educação Integral.

2. Concepção Pedagógica

Apresenta princípios orientadores da prática docente.

3. Propostas Metodológicas

Reúne sugestões de planos, dinâmicas e sequências.

4. Avaliação e Acompanhamento

Propõe estratégias formativas e processuais.

5. Anexos e Instrumentos de Apoio

Traz fichas, roteiros e modelos práticos.





BASE CONCEITUAL DO GUIA

Este material se fundamenta em uma concepção freireana e humanizadora de educação, na qual ensinar é criar possibilidades de construção de conhecimento (Freire, 1996). O Projeto de Vida é compreendido como um espaço curricular de construção de sentido e de projeto existencial, articulando saberes escolares, experiências pessoais e compromissos sociais.

Para Jaqueline Moll (2021), a Educação Integral valoriza o ser humano em todas as suas dimensões — cognitiva, emocional, cultural, ética e social — e essa perspectiva sustenta a proposta deste guia. José Pacheco (2020) reforça a importância da autonomia, da corresponsabilidade e da participação ativa dos estudantes nas decisões escolares. Moran (2020) defende aprendizagens personalizadas e conectadas à vida, tornando o Projeto de Vida um espaço privilegiado de reflexão e planejamento.

Assim, o guia inspira práticas pedagógicas acessíveis e transformadoras, reconhecendo o estudante como protagonista de sua trajetória e a escola como espaço de sentido, diálogo e esperança.



1. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

1.1. MARCOS LEGAIS E A INSERÇÃO DO PROJETO DE VIDA NO CURRÍCULO ESCOLAR

A LDB nº 9.394/1996 estabelece a formação integral como finalidade da educação básica, articulando-se diretamente com o propósito do Projeto de Vida.

Com a BNCC (2018), a temática ganha centralidade como eixo estruturante, especialmente no Ensino Fundamental – Anos Finais e no Ensino Médio. Entre as competências gerais, destacam-se:

- Autoconhecimento e autocuidado;
- Empatia e cooperação;
- Responsabilidade e cidadania.

A Lei nº 13.415/2017 reforça o papel do Projeto de Vida ao reorganizar o currículo por itinerários formativos, integrando escolhas pessoais e percursos educativos.





1.2. EDUCAÇÃO INTEGRAL E O SENTIDO FORMATIVO DO PROJETO DE VIDA

A Educação Integral, segundo Moll (2012; 2021), reconhece o estudante em sua totalidade e compreende que a aprendizagem ultrapassa a sala de aula. Assim, o Projeto de Vida atua como elo entre currículo e experiência, promovendo reflexão sobre metas, valores e escolhas.

Para Freire (1996), educar é ensinar o estudante a ler o mundo e a intervir na realidade, princípio concretizado quando o Projeto de Vida convida os estudantes a pensar criticamente sobre si, sua comunidade e seu futuro.

1.3. PROTAGONISMO E AUTONOMIA

O protagonismo é central na disciplina. Conforme Pacheco (2020), a educação deve favorecer autonomia, corresponsabilidade e participação ativa. Nas aulas de Projeto de Vida, isso significa criar espaços de fala, escolha e decisão, apoiados por metodologias ativas que aproximam a escola da vida.

Moran (2020) defende práticas inovadoras que valorizem a aprendizagem significativa e ativa, alinhando-se diretamente ao propósito da disciplina.

1.4. O PAPEL DO/A PROFESSOR/A

O/a professor/a atua como mediador/a e formador/a de sentidos, favorecendo experiências que ajudem o estudante a atribuir significado às aprendizagens. A concepção freireana reforça a importância da escuta, do diálogo e da sensibilidade como pilares da prática docente.



1.5. SÍNTESE DA FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A disciplina Projeto de Vida constitui um campo de experiências formativas, fundamentado no diálogo (Freire), na educação integral (Moll), no protagonismo (Pacheco) e na aprendizagem significativa (Moran).

Em síntese, trata-se de um espaço de escuta, reflexão, escolhas e construção cidadã. Trabalhar com Projeto de Vida é educar para a esperança e transformar o cotidiano escolar em um espaço de humanização e sentido.

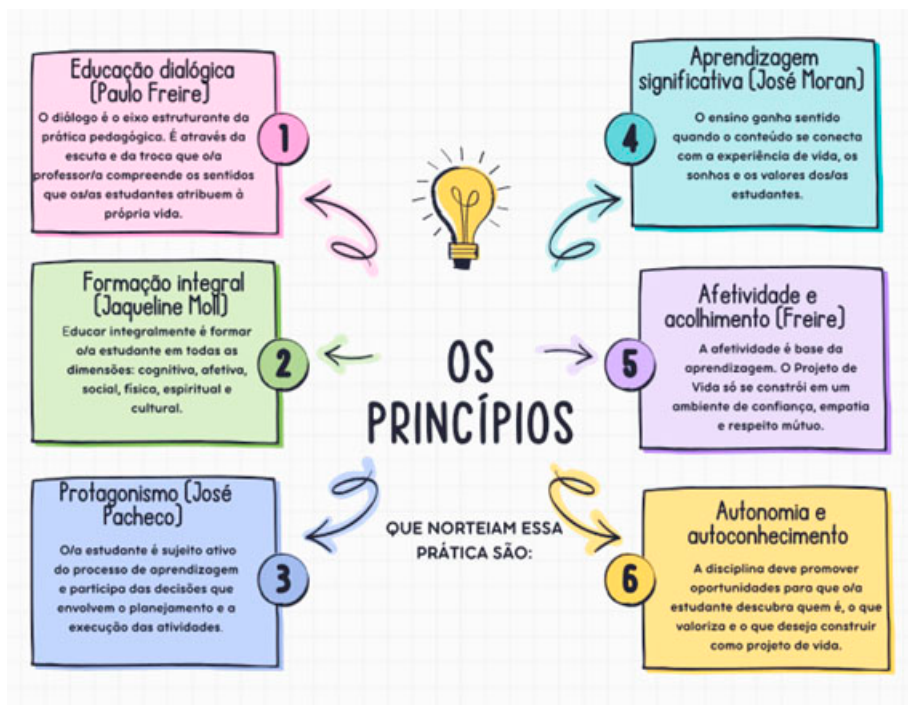




2. CONCEPÇÃO PEDAGÓGICA DO GUIA

2.1. PRINCÍPIOS NORTEADORES DA PRÁTICA PEDAGÓGICA

A concepção pedagógica que orienta este guia parte da ideia de que ensinar Projeto de Vida é educar para o sentido. Não se trata de trabalhar apenas planos futuros ou profissões, mas de formar pessoas conscientes de si, do outro e do mundo, capazes de agir com empatia, ética e propósito.



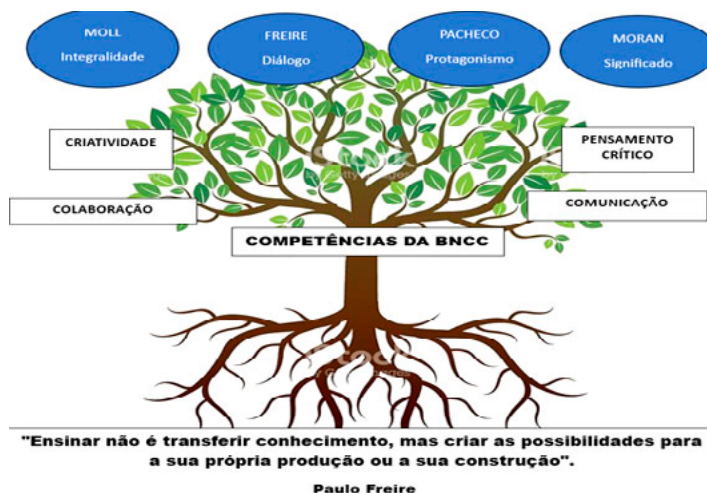


2.2. O PAPEL DO/A PROFESSOR/A NA DISCIPLINA PROJETO DE VIDA

O/a professor/a de Projeto de Vida atua como mediador/a de sentidos, criando condições para que os/as estudantes reflitam sobre si, suas escolhas e seus projetos futuros. Seu papel não é transmitir respostas, mas provocar perguntas que mobilizem autonomia e consciência.

A prática docente nessa disciplina exige escuta atenta, acolhimento e diálogo, favorecendo processos de autoconhecimento e reconhecimento das potencialidades e desafios de cada estudante. Conforme Freire (1996), ensinar implica respeitar os saberes dos educandos, partindo de suas realidades para construir aprendizagens significativas.

No contexto da educação integral, o/a professor/a torna-se também referência afetiva e formativa, articulando o Projeto de Vida com as demais práticas escolares e fortalecendo a convivência, a cidadania e o cuidado coletivo.





2.3. O PERFIL DAS AULAS DE PROJETO DE VIDA

As aulas devem ser reflexivas, interativas e vivenciais, com foco na construção coletiva do conhecimento. Cada encontro deve oportunizar momentos de:



Essas etapas podem ser adaptadas conforme a faixa etária e o contexto escolar, mantendo sempre o protagonismo estudantil como elemento central.

2.4. METODOLOGIAS ATIVAS E ESTRATÉGIAS DIDÁTICAS

A prática de Projeto de Vida ganha vitalidade quando o/a estudante aprende fazendo. As metodologias ativas favorecem a autonomia, a cooperação e o engajamento dos alunos. Abaixo, algumas estratégias que devem nortear o trabalho docente:



Metodologia	Descrição	Potencial formativo
Rodas de conversa	Espaços de diálogo horizontal e escuta compartilhada.	Desenvolvem empatia, pertencimento e expressão oral.
Estudo de caso	Análise de situações reais ou fictícias relacionadas à vida, escolhas e valores.	Estimula o pensamento crítico e a tomada de decisão ética.
Aprendizagem baseada em projetos (ABP)	Desenvolvimento de projetos práticos e interdisciplinares com temas significativos.	Promove cooperação, criatividade e protagonismo.
Diários reflexivos	Registro individual de sentimentos, metas e reflexões pessoais.	Favorece o autoconhecimento e a autoavaliação.
Oficinas temáticas	Atividades práticas e lúdicas (cartazes, dramatizações, colagens, entrevistas).	Estimulam a criatividade, expressão e construção de sentido.
Tutoria e acompanhamento individual	Conversas individuais entre professor e aluno para revisão de metas e desafios.	Reforça o vínculo afetivo e o acompanhamento personalizado.

Como recomenda Moran (2020), a aprendizagem torna-se significativa quando é vivida, compartilhada e conectada com o mundo real. Por isso, é fundamental que o/a professor/a planeje aulas que partam de situações do cotidiano dos/as estudantes e se ampliem para temas sociais, éticos e existenciais.

Metodologias Ativas	
	Rodas de conversa
	Oficinas criativas
	Projetos interdisciplinares
	Estudos de caso
	Diários reflexivos
	Tutoria e acompanhamento



2.5. O AMBIENTE DA AULA: ACOLHIMENTO, PERTENCIMENTO E DIÁLOGO

O ambiente da aula de Projeto de Vida deve ser seguro, inspirador e participativo. Mais do que um espaço físico, deve ser um espaço de pertencimento, onde cada estudante se sinta visto, ouvido e respeitado.

Para isso, recomenda-se:

- Criar acordos de convivência com a turma, baseados em respeito e empatia;
- Estimular a escuta ativa, valorizando as diferentes opiniões;
- Garantir momentos de silêncio, reflexão e expressão emocional;
- Trabalhar temas sensíveis com cuidado, respeitando limites individuais;
- Celebrar conquistas e reconhecer o esforço dos/as estudantes.

Como aponta Jaqueline Moll (2021), a escola integral é um território de experiências humanas. Logo, o Projeto de Vida deve ser um tempo e espaço de humanidade, onde aprender é também cuidar e ser cuidado.



2.6. SÍNTESE DA CONCEPÇÃO PEDAGÓGICA

O ensino de Projeto de Vida requer uma mudança de postura docente e institucional. Não se trata de uma disciplina tradicional, mas de uma experiência educativa viva, em que vida e aprendizagem se entrelaçam.

Aspecto	Transformação desejada
Papel do professor	De transmissor de conteúdo → a mediador de sentido e orientador de trajetórias.
Papel do/a estudante	De receptor passivo → a protagonista e autor do próprio percurso.
Currículo	De grade fixa → a percurso flexível, conectado com os sonhos e a realidade.
Avaliação	De mensuração de resultados → a acompanhamento do desenvolvimento pessoal e social.

Essa concepção reafirma que educar é um ato político e de esperança, como defende Freire (1996). O Projeto de Vida é, portanto, o núcleo humano da escola, o espaço em que o estudante compreende que aprender é também um modo de existir, transformar e projetar o futuro com sentido.

Ensinar Projeto de Vida é caminhar junto com o/a estudante, ajudá-lo/a a descobrir sua voz e fortalecer sua esperança. É transformar a escola em um espaço de sonhos possíveis e de vidas que se reinventam a cada novo encontro.



3. PROPOSTAS METODOLÓGICAS

3.1. ESTRUTURA ORIENTADORA PARA O PLANEJAMENTO

As atividades de Projeto de Vida devem ser planejadas de forma flexível e contextualizada, levando em conta o perfil da turma, a faixa etária e os objetivos formativos do período. Cada aula ou sequência deve conter quatro momentos principais, que podem ser adaptados conforme a realidade escolar:

1. Acolhimento e sensibilização

Abrir o encontro com uma dinâmica, vídeo, imagem ou reflexão breve que desperte emoções e conecte os /as estudantes ao tema.

2. Diálogo e reflexão

Realizar discussões, rodas de conversa, leituras compartilhadas ou estudos de caso.

3. Expressão e autoria

Propor atividades que incentivem a escrita, a arte, o corpo e a criatividade.

4. Síntese e fechamento

Promover um momento de partilha e síntese, em que o/a estudante relacione o tema com a própria vida e defina metas pessoais ou coletivas.



3.2. EIXOS TEMÁTICOS DO PROJETO DE VIDA

Com base na BNCC (2018) e nas práticas já consolidadas no ensino integral, o guia organiza as propostas pedagógicas em quatro eixos formativos:

EIXO TEMÁTICO	PROPÓSITO FORMATIVO	COMPETÊNCIAS BNCC RELACIONADAS
1. QUEM SOU EU? (AUTOCONHECIMENTO)	Desenvolver o reconhecimento da própria identidade, valores e emoções.	1, 6, 8 e 9
2. QUEM QUERO SER? (PROJETO PESSOAL E PROPOSITO)	Refletir sobre sonhos, metas e escolhas para o futuro.	2, 3, 8 e 10
3. ONDE VIVO E COM QUEM APRENDO? (PERTENCIMENTO E CONVIVÊNCIA)	Compreender a importância das relações sociais, da empatia e da cooperação	4, 5, 9 e 10
4. O QUE POSSO TRANSFORMAR? (AÇÃO E CIDADANIA)	Estimular o protagonismo juvenil e a atuação ética na comunidade.	7, 9 e 10

Esses eixos se interligam e podem ser trabalhados em diferentes momentos do ano letivo, permitindo que o/a professor/a construa sequências integradas e significativas.

3.3. SEQUÊNCIAS TEMÁTICAS E PLANOS DE AULA

EIXO 1 – QUEM SOU EU? (AUTOCONHECIMENTO)

Tema sugerido: Descobrimo minhas qualidades e desafios

Objetivo: Promover o autoconhecimento, a valorização pessoal e a percepção de potencialidades e fragilidades.



Tempo estimado: 2 aulas de 50 minutos.

Metodologia: Roda de conversa, dinâmicas e escrita reflexiva.

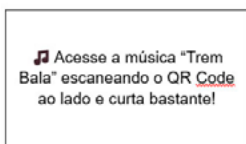
Competências BNCC: (8) Autoconhecimento e autocuidado; (9) Empatia e cooperação.

Etapas da aula:

- 1. Acolhimento:** Inicie com a música “Trem-Bala” (Ana Vilela) ou outra que fale sobre sonhos e vida. Peça que os/as estudantes fechem os olhos e pensem: quem sou eu? o que me define?
- 2. Diálogo:** Promova uma conversa guiada com perguntas abertas: “Quais qualidades você admira em si mesmo?” “O que gostaria de melhorar?”
- 3. Atividade:** Distribua o “Cartão de Autodescoberta”, com campos: Meus pontos fortes / O que preciso melhorar / O que me faz feliz / O que me motiva.
- 4. Fechamento:** Crie um mural coletivo “Somos Únicos”, onde cada estudante escreva uma qualidade em um cartão colorido e coloca no mural.

Produto final: Painel de identidade da turma.

Avaliação: Participação, envolvimento e reflexão individual.





EIXO 2 – QUEM QUERO SER? (PROJETO PESSOAL E PROPÓSITO)

Tema sugerido: Sonhos e metas: o que quero alcançar?

Objetivo: Levar o/a estudante a refletir sobre seus sonhos, valores e caminhos possíveis para o futuro.

Tempo estimado: 2 aulas de 50 minutos.

Metodologia: Aprendizagem baseada em projetos e escrita reflexiva.

Competências BNCC: (2) Pensamento científico e criativo; (10) Responsabilidade e cidadania.

Etapas da aula:

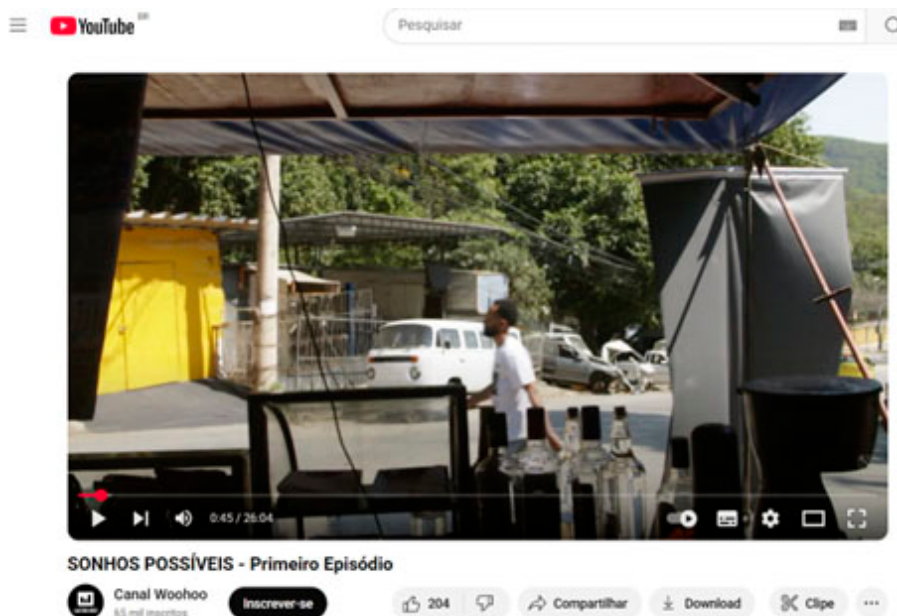
- 1. Acolhimento:** Mostre um pequeno vídeo inspirador sobre superação (ex.: “Sonhos Possíveis”, Canal Futura).
- 2. Diálogo:** Peça que os/as estudantes compartilhem sonhos e metas pessoais. Conduza a conversa com perguntas: Por que esse sonho é importante? O que posso fazer hoje para me aproximar dele?
- 3. Atividade:** Cada estudante desenha uma Linha do Tempo do Futuro (hoje → 5 anos → 10 anos), colocando sonhos e atitudes que os ajudarão a chegar lá.
- 4. Fechamento:** Dinâmica “Meu nome é Esperança”: cada estudante escreve uma frase de motivação pessoal e compartilha.

Produto final: Linha do tempo do futuro (mural da turma).

Avaliação: Clareza das metas e comprometimento com os planos apresentados.



Acesse o vídeo “Sonhos Possíveis” escaneando o QR Code ao lado e se emocione com uma mensagem de esperança, superação e fé nos próprios sonhos.



EIXO 3 – ONDE VIVO E COM QUEM APRENDO? (PERTENCIMENTO E CONVIVÊNCIA)

Tema sugerido: Eu, o outro e o mundo: aprendendo a conviver.

Objetivo: Promover a empatia, a escuta e o respeito à diversidade.

Tempo estimado: 2 aulas de 50 minutos.



Metodologia: Estudo de caso e dramatização.

Competências BNCC: (4) Comunicação; (5) Cultura digital; (9) Empatia e cooperação.

Etapas da aula:

1. **Acolhimento:** Exiba imagens de diferentes grupos sociais e culturas; questione: O que temos em comum? O que nos torna únicos?
2. **Diálogo:** Promova uma roda de conversa sobre convivência e respeito.
3. **Atividade:** Divida a turma em grupos e proponha dramatizações curtas sobre situações de conflito e empatia.
4. **Fechamento:** Construa com a turma a “Carta do Respeito”, com compromissos coletivos de convivência.

Produto final: Carta do Respeito exposta na sala.

Avaliação: Participação, cooperação e expressão oral.





EIXO 4 – O QUE POSSO TRANSFORMAR?

(AÇÃO E CIDADANIA)

Tema sugerido: Meu papel na transformação do mundo.

Objetivo: Desenvolver o protagonismo e a consciência cidadã dos estudantes.

Tempo estimado: 3 aulas de 50 minutos.

Metodologia: Projeto coletivo e intervenção social.

Competências BNCC: (7) Argumentação; (9) Empatia e cooperação; (10) Responsabilidade e cidadania.

Etapas da aula:

- 1. Acolhimento:** Apresente os 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS). Peça que os/as estudantes escolham um que mais os representa.
- 2. Diálogo:** Conduza uma conversa sobre o que cada um pode fazer para contribuir com esse objetivo.
- 3. Atividade:** Em grupos, elaborem pequenas ações transformadoras (ex.: campanha solidária, horta escolar, mural de boas ações, feira de ideias inovadoras).
- 4. Fechamento:** Exposição das ideias em cartazes e escolha coletiva de uma ação para ser realizada pela turma.

Produto final: Mini projeto de intervenção social.

Avaliação: Envolvimento, criatividade e impacto social das ações.



✨ “Pequenas ações, grandes transformações: quando o protagonismo social começa na escola, o futuro se torna possível.”



OBJETIVOS DE DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL





EIXO DE INTERVENÇÃO: “MENINOS, IDENTIDADE E EXPRESSÃO”

Síntese do Eixo

A análise dos questionários e dos grupos focais revelou que muitos meninos apresentaram dificuldades de autoconhecimento, expressão emocional e engajamento nas atividades reflexivas. Para responder a essas necessidades formativas, o eixo “Meninos, Identidade e Expressão” reúne práticas pedagógicas que fortalecem a autoestima, a empatia e a comunicação, alinhadas à Educação Integral e à perspectiva da escuta freiriana. As propostas integram movimento, diálogo, criatividade e protagonismo, reconhecendo que diferentes formas de expressão podem ampliar o engajamento dos estudantes e favorecer a construção de novas referências de masculinidade, mais sensíveis, éticas e colaborativas.

1. PLANO: “DESCOBRINDO MINHA FORÇA E MINHAS EMOÇÕES”

Objetivo: Trabalhar o autoconhecimento e a expressão emocional com meninos que têm dificuldade em se identificar e se expressar.

Metodologia: Roda de conversa guiada + dinâmica corporal.

Atividade sugerida:

- Iniciar com o vídeo curto “Homens também sentem” (YouTube: Canal Quebrando o Tabu).
- Promover uma conversa: “Por que é mais fácil esconder sentimentos do que falar sobre eles?”
- Propor a dinâmica “O Escudo e o Coração”: desenharm um escudo (o que mostro ao mundo) e um coração (o que realmente sinto).
- Fechar com música suave (Trem Bala ou O Leão de Marisa Monte).



Potencial formativo: Desenvolve empatia, autoconhecimento e desconstrução de estereótipos de gênero.

2. PLANO: “EXEMPLO DE HOMEM, EXEMPLO DE VIDA”

Objetivo: Trabalhar valores e referências positivas de masculinidade e convivência.

Metodologia: Entrevista e partilha.

Atividade sugerida:

- Cada estudante entrevista um homem de sua comunidade (pai, avô, tio, vizinho, professor) sobre desafios e aprendizados da vida.
- Em sala, fazem um painel com o título: “O que aprendi com eles”.
- Roda de conversa: “O que faz um homem ser respeitado de verdade?”

Produto: Painel de valores positivos da masculinidade.

Base teórica: Paulo Freire (educar pelo exemplo e pelo diálogo).

3. PLANO: “MEU PAPEL NA ESCOLA E NO MUNDO”

Objetivo: Estimular o protagonismo e a autoestima dos meninos na escola.

Metodologia: Mini projeto coletivo de impacto.

Atividade sugerida:

- Dividir grupos mistos e propor uma ação concreta (pintura de um espaço, revitalização da quadra, campanha de respeito).
- Os meninos assumem funções de liderança, planejamento e comunicação.
- Encerrar com a escrita reflexiva: “O que aprendi sobre mim com essa experiência?”



Resultado esperado: sentimento de pertencimento, valorização da iniciativa e fortalecimento de vínculos com a escola.

4. RODA DE CONVERSA TEMÁTICA:

“SER MENINO HOJE”

Objetivo: Criar um espaço de escuta sensível e crítica sobre masculinidades e emoções.

Disparadores:

- “Por que alguns meninos têm medo de falar sobre o que sentem?”
- “O que é ser forte pra você?”
- “Como posso ser exemplo de respeito e empatia?”

Encerramento simbólico: mural coletivo com o título “Ser menino é também ser sensível e verdadeiro”.

5. TUTORIA E ACOMPANHAMENTO

PERSONALIZADO

Com base nas observações e falas do grupo focal, recomenda-se incluir no seu guia:

- Sessões de tutoria individual voltadas a estudantes retraídos, especialmente meninos.
- Fichas de acompanhamento com foco em autoconfiança, cooperação e expressão.
- Uso de portfólios reflexivos ilustrados, permitindo registro por desenhos, frases curtas e símbolos (facilitando para os que têm resistência à escrita).



3.4. INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO

A avaliação no Projeto de Vida é processual e formativa.

O foco não é medir desempenho, mas acompanhar o crescimento pessoal e social dos estudantes.

Alguns instrumentos recomendados:

- **Portfólio individual:**

Reúne produções, reflexões e registros de cada estudante.

- **Autoavaliação periódica:**

O/a estudante avalia seu engajamento e avanços.

- **Rodas de devolutiva:**

Momentos de partilha e feedback coletivo.

- **Registro do/a professor/a:**

Diário de observações e anotações sobre a participação e atitudes dos/as estudantes.

Critérios sugeridos:

1. Participação ativa e colaborativa nas aulas;
2. Capacidade de reflexão sobre si e sobre o grupo;
3. Responsabilidade e comprometimento com metas e projetos;
4. Demonstração de empatia, respeito e cooperação.

Ensinar Projeto de Vida é provocar o/a estudante a sonhar e agir. Cada atividade deve despertar sentido e esperança, ajudando a perceber que é protagonista da própria história e parte essencial na transformação do mundo.



3.5. ESTRATÉGIAS PARA O TRABALHO COM OS MENINOS E O FORTALECIMENTO DO AUTOCONHECIMENTO

A pesquisa evidenciou que muitos meninos apresentam dificuldades em expressar sentimentos, reconhecer emoções e compreender o sentido da disciplina Projeto de Vida, influenciados por padrões socioculturais que ainda associam masculinidade à negação da vulnerabilidade. Por isso, torna-se necessário um olhar pedagógico atento, que favoreça autoestima, expressão emocional e novas referências de masculinidade baseadas no respeito e na empatia.

As observações mostraram que os meninos se engajam mais em práticas que envolvem movimento, ação e desafios coletivos. Assim, recomenda-se diversificar metodologias, integrando linguagens corporais, artísticas e colaborativas. Entre as estratégias sugeridas estão: dinâmicas de expressão corporal; mini projetos que estimulam protagonismo; rodas de conversa com figuras masculinas inspiradoras; tutoria personalizada; e produções criativas não verbais.

Tais ações devem ocorrer em ambiente acolhedor e empático, fortalecendo vínculos e valorizando singularidades. Como destaca Moll (2021), a educação integral é também um espaço de cuidado e formação humana. Dessa forma, o trabalho com meninos não apenas reduz desigualdades de participação, mas amplia oportunidades de autoconhecimento, convivência respeitosa e esperança — pilares da educação integral e humanizadora.



4. AVALIAÇÃO E ACOMPANHAMENTO

4.1. AVALIAR PARA COMPREENDER, NÃO PARA CLASSIFICAR

A avaliação na disciplina Projeto de Vida não deve se limitar à verificação de resultados, mas deve assumir o papel de processo de escuta, observação e acompanhamento do desenvolvimento integral dos/as estudantes.

Como defende Paulo Freire (1996), avaliar é um ato de diálogo, um gesto de amor e compromisso com o crescimento do outro.

Nessa perspectiva, a avaliação:

- Não é punitiva, mas formativa;
- Não rotula, mas reconhece processos;
- Não mede apenas o que o /a estudante faz, mas o que se torna ao longo da caminhada.

A função da avaliação no Projeto de Vida é compreender trajetórias, apoiar avanços e fortalecer o autoconhecimento e a autonomia dos/as estudantes.



4.2. PRINCÍPIOS DA AVALIAÇÃO NA DISCIPLINA PROJETO DE VIDA

A avaliação deve estar em sintonia com a concepção humanizadora e integral a educação. Assim, este guia orienta o/a professor/a a adotar os seguintes princípios:

1. Integralidade:

Avaliar todas as dimensões do desenvolvimento – cognitiva, socioemocional, ética e relacional.

2. Continuidade:

O processo é permanente, ocorrendo ao longo do tempo, e não apenas em momentos pontuais.

3. Participação:

O/a estudante é sujeito da própria avaliação, refletindo sobre seus avanços e desafios.

4. Diálogo e devolutiva:

O/a professor/a utiliza a avaliação para orientar, acolher e motivar o/a estudante.

5. Sensibilidade e ética:

Respeitar o tempo e os limites de cada estudante, principalmente ao abordar questões pessoais.



4.3. INSTRUMENTOS E ESTRATÉGIAS DE ACOMPANHAMENTO

Para tornar a avaliação efetiva, recomenda-se o uso de instrumentos qualitativos e reflexivos, que valorizem o processo e as experiências vividas.

Instrumento	Descrição	Finalidade Formativa
Portfólio pessoal	Coleta de produções, textos, desenhos, reflexões e registros de metas e sonhos.	Permite visualizar o percurso individual do/a estudante e suas mudanças ao longo do tempo.
Diário reflexivo	Pequeno caderno ou ficha onde o/a estudante anota suas percepções e sentimentos após as aulas.	Estimula o autoconhecimento e o pensamento crítico.
Roda de devolutiva	Encontros periódicos para que estudantes e professor/a compartilhem avanços e dificuldades.	Fortalece o diálogo, a empatia e o sentimento de pertencimento.
Autoavaliação	Atividade orientada em que o/a estudante reflete sobre atitudes, convivência e participação.	Desenvolve responsabilidade e consciência de si.
Observação participante do professor	Anotações sistemáticas sobre interações, atitudes e engajamento dos/as estudantes.	Possibilita acompanhar a evolução do estudante.

Esses instrumentos podem ser combinados de acordo com a realidade da escola e o planejamento anual da disciplina.



4.4. SUGESTÃO DE FICHA DE ACOMPANHAMENTO DO/A ESTUDANTE

A seguir, um modelo adaptável para uso pelo/a professor/a na rotina da disciplina:

Ficha de Acompanhamento Formativo – Projeto de Vida		
Nome: _____ Turma: _____ Professor/a: _____		
Aspecto observado ☐	Indicadores ☐	Observações do/a professor/a ☐
Participação e envolvimento	Demonstra interesse, contribui nas rodas de conversa, colabora com os colegas.	
Autoconhecimento	Reconhece sentimentos, valores e metas pessoais.	
Empatia e convivência	Respeita diferenças, escuta o outro e demonstra solidariedade.	
Responsabilidade e planejamento	Cumpre combinados, participa das ações e busca atingir objetivos.	
Evolução pessoal	Demonstra amadurecimento e reflexão sobre seu papel na escola e na vida.	

Síntese do acompanhamento:

Devolutiva ao estudante:



4.5. AUTOAVALIAÇÃO DO/A ESTUDANTE

A autoavaliação é um momento essencial do processo.

Ela permite que o/a estudante perceba suas próprias conquistas, dificuldades e metas futuras.

Abaixo, um modelo sugerido para aplicação trimestral:

MINHA JORNADA NA DISCIPLINA PROJETO DE VIDA	
Uma atitude positiva que tive nas aulas de Projeto de Vida foi:	
Algo que aprendi sobre mim mesmo foi:	
Um desafio que ainda quero superar é:	
Uma contribuição que dei ao grupo ou à escola foi:	
Uma meta pessoal para o próximo período é:	



4.6. DEVOLUTIVA E FEEDBACK FORMATIVO

A devolutiva deve ser construtiva e afetiva. Mais do que apontar falhas, o/a professor/a deve reconhecer avanços, valorizar o esforço e incentivar a continuidade. O feedback, quando bem realizado, fortalece a autoestima, a motivação e o vínculo entre professor e estudante.

Sugere-se que as devolutivas ocorram de forma individual e coletiva, sendo registradas em anotações breves ou em reuniões de tutoria.

De acordo com Moran (2020), a aprendizagem se aprofunda quando há escuta ativa e reflexão compartilhada, e o feedback se torna um diálogo sobre o aprender a ser.

4.7. AVALIAÇÃO INSTITUCIONAL E INTEGRAÇÃO COM A COMUNIDADE ESCOLAR

A disciplina Projeto de Vida deve também ser acompanhada pela equipe pedagógica e gestão escolar. Recomenda-se que a escola organize momentos de formação e trocas entre professores, para refletir sobre as práticas e aprimorar o currículo. Além disso, a comunidade escolar pode ser envolvida em projetos de vida coletivos, como:

- Feiras de profissões e sonhos;
- Exposições de murais e produções dos/as estudantes;
- Semanas temáticas sobre empatia, convivência e cidadania;
- Parcerias com famílias e instituições locais para ampliar as experiências formativas.



Essas ações contribuem para que a disciplina assuma seu papel como espaço de formação humana e de integração social.

4.8. SÍNTESE FINAL DA AVALIAÇÃO

Avaliar no Projeto de Vida é acolher o ser humano em processo. É reconhecer que cada estudante está construindo, a seu modo, uma narrativa única. Mais do que medir resultados, o professor é convidado a acompanhar histórias, sonhos e descobertas.

Avaliar, portanto, é um ato de esperança — uma forma de acreditar no potencial de cada estudante e de ajudá-lo a florescer. Como lembra Paulo Freire (2001), “ninguém é, cada um está sendo”, e é nesse movimento de ser e tornar-se que se constrói o verdadeiro aprendizado.

A avaliação no Projeto de Vida não encerra o processo, mas o renova. Cada diálogo, cada reflexão e cada descoberta abrem novos caminhos de sentido, inspirando professores/as e estudantes a continuarem aprendendo, juntos, o exercício de viver com propósito e humanidade.



5. ANEXOS E INSTRUMENTOS DE APOIO

5.1 ROTEIRO PARA PLANEJAMENTO DE AULAS DE PROJETO DE VIDA

Etapa da Aula	Descrição	Sugestões Práticas
1. Acolhimento e sensibilização	Início da aula com um momento de conexão emocional.	Músicas, vídeos, mensagens, dinâmicas leves, meditação guiada.
2. Diálogo e reflexão	Discussão sobre o tema central do encontro.	Rodas de conversa, perguntas disparadoras, estudos de caso.
3. Expressão e autoria	Produções individuais ou coletivas que expressem o sentido da aula.	Escritas, desenhos, dramatizações, cartazes, podcasts, cartas.
4. Síntese e fechamento	Momento de partilha e síntese das aprendizagens.	Reflexão oral, mural coletivo, diário reflexivo.
5. Registro docente	Anotações do professor sobre percepções, avanços e desafios.	Diário de campo, planilha ou ficha individual.



5.2. MODELO DE DIÁRIO REFLEXIVO DO ESTUDANTE

O Diário Reflexivo é um instrumento individual e afetivo. Ele ajuda o estudante a registrar sentimentos, aprendizagens e planos de vida, fortalecendo o autoconhecimento e a autonomia. Pode ser usado semanalmente ou quinzenalmente, em formato impresso ou digital.

Diário Reflexivo – Projeto de Vida

DIÁRIO
reflexivo

NOME: _____ TURMA: _____

1. O que mais gostei na aula de hoje foi:

2. Algo novo que aprendi sobre mim mesmo foi:

3. Uma atitude que quero mudar ou melhorar é:

4. Como essa aula me ajudou a pensar sobre o futuro:

5. Uma palavra que representa o que senti hoje:

VOCÊ É O SEU MAIOR PROJETO DE VIDA!



5.3. MODELO DE FICHA DE OBSERVAÇÃO DO/A PROFESSOR/A

A ficha de observação é um instrumento qualitativo que apoia o/a professor /a no acompanhamento do desenvolvimento dos/as estudantes. Deve ser utilizada de forma contínua, com foco nas atitudes, interações e reflexões observadas durante as aulas.

Ficha de Observação e Registro Pedagógico – Projeto de Vida

FICHA DE OBSERVAÇÃO E REGISTRO PEDAGÓGICO – PROJETO DE VIDA		
<i>Professor/a:</i>	<i>Turma:</i>	<i>Período:</i>
ASPECTO OBSERVADO	DESCRIÇÃO E EVIDÊNCIAS	
Participação e engajamento nas rodas de conversa		
Cooperação e respeito nas interações com colegas		
Reflexões sobre si mesmo e sobre o futuro		
Cumprimento das metas e combinados estabelecidos		
Capacidade de escuta e expressão		
Envolvimento em projetos e ações coletivas		
Criatividade e pensamento crítico		
Evolução pessoal observada ao longo do período		
Síntese do acompanhamento:		
Encaminhamentos e devolutiva ao estudante:		



5.4. SUGESTÃO DE ROTEIRO PARA RODA DE CONVERSA

As rodas de conversa são uma das principais estratégias metodológicas do Projeto de Vida. Devem ocorrer em um ambiente acolhedor, onde todos possam e expressar livremente. O/a professor/a atua como mediador do diálogo, garantindo o respeito e a escuta ativa.

ROTEIRO BÁSICO DE RODA DE CONVERSA

Tema: _____

Objetivo: _____

Tempo estimado: 40 a 50 minutos

1. Abertura e acolhimento (5 min)

- Inicie com uma mensagem inspiradora, música ou vídeo.
- Explique o objetivo da conversa.

2. Desenvolvimento (30 min)

- Apresente as perguntas disparadoras:
 - Como você se sente nas aulas de Projeto de Vida?
 - Quais sonhos você tem para o futuro?
 - O que é mais difícil quando pensamos sobre nós mesmos?
 - Como a escola pode te ajudar a alcançar seus objetivos?
 - Garanta que todos tenham oportunidade de falar.



3. Síntese e fechamento

- Retome as principais ideias compartilhadas.
- Registre os pontos que surgiram de forma mais significativa.
- Encerre com uma frase positiva ou um gesto coletivo (por exemplo: “círculo da gratidão”).

5.5. DINÂMICAS E PRÁTICAS INTEGRADORAS

Essas dinâmicas ajudam o/a professor a trabalhar temas sensíveis de forma lúdica e envolvente, promovendo empatia, expressão e pertencimento.

DINÂMICA 1 – O ESPELHO DA VIDA

Objetivo: Promover o autoconhecimento e a valorização pessoal.

Materiais: Espelhos pequenos (ou improvisados com papel alumínio).

Como fazer:

- Cada estudante recebe um espelho e observa sua imagem por alguns segundos.
- O/a professor/a pede que reflitam: “O que você vê além do reflexo?”
- Em seguida, os alunos escrevem uma qualidade que enxergam em si e compartilham com o grupo.

Síntese: Somos mais do que parecemos. Cada pessoa carrega histórias, talentos e sentimentos únicos.



DINÂMICA 2 – CAIXA DOS SONHOS

Objetivo: Estimular o planejamento e a visualização de metas.

Materiais: Uma caixa, papéis coloridos e canetas.

Como fazer:

- Cada estudante escreve um sonho ou meta e coloca na “caixa dos sonhos”.
- O professor sorteia alguns e lê anonimamente.
- O grupo discute: O que precisamos fazer para transformar sonhos em realidade?

Síntese: Sonhar é o primeiro passo para agir.

DINÂMICA 3 – TEIA DA COOPERAÇÃO

Objetivo: Fortalecer os vínculos e a empatia entre os estudantes.

Materiais: Um novelo de lã.

Como fazer:

- Em círculo, o/a professor/a segura o início do novelo e diz uma qualidade de um colega, jogando o fio para ele.
- A colega segura um pedaço e faz o mesmo com outro, até formar uma teia.
- Ao final, o/a professor/a reflete: “O que aconteceria se um de nós soltasse o fio?”

Síntese: Todos somos parte de uma rede. A cooperação mantém o grupo unido.



5.6 SUGESTÃO DE MURAL DE ACOMPANHAMENTO COLETIVO

O mural é um instrumento visual e participativo, que estimula o engajamento da turma e torna o processo visível para todos.

MURAL “MINHA JORNADA NO PROJETO DE VIDA”

Como construir:

- Escolha um espaço fixo na sala (painel, cartolina ou parede de cortiça).
- Divida em quatro seções: Quem sou eu?, Quem quero ser?, Onde vivo?, O que posso transformar?
- Ao longo das aulas, os alunos colam cartões com frases, desenhos, fotos e reflexões.
- O mural é revisitado no fim do semestre como instrumento de autoavaliação coletiva.

Quem sou eu?	Quem quero ser?	Onde vivo?	O que posso transformar?



5.7 SUGESTÃO DE TEMAS TRANSVERSAIS PARA O ANO LETIVO

Mês/Período	Tema sugerido	Possíveis abordagens e atividades
Março	Autoconhecimento e identidade	Dinâmicas de apresentação, “Mapa da minha vida”, música e escrita pessoal.
Abril	Emoções e convivência	Roda de conversa sobre sentimentos, mural da empatia, cartas anônimas de apoio.
Maio	Sonhos e futuro	Caixa dos sonhos, linha do tempo do futuro, entrevistas com profissionais.
Junho	Escolhas e responsabilidades	Estudos de caso, debate ético, projetos interdisciplinares.
Agosto	Propósito e protagonismo	Planejamento de vida, mini projetos sociais, feira de ideias inovadoras.
Setembro	Solidariedade e empatia	Campanhas de voluntariado, arrecadações solidárias, roda da gratidão.
Outubro	Pertencimento e cultura local	Projetos sobre identidade cultural, artes e valorização da comunidade.
Novembro	Resiliência e motivação	Exibição de filmes inspiradores, painéis de frases e depoimentos.
Dezembro	Retrospectiva e gratidão	Mural “Eu mudei em...”, roda de fechamento e entrega de certificados de jornada.



6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este guia foi construído com base em escuta, sensibilidade e prática, com o propósito de fortalecer o papel da disciplina Projeto de Vida como espaço de transformação humana. Acredita-se que, quando o/a estudante é ouvido, acolhido/a e desafiado/a a sonhar, a escola torna-se um lugar de esperança, pertencimento e futuro.

Que cada professor/a encontre, neste material, inspiração e segurança para planejar aulas significativas, capazes de fazer o/a estudante dizer:

“Eu sei quem sou, sei o que quero e sei o que posso transformar.”



REFERÊNCIAS

- BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 2011.
- BEHRENS, Marilda Aparecida. **Metodologias inovadoras na educação: repensando a prática docente**. Petrópolis: Vozes, 2018.
- BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília: Ministério da Educação, 2018.
- BRASIL. **Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996**. Estabelece as Diretrizes e Bases da Educação Nacional. Diário Oficial da União, Brasília, 23 dez. 1996.
- BRASIL. **Lei nº 13.415, de 16 de fevereiro de 2017**. Altera as diretrizes e bases da educação nacional e estabelece a reforma do Ensino Médio. Diário Oficial da União, Brasília, 17 fev. 2017.
- CONNELL, Raewyn. **Masculinidades**. 2. ed. São Paulo: Contexto, 2015.
- DELORS, Jacques (Org.). **Educação: um tesouro a descobrir**. 2. ed. São Paulo: Cortez; UNESCO, 1998.
- DENZIN, Norman K.; LINCOLN, Yvonna S. **O planejamento da pesquisa qualitativa: teorias e abordagens**. Porto Alegre: Artmed, 2006.
- FLICK, Uwe. **Introdução à pesquisa qualitativa**. Porto Alegre: Bookman, 2009.



FREIRE, Paulo. **Pedagogia da Autonomia:** Saberes necessários à prática educativa. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da Esperança:** Um reencontro com a Pedagogia do Oprimido. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1997.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia do Oprimido.** Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1987.

GATTI, Bernardete Angelina. **Grupo focal na pesquisa em ciências sociais e humanas.** Brasília: Líber Livro, 2012.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social.** 7. ed. São Paulo: Atlas, 2019.

LÜDKE, Menga; ANDRÉ, Marli E. D. A. **Pesquisa em educação:** abordagens qualitativas. São Paulo: EPU, 1986.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento:** pesquisa qualitativa em saúde. São Paulo: Hucitec, 2001.

MOLL, Jaqueline. **Educação Integral:** uma abordagem contemporânea. São Paulo: Cortez, 2012.

MOLL, Jaqueline. **Educação integral e formação humana.** São Paulo: Vozes, 2015.

MOLL, Jaqueline. **Formação humana no século XXI.** Petrópolis: Vozes, 2021.

MORAN, José Manuel. **Metodologias ativas para uma aprendizagem inovadora.** São Paulo: Penso, 2018.



PACHECO, José. **A construção do educador autônomo**. Campinas: Papyrus, 2019.

PACHECO, José. **Escola da Ponte: aprender em comunidade**. 4. ed. São Paulo: Cortez, 2014.

UNESCO. **Ensinar e aprender com propósito: juventude e inovação educacional**. Paris: UNESCO, 2020.



OS AUTORES

CLEIA MESQUITA SILVA

Graduada em Letras Português/Espanhol pela Faculdade Capixaba de Nova Venécia (2007) e Bacharela em Biblioteconomia pela UFES (2025). Especialista em Gestão Escolar e Língua Portuguesa (2012) e em Psicopedagogia Institucional (2021). Experiência na coordenação escolar e pedagógica. Professora de Língua Portuguesa do Município de Pinheiros, E.S.



ANDRÉ LUÍS LIMA NOGUEIRA

Doutor em História das Ciências e da Saúde (FIOCRUZ). Docente do Instituto Superior de Educação Professor Aldo Muylaert – ISEPAM/FAETEC e no Programa de Mestrado Profissional do Centro Universitário Vale do Cricaré. É autor de Entre cirurgiões, tambores e ervas. Calunduzeiros e curadores ilegais em ação nas Minas Gerais (século XVIII) (Garamond, 2016); da organização de livros e dossiês, como Coleção de Observações Clínicas (Edições Colibri, 2019); Uma História Brasileira das Doenças V. 11 (Fino Traço, 2022), V.12 (Fino Traço, 2023), entre outros.



ISBN: 97xxxx2-8

DIÁLOGO
EDITORIAL

