



PROJETO DE VIDA



Apostilas de
Educação

3º Ano - Ensino Médio

2º Bimestre



Apresentação

A apostila “Projeto de Vida” para o 3º Ano do Ensino Médio, referente ao 2º Bimestre, foi desenvolvida para apoiar os professores no planejamento e execução de aulas dinâmicas, reflexivas e práticas sobre a temática “Que profissional desejo ser?”. Este material aborda aspectos fundamentais da formação dos estudantes, com o objetivo de prepará-los para as decisões importantes que se aproximam em relação à vida acadêmica e profissional.

Os conteúdos estão estruturados em textos informativos, questões abertas e exercícios de fixação com respostas, além de atividades práticas, elaborados para estimular a participação ativa dos alunos. Entre os temas abordados, destacam-se tópicos como Portfólio Pessoal, que ajuda os estudantes a sintetizarem suas habilidades e conquistas; Vida Profissional e Acadêmica, incentivando o planejamento estratégico; e Orçamento de Vida, que relaciona escolhas de carreira com expectativas financeiras.

Além disso, a apostila explora Cursos e Carreiras, Tendências de Mercado e Trajetórias Profissionais, promovendo o autoconhecimento e a exploração de oportunidades. Outros temas, como Criação de um Negócio, Políticas de Acesso à Educação e ao Trabalho, Planejamento de Rotas Acadêmicas e Redes Sociais Profissionais, ampliam a visão dos estudantes sobre o mercado de trabalho e ferramentas disponíveis para seu desenvolvimento.

Com esse material, buscamos auxiliar os professores a transformar o Projeto de Vida em um espaço de aprendizado significativo e aplicado à realidade dos jovens. Essa é uma oportunidade de colaborar na construção de sonhos, planos e estratégias que farão a diferença na trajetória de cada estudante.

apostilasdeeducacao.com



Conteúdo

2º Bimestre: Que profissional desejo ser?

- Portfólio Pessoal
- Vida Profissional e Acadêmica
- Orçamento de Vida
- Cursos e Carreiras
- Trajetórias Profissionais
- Tendências de Mercado
- Criação de um Negócio
- Políticas de Acesso à Educação e ao Trabalho
- Planejamento de Rotas Acadêmicas
- Redes Sociais Profissionais



Habilidades

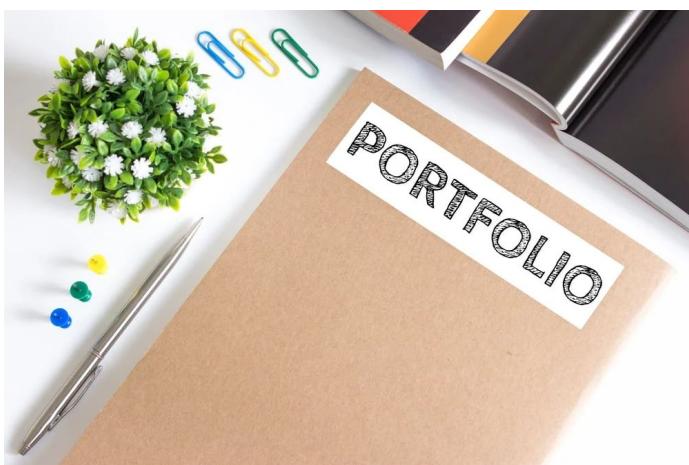
(EMIFCG01) Identificar, selecionar, processar e analisar dados, fatos e evidências com curiosidade, atenção, criticidade e ética, inclusive utilizando o apoio de tecnologias digitais.

(EMIFCG10) Reconhecer e utilizar qualidades e fragilidades pessoais com confiança para superar desafios e alcançar objetivos pessoais e profissionais, agindo de... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com**



PROJETO DE VIDA	
3º ANO - ENSINO MÉDIO	
2º BIMESTRE	
TEMA	AULA
Que profissional desejo ser?	Portfólio Pessoal
Nome:	Turma:

O portfólio pessoal é uma ferramenta valiosa para quem deseja se destacar em processos seletivos, entrevistas ou apresentar suas qualificações de maneira estruturada e visualmente atrativa. Diferente de um currículo, que é um resumo objetivo de experiências, o portfólio permite aprofundar aspectos como projetos realizados, habilidades específicas e... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: [apostilasdeeducacao.com](#)**



Para desenvolver um portfólio profissional eficaz, é importante começar pela organização. Liste suas experiências escolares, extracurriculares e profissionais relevantes, incluindo estágios, trabalhos voluntários, projetos acadêmicos ou pessoais. Cada item deve ser apresentado de forma clara, com...

Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: [apostilasdeeducacao.com](#)

Outro aspecto essencial é a personalização. Escolha uma ferramenta que permita criar um design atrativo e adaptado à sua área de interesse, como Google Sites, Canva, ou softwares mais técnicos, como Adobe Portfolio. Inclua seções como "Sobre Mim", "Projetos", "Habilidades", "Certificados" e... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: [apostilasdeeducacao.com](#)**

É fundamental que o portfólio seja acessível. Links para plataformas como LinkedIn e GitHub (para áreas tecnológicas) ou anexos em PDF podem facilitar a entrega. Se optar por uma versão online, verifique... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: [apostilasdeeducacao.com](#)**

Ao apresentar seu portfólio, foque na clareza, objetividade e nos valores que deseja comunicar. Lembre-se de que o portfólio não é apenas um documento, mas... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: [apostilasdeeducacao.com](#)**



Questões

1. O que diferencia um portfólio pessoal de um currículo tradicional?

Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com

2. Quais são os principais elementos que não podem faltar em um portfólio pessoal?

3. Por que é importante manter o portfólio atualizado e adaptado às oportunidades desejadas?

Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com



-
-
4. Como o design de um portfólio pode influenciar a percepção de recrutadores em um processo seletivo?
-
-
-
-
-
-
-
-
-

Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com

5. Qual a importância de incluir experiências extracurriculares em um portfólio pessoal?
-
-
-
-
-
-
-
-
-

Respostas

1. O portfólio pessoal é mais abrangente do que o currículo tradicional. Ele permite aprofundar informações sobre projetos, habilidades... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com**
2. Os principais elementos de um portfólio são: uma apresentação pessoal (perfil), seções para projetos ou... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com**
3. Manter o portfólio atualizado é essencial para refletir suas conquistas mais recentes e adaptá-lo ao tipo de oportunidade desejada. Isso garante... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com**
4. O design impacta diretamente a impressão que o portfólio causa. Um visual atrativo e profissional demonstra atenção aos detalhes e pode... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com**
5. Experiências extracurriculares mostram habilidades práticas e complementares que nem sempre estão evidentes em experiências acadêmicas ou... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com**



Exercícios de Fixação

1. Leia as afirmações a seguir sobre o uso do portfólio pessoal no Projeto de Vida e assinale a alternativa correta.

- A) O portfólio deve conter apenas experiências profissionais formais, pois projetos escolares não são considerados relevantes.
- B) O portfólio substitui o currículo em qualquer processo seletivo.
- C) O portfólio permite apresentar projetos, habilidades e aprendizagens de forma mais aprofundada do que o currículo tradicional.
- D) O portfólio é indicado apenas para áreas artísticas e criativas.

Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com

2. Analise as afirmações sobre a construção de um portfólio pessoal e marque **V** (verdadeiro) ou **F** (falso):

- () O portfólio deve ser atualizado ao longo do tempo, acompanhando mudanças nos objetivos do estudante.
- () A organização das informações é menos importante do que o design visual.
- () Projetos escolares e atividades extracurriculares podem compor um portfólio no Ensino Médio.
- () Um portfólio bem estruturado pode ajudar o estudante a refletir sobre suas escolhas acadêmicas e profissionais.

3. Relacione corretamente as colunas, associando cada **elemento do portfólio** à sua **função principal**.

Elementos do portfólio	Função
1. Sobre mim	() Evidenciar produções, experiências e aprendizagens concretas
2. Projetos	() Apresentar objetivos de curto, médio e longo prazo
3. Habilidades	() Descrever quem é o estudante, seus valores e interesses
4. Metas profissionais	() Indicar competências desenvolvidas ao longo da trajetória

Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com



4. Complete as frases a seguir utilizando entre as opções: planejamento – identidade – organização – reflexão – atualização

- a) A construção do portfólio contribui para o(a) _____ do estudante, ao reunir experiências e valores pessoais.
- b) O(A) _____ das informações facilita a compreensão do percurso acadêmico e pessoal.
- c) O portfólio estimula o(a) _____ sobre escolhas feitas e caminhos futuros.
- d) O processo de montagem do portfólio envolve _____ de metas e objetivos.
- e) O(A) _____ do portfólio garante que ele acompanhe as mudanças ao longo da vida.

Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com

5. João está no Ensino Médio e quer participar de um programa de iniciação científica oferecido por uma universidade. Ele nunca trabalhou formalmente e acredita que não tem “nada importante” para apresentar. Considerando o conceito de portfólio pessoal, explique quais tipos de experiências João poderia incluir e como o portfólio pode ajudá-lo a reconhecer suas competências e interesses.

Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com



Respostas

1... Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com

2. V, ... Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com

3.

1. Sobre mim – Descrever quem é o estudante, seus valores e interesses.
2. Projetos – ... Esta é a amostra da apostila. Saiba mais:
apostilasdeeducacao.com

4. a) identidade

b) ... Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com

5. João pode incluir em seu portfólio projetos escolares, trabalhos em grupo, feiras de ciências, atividades voluntárias, cursos livres, participação em... Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com



Atividade Prática: Criando um Portfólio Pessoal Interativo

Objetivo:

Desenvolver um portfólio interativo que apresente as habilidades, conquistas e metas dos alunos, utilizando ferramentas tecnológicas e promovendo a reflexão sobre sua trajetória e objetivos futuros.

Descrição da Atividade:

Os alunos deverão criar um portfólio pessoal digital, destacando aspectos únicos de sua jornada acadêmica e pessoal. O portfólio deverá conter:

- **Página de Introdução:** Uma apresentação com nome, idade, curso ou série e uma frase ou citação que os inspire.
- ... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais:** apostilasdeeducacao.com
- **Experiências:** Inserir detalhes sobre projetos realizados na escola, atividades extracurriculares, trabalhos voluntários ou eventos organizados.
- ... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais:** apostilasdeeducacao.com
- **Destaques Visuais:** Adicionar imagens, gráficos ou links que complementem as informações.

Passo a Passo:

1. **Planejamento:** Em um brainstorming inicial, os alunos listarão suas experiências, habilidades e metas. Em seguida, escolherão uma ferramenta para o desenvolvimento, como Google Sites, Canva, ou PowerPoint.
2. ... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais:** apostilasdeeducacao.com
3. **Feedback em Grupo:** Após uma versão inicial, os alunos se dividirão em duplas para trocar feedbacks sobre o conteúdo e o design do portfólio.
4. ... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais:** apostilasdeeducacao.com

Avaliação:

A avaliação será baseada nos critérios de organização, criatividade, clareza das informações e alinhamento às metas propostas. O portfólio deve refletir um esforço genuíno para sintetizar experiências e destacar habilidades.



Para esta apostila completa (88 páginas), acesse:

[https://apostilasdeeducacao.com/2025/01/17/projeto-de-vida-
3o-ano-2o-bimestre-ensino-medio/](https://apostilasdeeducacao.com/2025/01/17/projeto-de-vida-3o-ano-2o-bimestre-ensino-medio/)