



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
COORDENADORIA DE ESPORTES E ATIVIDADES FÍSICAS À COMUNIDADE
CAMPUS REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE - CEP 88040-970 - FLORIANÓPOLIS / SC
TELEFONE +55 (48) 3721-9925
extensao.cds@contato.ufsc.br | www.portalcds.ufsc.br

EDITAL nº 02/2021/CEAFC/CDS/UFSC
BOLSAS ESPORTIVAS (seleção de bolsistas)

Em consonância com as Resoluções Normativas nº 88/CUn/2016 e nº 09/CUn/2010, bem como as Normas de Extensão DEF/CDS/2018, a Direção do Centro de Desportos (CDS) da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC) juntamente com Coordenadoria de Esportes e Atividades Físicas à Comunidade do CDS, torna pública a abertura das inscrições destinadas a classificar alunos que irão desenvolver atividades de extensão para a comunidade, adaptadas para a forma *online*, em projetos de extensão desenvolvidos pelo Centro de Desportos/UFSC, por meio de auxílio financeiro na forma de Bolsas de Extensão Esportivas.

1. DO OBJETO DA SELEÇÃO

1.1 O presente processo seletivo tem como escopo formar lista classificatória para o preenchimento de vagas de bolsista de extensão, nos termos do Edital nº 01/2021/CEAFC/CDS/UFSC e no Projeto Práticas Corporais.

1.2 As atividades a serem desenvolvidas se encontram descritas no anexo V deste Edital.

1.3 O plano de trabalho do bolsista de extensão seguirá o plano apresentado pelo professor coordenador da atividade (anexo V).

2. DA CARGA HORÁRIA E REMUNERAÇÃO

2.1 O bolsista de extensão exercerá suas funções em 20 (vinte) horas semanais durante o período de vigência da bolsa.

2.2 A vigência da bolsa é de 01 de agosto a 30 de novembro de 2021.

2.3 O valor mensal da bolsa é de R\$ 420,00 (quatrocentos e vinte reais)

3. DOS PRÉ-REQUISITOS PARA O PROCESSO SELETIVO E CLASSIFICAÇÃO

3.1 Estar regularmente matriculado em curso de graduação da UFSC;

3.2 Não ter colação de grau prevista para o período de vigência da bolsa;

3.3 Apresentar índice de aproveitamento acumulado (IAA) igual ou superior a 6,00 (seis), excetuando-se os alunos da 1ª fase;

3.4 Dispor de 20 horas semanais para dedicação ao projeto;

3.5 Não ter relação de parentesco direto com o coordenador do projeto de extensão, o que inclui cônjuge, companheiro, parente em linha reta, colateral ou por afinidade até 3º grau;

3.6 Não possuir outra bolsa de qualquer natureza, exceto a Bolsa Estudantil instituída pela Resolução no 32/CUn/2013, nem vínculo empregatício.

4. DAS VAGAS

Serão disponibilizadas bolsas de extensão nos seguintes projetos:

a) Atividades Físicas para a Terceira Idade em Tempos de Pandemia

Coordenadora: Profª Tânia Bertoldo Benedetti

Contato: tania.benedetti@ufsc.br

b) Desenvolver

Coordenadora: Profª Lisiane Schilling Poeta



**SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS**

COORDENADORIA DE ESPORTES E ATIVIDADES FÍSICAS À COMUNIDADE
CAMPUS REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE - CEP 88040-970 - FLORIANÓPOLIS / SC
TELEFONE +55 (48) 3721-9925
extensao.cds@contato.ufsc.br | www.portalcds.ufsc.br

Contato: lisiane.poeta@ufsc.br

c) Programa de Prevenção e Reabilitação Cardiorrespiratória (PROCOR)

Coordenador: Prof. Rodrigo Sudatti Delevatti

Contato: rodrigo.delevatti@ufsc.br

d) Inicia UFSC

Coordenadora: Prof^a Michele Caroline de Souza Ribas

Contato: souza.michele@ufsc.br

e) GINASTICARTE

Coordenadora: Prof^a Patricia Luiza Bremer Boaventura Justo da Silva

Contato: plbboaventura@gmail.com

f) Práticas Corporais

Coordenadora: Prof^a Cristiane Ker de Melo

Contato: cristianeker@hotmail.com

5. DAS INSCRIÇÕES

As inscrições deverão ser realizadas no período de 30/07/2021 a 03/08/2021, por meio do e-mail extensao.cds@contato.ufsc.br, anexando os seguintes documentos, com o assunto “Inscrição Bolsa Esportiva”:

- I) Ficha de inscrição devidamente preenchida e assinada pelo requerente (anexo I);
- II) Histórico escolar atualizado (com exceção de alunos de 1ª fase);
- III) Atestado de matrícula.
- IV) Espelho de matrícula com os horários das disciplinas nas quais o candidato está matriculado.

6. DA SELEÇÃO

6.1 Caberá ao coordenador de cada projeto selecionar o(s) bolsista(s) em processo transparente e indicar o(s) aluno(s) bolsista(s) com os requisitos descritos no item 3.

6.2 A seleção será realizada com base nos documentos enviados para inscrição dos candidatos e/ou outros critérios definidos claramente pelo professor coordenador do projeto, conforme sugerido no modelo anexo, para aferir:

- a) os conhecimentos gerais do candidato sobre a temática do projeto de extensão;
- b) as potencialidades do candidato para o desenvolvimento das atividades de extensão;
- c) a história acadêmica do candidato e sua disponibilidade de tempo para a dedicação às atividades de extensão.

7. DAS ATIVIDADES A SEREM DESENVOLVIDAS

7.1 Compete ao bolsista:

7.1.1 Executar o plano de trabalho *online* do bolsista, com uma carga horária de 20 horas semanais, sob a orientação do(a) coordenador(a) do Projeto;

7.1.2 Nos casos de substituição ou cancelamento, em até 30 dias, o bolsista que encerrou suas atividades deverá apresentar o relatório das atividades desenvolvidas até a data da interrupção. No caso de substituição: para o bolsista substituto aplica-se o item anterior;

7.1.3 Fazer referência à sua condição de bolsista de extensão da UFSC, quando for o caso, nas publicações e trabalhos apresentados relacionados ao projeto em que está vinculado como bolsista.



**SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS**

COORDENADORIA DE ESPORTES E ATIVIDADES FÍSICAS À COMUNIDADE

CAMPUS REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE - CEP 88040-970 - FLORIANÓPOLIS / SC

TELEFONE +55 (48) 3721-9925

extensao.cds@contato.ufsc.br | www.portalcds.ufsc.br

7.2 Compete ao orientador(a):

7.2.1 Orientar o bolsista de extensão nas distintas fases do trabalho de extensão;

7.2.2 Aconselhar e acompanhar o bolsista de extensão na elaboração de relatório final;

7.2.3 Comunicar à Coordenadoria de Esportes e Atividades Físicas à Comunidade do CDS sobre quaisquer alterações que se façam necessárias ou sobre o desligamento de bolsistas, devido a trancamento de matrícula, formatura ou outras eventualidades, com antecedência mínima de 30 dias.

8. DA LIBERAÇÃO DAS BOLSAS

As bolsas serão liberadas somente se houver público inscrito no projeto de extensão e após o envio para o e-mail extensao.cds@contato.ufsc.br, dos seguintes documentos devidamente assinados digitalmente: Termo de Compromisso do Coordenador, Termo de Compromisso do Bolsista e Ficha de Cadastro do Bolsista, disponibilizados pela Coordenadoria de Esportes e Atividades Físicas à Comunidade do CDS no devido prazo estabelecido pelo cronograma (anexo II).

9. DOS RESULTADOS E RECURSOS

9.1 O resultado dos bolsistas contemplados será homologado pela Coordenadoria de Esportes e Atividades Físicas à Comunidade e Direção do CDS, sendo divulgado no endereço eletrônico do CDS/UFSC (www.portalcds.ufsc.br), conforme o cronograma (anexo II).

9.2 Poderão apresentar recursos os estudantes que não forem selecionados.

9.3 A revisão do resultado será efetuada somente mediante apresentação de recurso solicitado através de formulário específico (anexo IV), encaminhado por e-mail (extensao.cds@contato.ufsc.br), colocando no assunto: “Recurso Bolsas Esportivas”.

10. DAS DISPOSIÇÕES FINAIS

10.1 A bolsa de extensão não gera vínculo empregatício com a UFSC, podendo o bolsista de extensão pedir desligamento do projeto a qualquer tempo, mediante justificativa.

10.2 Os casos omissos serão resolvidos pela Direção do CDS e Coordenadoria de Atividades Físicas à Comunidade do CDS/UFSC.

Florianópolis, 29 de julho de 2021.

Michel Angillo Saad

Diretor do Centro de Desportos



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
COORDENADORIA DE ESPORTES E ATIVIDADES FÍSICAS À COMUNIDADE
CAMPUS REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE - CEP 88040-970 - FLORIANÓPOLIS / SC
TELEFONE +55 (48) 3721-9925
extensao.cds@contato.ufsc.br | www.portalcds.ufsc.br

Anexo I
Ficha de inscrição

FICHA DE INSCRIÇÃO PARA BOLSAS ESPORTIVAS – CDS – ANO 2021

Nome completo:			
E-mail:		Mês/Ano provável da formatura:	
CPF:		Telefone(s): WhatsApp:	
Banco:	Agência:	Nº. Conta corrente: (deve estar no seu nome e não pode ser Poupança Banco do Brasil, nem NUBANK)	
Curso:	Fase:	Matrícula:	IAA:
Contato em caso de acidente			
Nome:		Telefone:	

Qual projeto deseja atuar :
Nota em disciplina anterior considerada pré-requisito (caso se aplique):
Vivência ou experiência na atividade/modalidade que pleiteia a vaga:
Justificativas e elementos que credenciam o candidato para a bolsa na atividade/modalidade escolhida:
Outros aspectos relevantes (descrever)

Assinatura digital:



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
COORDENADORIA DE ESPORTES E ATIVIDADES FÍSICAS À COMUNIDADE
CAMPUS REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE - CEP 88040-970 - FLORIANÓPOLIS / SC
TELEFONE +55 (48) 3721-9925
extensao.cds@contato.ufsc.br | www.portalcds.ufsc.br

Anexo II

Cronograma

30/07/2021 a 03/08/2021	Envio dos documentos de inscrição para o e-mail: extensao.cds@contato.ufsc.br
04/08/2021	Seleção dos bolsistas pelos coordenadores dos projetos
05/08/2021	Divulgação do resultado preliminar na página do CDS
06/08/2021 até as 11:00 h	Prazo para envio de recursos para o e-mail: extensao.cds@contato.ufsc.br
06/08/2021 até 18:00 h	Avaliação dos recursos e divulgação do resultado final
Entre 8:00 horas do dia 10/08/2021 as 11:00 horas do dia 11/08/2021	Envio dos Documentos para implementação das Bolsas Esportivas para o e-mail: extensao.cds@contato.ufsc.br
16/08/2021	Início das atividades de extensão



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
COORDENADORIA DE ESPORTES E ATIVIDADES FÍSICAS À COMUNIDADE
CAMPUS REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE - CEP 88040-970 - FLORIANÓPOLIS / SC
TELEFONE +55 (48) 3721-9925
extensao.cds@contato.ufsc.br | www.portalcds.ufsc.br

Anexo III
Sugestão de ficha de avaliação

Aluno: _____

Projeto: _____

Coordenador(a): _____

Itens de avaliação	Pontuação
a) Nota em disciplina anterior considerada pré-requisito (caso se aplique)	6-10:
b) Vivência ou experiência na atividade/modalidade que pleiteia a vaga	0-10 pontos:
c) Justificativas e elementos que credenciam o candidato para a bolsa na atividade/modalidade escolhida	0-10 pontos:
d) Outros aspectos relevantes (descrever)	0-5 pontos:

Pontuação: soma das notas atribuídas em cada item: _____

Avaliação final:

() Selecionado

() Não-selecionado (justifique): _____

Assinatura do coordenador do projeto: _____



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
COORDENADORIA DE ESPORTES E ATIVIDADES FÍSICAS À COMUNIDADE
CAMPUS REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE - CEP 88040-970 - FLORIANÓPOLIS / SC
TELEFONE +55 (48) 3721-9925
extensao.cds@contato.ufsc.br | www.portalcds.ufsc.br

Anexo IV
Formulário de recurso

À Coordenadoria de Esportes e Atividades Físicas à Comunidade do CDS,

Eu, _____, matriculado(a) no curso de _____ da UFSC sob a matrícula _____, venho por meio deste solicitar a revisão da avaliação da seleção de bolsa de extensão do projeto _____, sob a coordenação do professor _____.

Motivos:

Nestes termos, peço deferimento.

Florianópolis, _____

Assinatura do estudante



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
COORDENADORIA DE ESPORTES E ATIVIDADES FÍSICAS À COMUNIDADE
CAMPUS REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE - CEP 88040-970 - FLORIANÓPOLIS / SC
TELEFONE +55 (48) 3721-9925
extensao.cds@contato.ufsc.br | www.portalcds.ufsc.br

Anexo V

Descrição das atividades e respectivos planos de trabalho do bolsista

a) Projeto: Atividades Físicas para a Terceira Idade em Tempos de Pandemia

Público alvo: Pessoas acima de 50 anos de ambos os sexos.

Coordenadora: Prof^a Tânia Bertoldo Benedetti

Contato: tania.benedetti@ufsc.br

Este projeto é a continuidade do projeto de Atividades Físicas para a Terceira Idade do CDS/UFSC que era oferecido presencialmente desde 1985. Devido a pandemia da Covid 19, o projeto começou a ser oferecido via on-line pela plataforma webconf em 2020. Tem como objetivo oportunizar a prática de atividades físicas on-line aos idosos da comunidade de Florianópolis.

Atualmente há 100 idosos no grupo do WhatsApp e em torno de 20 – 40 idosos presencialmente nas aulas práticas. Muitos idosos realizam apenas as aulas dos vídeos que são enviados ao grupo semanalmente. Na inscrição do Moodle há inscritos 74 idosos.

As aulas são realizadas via google meet e os vídeos enviados no nosso grupo do Whats APP.

Aulas: terças (manhã – 8:45 – 9:45) e quintas (tarde 14:30-15:30) são oferecidas aulas on-line ao vivo. A sala é aberta com 20 minutos de antecedência e neste momento acontecem as atividades de socialização com o grupo por meio de conversas (início e final da aula) mediados pela coordenadora ou bolsista.

Plano de trabalho do Bolsista:

1. Duas vezes por semana, durante a vigência da bolsa, serão ministradas aulas de atividades físicas - ginástica durante uma hora com (aquecimento- parte principal – parte final (alongamento, técnicas respiratórias, relaxamento) com auxílio do bolsista, ou ministrada por ele. Para isso, será montado um plano de aula de ginástica com uma semana de antecedência e serão enviadas e aprovadas pela coordenadora. Para cada aula ministrada utilizamos em torno de 2 horas para preparar as atividades e mais uma hora em que serão ministradas.
2. Será enviada a playlist de músicas utilizadas.
3. Será criado e gravado atividades físicas que serão editorados e enviado via WhatsApp semanalmente (alongamento, relaxamento, respiração, força de pernas, força de braços, aquecimentos, etc).
4. Além das atividades que já estão sendo executadas, queremos ainda, incrementar um vídeo por semana demonstrando os exercícios que são realizados em aula de forma correta e com cuidados a serem observados. Estamos verificando muitos erros na execução por parte dos idosos. Portanto, o aluno bolsista além de realizar as atividades acima, ficará como tarefa específica de procurar vídeos na internet de execução dos exercícios de forma correta e dos músculos que são trabalhados enviando semanalmente ao grupo on-line.
5. Registrará a frequência nas aulas presenciais.
6. Participará das reuniões quinzenais do grupo.

b) Projeto: Desenvolver

Público alvo: Crianças com idades entre 03 e 09 anos.

Coordenadora: Prof^a Lisiane Schilling Poeta

Contato: lisiane.poeta@ufsc.br

Atividades de estimulação/intervenção motora para crianças com idades entre 03 e 09 anos, especialmente para crianças com dificuldades na aprendizagem escolar e/ou na coordenação motora, ou para crianças que tenham interesse em participar de atividades de psicomotricidade. As atividades serão realizadas de forma remota, em sessões semanais de 50 minutos cada, pela plataforma google meet.



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS

COORDENADORIA DE ESPORTES E ATIVIDADES FÍSICAS À COMUNIDADE

CAMPUS REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE - CEP 88040-970 - FLORIANÓPOLIS / SC

TELEFONE +55 (48) 3721-9925

extensao.cds@contato.ufsc.br | www.portalcds.ufsc.br

Horário: terça-feira das 15 às 16h (turma das crianças de 03 a 06 anos) e das 16 às 17h (turma das crianças de 07 a 09 anos).

Plataforma google meet (o link será enviado via email, após a inscrição no projeto)

Plano de trabalho do Bolsista:

Durante o semestre, o bolsista participará das atividades relacionadas ao projeto, incluindo leitura e discussão de textos relacionados ao tema, planejamento das atividades, suporte às famílias, reunião de orientação, elaboração do material de intervenção com sugestões de atividades, além de ministrar as aulas de forma remota.

c) Projeto: Programa de Prevenção e Reabilitação Cardiorrespiratória (PROCOR)

Público alvo: Pacientes com diagnóstico de doença arterial coronariana, hipertensão arterial, diabetes ou com fatores risco associados.

Coordenador: Prof. Rodrigo Sudatti Delevatti

Contato: rodrigo.delevatti@ufsc.br

Atividades de treinamento físico combinado (aeróbico e força) para pessoas com fatores de risco cardiovascular.

Plano de trabalho do bolsista:

O presente plano de trabalho objetiva primariamente proporcionar ao aluno a compreensão acerca de um projeto de extensão universitária, estando o aluno inserido em diferentes atividades relacionadas ao projeto. No plano constam seis atividades, descritas na sequência:

Atividade 1: Reuniões com o grupo de trabalho, formado por professores, mestrando e doutorandos.

Nesta atividade o aluno terá formação teórico-prática para atuação no projeto.

Período: Agosto a novembro de 2021.

Atividade 2: Criação de material digital.

Esta atividade consiste na elaboração de materiais digitais, especialmente vídeos, com exercícios físicos a serem usados como atividade do projeto.

Período: Agosto a novembro de 2021.

Atividade 3: Avaliação de desfechos de saúde.

Esta atividade consiste na coleta de dados referentes à saúde física e mental dos participantes.

Período: Novembro de 2021.

Atividade 4: Tabulação de dados.

Esta atividade consiste na tabulação de dados acerca de monitoramento da carga de treinamento e de desfechos em saúde.

Período: Agosto a novembro de 2021.

Atividade 5: Ministrar aulas síncronas via plataforma de áudio e vídeo.

Estando seguro acerca do perfil do projeto e dos participantes, o bolsista deverá ministrar aulas síncronas de treinamento combinado (aeróbico e força).

Período: Setembro a novembro de 2021.

Atividade 6: Revisão das atividades realizadas. No último mês de bolsa, o aluno será convidado a refletir sobre o processo e possivelmente convidado a continuar colaborando nos projetos de extensão e pesquisa dos professores que compõem a equipe do projeto.

Período: Novembro de 2021.

d) Projeto: Inicia UFSC

Público alvo: Crianças e adolescentes de 7 a 10 anos da comunidade.

Coordenadora: Prof^ª Michele Caroline de Souza Ribas



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS

COORDENADORIA DE ESPORTES E ATIVIDADES FÍSICAS À COMUNIDADE

CAMPUS REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE - CEP 88040-970 - FLORIANÓPOLIS / SC

TELEFONE +55 (48) 3721-9925

extensao.cds@contato.ufsc.br | www.portalcds.ufsc.br

Contato: souza.michele@ufsc.br

Atividades recreativas e de iniciação esportiva, desenvolvidas de forma remota, mediante uma perspectiva lúdica e inclusiva com o objetivo de possibilitar o desenvolvimento motor, cognitivo e sócio afetivo das crianças.

As atividades serão desenvolvidas duas vezes na semana (um encontro síncrono – pela plataforma do Google Meet com link disponibilizado posteriormente; e um encontro assíncrono onde semanalmente haverá o desenvolvimento e disponibilização de atividades a serem realizadas pelas crianças).

Horário*: Turma da manhã- atividade síncrona nas quintas-feiras das 9:30 às 10:20

Turma da tarde- atividade síncrona nas terças-feiras das 14:00 às 14:50

Ambas as turmas terão mais uma hora de atividade semanal realizada de maneira assíncrona.

*Os horários podem estar sujeitos a alteração mediante disponibilidade dos envolvidos (professores, bolsistas e crianças/famílias)

Plano de trabalho do bolsista:

O objetivo do trabalho do bolsista será estudar, elaborar e ministrar aulas remotas desenvolvendo atividades relacionadas com a iniciação esportiva, mediante a orientação e participação efetiva dos professores envolvidos no projeto (coordenadora e participante). A relevância para a formação acadêmica do possível bolsista é indiscutível, uma vez que esse poderá vivenciar as dinâmicas e desafios do ensino remoto, aplicar seus conhecimentos, além de construir outros, vinculando suas ações de ensino, pesquisa e extensão.

Assim, a seguir são descritas as atividades a serem desempenhadas pelo bolsista:

1. Leitura do material bibliográfico referente à iniciação esportiva e metodologias esportivas e lúdicas para crianças. Essa leitura terá a supervisão e orientação dos professores envolvidos no projeto, onde os mesmos indicarão as bibliografias necessárias.
2. Divulgação de conhecimento e atividades, mediante administração das mídias digitais do projeto. O objetivo é fazer publicações sobre as atividades realizadas, bem como de conhecimentos associados ao projeto (desenvolvimento infanto-juvenil, iniciação esportiva, atividade física, relação familiar, saúde infanto-juvenil). Essas postagens devem ser quinzenais e preparadas com supervisão da professora coordenadora.
3. Reuniões quinzenais com a coordenadora do projeto, com o objetivo de planejamento de aulas e orientações sobre as demandas de sua prática pedagógica. Nessas reuniões é possível também realizar leituras, orientações, realizações de trabalhos para eventos científicos.
4. Desenvolvimento e entrega dos planos de aula: os planos devem ser entregues semanalmente. Os mesmos serão discutidos pela equipe envolvida (bolsista e professores).
5. Ministrar as aulas remotas síncronas e assíncronas com orientação da professora coordenadora e da professora participante. Nas reuniões de orientação, discutiremos o andamento das aulas, ressaltando os pontos positivos e os aspectos a serem melhorados para a próxima semana.
6. Disponibilizar horário de atendimento às famílias, auxiliando em possíveis dúvidas e orientações aos pais a respeito das atividades que podem ser realizadas pelos filhos nesse período de cuidados com a pandemia.
7. Participação nas reuniões mensais do Núcleo de pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano - Linha de Pesquisa de Crescimento e Desenvolvimento Humano.
8. Participação em eventos científico, palestras ou outros eventos que possam ocorrer nesse período de bolsa e que seja possível divulgar e socializar o projeto.
9. Elaboração e entrega de um relatório final do projeto, ressaltando os seus pontos positivos e negativos, e os aspectos a serem melhorados, bem como destacando uma reflexão pessoal sobre a experiência como bolsista.



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS

COORDENADORIA DE ESPORTES E ATIVIDADES FÍSICAS À COMUNIDADE

CAMPUS REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE - CEP 88040-970 - FLORIANÓPOLIS / SC

TELEFONE +55 (48) 3721-9925

extensao.cds@contato.ufsc.br | www.portalcds.ufsc.br

e) Projeto: GINASTICARTE

Público alvo: meninos e meninas de 08 a 14 anos

Coordenadora: Prof^a Patricia Luiza Bremer Boaventura Justo da Silva

Contato: plbboaventura@gmail.com

Atividades de extensão envolvendo a prática da Ginástica Para Todos (GPT), uma das modalidades de demonstração da ginástica, como possibilidade de ressignificação do corpo e ampliação das práticas corporais, esportivas e artísticas. As aulas práticas e coletivas serão ministradas com movimentos constitutivos das ginásticas com e sem o manejo de aparelhos e envolverá a construção coreográfica, de forma inclusiva, participativa e com fins de apresentação. Nas montagens coreográficas serão utilizados elementos das danças, circo, esportes, pois estes valorizam o lado artístico da coreografia e podem ser incluídos, conforme a música inspirar. As aulas, em um primeiro momento, acontecerão de uma a duas horas por semana, de forma remota, para crianças (meninos e meninas) de 08 a 14 anos, podendo ser ampliadas para turmas de diferentes faixas etárias.

Plano de trabalho do bolsista:

- Ministrará, de forma remota e sob supervisão, aulas práticas e coletivas de ginástica para todos (GPT) para crianças (meninos e meninas) de 08 a 14 anos.
- Receberá orientação quanto ao planejamento das aulas práticas.
- Auxiliará na elaboração de atividades e coreografias a serem ensinadas nas aulas práticas.
- Participará de grupos de estudos e pesquisas que envolvam as temáticas do campo da ginástica e outras manifestações corporais, esportivas e artísticas.
- Auxiliará na escrita de trabalhos e artigos científicos baseados nas experiências das aulas ministradas e estudos da área.
- Participará de eventos acadêmico-científicos e artísticos.
- Divulgará a oferta do projeto de extensão em mídias sociais.
- Auxiliará na organização de eventos acadêmico-científicos e artísticos.

f) Projeto: PRÁTICAS CORPORAIS

Público alvo: Pessoas acima de 15 anos de ambos os sexos.

Coordenadora: Prof^a Cristiane Ker de Melo

Contato: cristianeker@hotmail.com

Aulas de Yoga no formato online por meio de plataformas digitais. Conhecimento e vivência do Yoga como experiência de autoconhecimento, desenvolvimento corporal e aprendizagem de uma ética universal (*yamas e niyamas*), baseada na auto-observação, auto-controle, disciplina, percepção e integração ao todo. Experimentação de técnicas posturais (*asanas*), de concentração (*dharana*), meditação (*dhyana*), respiração (*pranayamas*), abstração dos sentidos (*pratyahara*) e relaxamento (*yoga nidra*) com o objetivo de alcançar um estado completo de bem estar, paz interior e iluminação (*samadhi*).

Turmas ofertadas:

Turma 1 –

Modalidade: Hatha Yoga

Dia: 3as feira

Horário: 14h

Plataforma: Youtube

https://www.youtube.com/channel/UCM8IjI78_MqIGQLZtCz6YqA

Turma 2 –

Modalidade: Hatha Yoga

Dia: 5as feira



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
COORDENADORIA DE ESPORTES E ATIVIDADES FÍSICAS À COMUNIDADE
CAMPUS REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE - CEP 88040-970 - FLORIANÓPOLIS / SC
TELEFONE +55 (48) 3721-9925
extensao.cds@contato.ufsc.br | www.portalcds.ufsc.br

Horário: 11h

Plataforma: Instagram

https://instagram.com/praticascorporais.ufsc?utm_medium=copy_link

Plano de Trabalho do Bolsista:

- ✓ Planejar as aulas
- ✓ Ministras as aulas
- ✓ Interagir com o público participante
- ✓ Responder as dúvidas dos participantes
- ✓ Produção de materiais didáticos para disponibilizar aos participantes
- ✓ Participar de reuniões semanais de estudo com a coordenação do projeto
- ✓ Avaliação permanente das aulas
- ✓ Relatório final das atividades