

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO
PRÓ-REITORIA DE POLÍTICAS ESTUDANTIS
DIVISÃO DE ESPORTE, CULTURA E LAZER**

**EDITAL DE SELEÇÃO Nº 511
PROGRAMA ESPORTE E LAZER – 2019.2**

A Pró-Reitoria de Políticas Estudantis (PR7), através da Divisão de Esporte, Cultura e Lazer (Decult), comunica que estarão abertas, durante o período de 08 a 15 de agosto de 2019, as inscrições para o Programa Esporte e Lazer (PEL).

1) OBJETIVO

O Programa Esporte e Lazer (PEL) é um programa institucional de atividades físicas, esportivas, artísticas e culturais voltado para os/as estudantes da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ). Tem por objetivo proporcionar um espaço para a prática de tais atividades de forma orientada, buscando a manutenção/melhora da saúde e da qualidade de vida, promovendo conhecimentos através da cultura corporal do movimento e de outras artes, além de aspectos positivos de socialização e bem-estar, na perspectiva de uma formação integral que contribua para a permanência dos/das discentes e para a excelência acadêmica no ensino superior público.

2) PÚBLICO ALVO

- Estudantes de graduação regularmente matriculados na UFRJ.
- Estudantes de pós-graduação regularmente matriculados na UFRJ.

3) OFERTA DO PROGRAMA

3.1. As aulas do PEL 2019.2 ocorrerão no período de 28 de agosto a 13 de dezembro de 2019.

3.2. As atividades oferecidas na edição 2019.2 e seus respectivos locais, dias e horários estarão disponíveis nos canais digitais de comunicação da UFRJ e da PR7, conforme cronograma previsto (ANEXO I).

3.3. As aulas do PEL 2019.2 ocorrerão nos *campi* Cidade Universitária/Fundão, Praia Vermelha, Caxias/Santa Cruz da Serra e Macaé; e também no Instituto de Filosofia e Ciências Sociais (IFCS).

3.4. As aulas no campus Cidade Universitária/Fundão serão realizadas nas instalações da Escola de Educação Física e Desportos (EEFD), na Faculdade de Letras, no Centro de Ciências Matemáticas e da Natureza (CCMN) e na Residência Estudantil.

3.5. As aulas no campus Praia Vermelha serão realizadas nas instalações do Prédio “Bingo”.

3.6. As aulas nos *campi* Caxias/Santa Cruz da Serra e Macaé serão realizadas em espaços dos referidos *campi*.

4) INSCRIÇÃO

4.1. As inscrições estarão abertas no período de **08/08/2019 a 15/08/2019** e serão realizadas através de um formulário online disponibilizado no site <http://www.politicasestudantis.ufrj.br> da Pró-Reitoria de Políticas Estudantis (PR7) e nos demais meios oficiais de divulgação online. Os horários de abertura e fechamento do período de inscrições estarão no cronograma previsto (ANEXO I).

4.2. Ao realizar a inscrição o aluno(a) estará concordando automaticamente com a concessão do uso de direito de imagem e som.

4.3. Após o período de inscrições será divulgada uma listagem nominal com todas as inscrições validadas para o sorteio público das vagas ofertadas no PEL 2019.2 conforme cronograma previsto (ANEXO I).

4.4. A listagem nominal das inscrições validadas será disponibilizada por local, atividade e turma. Será indicada nesta mesma listagem se o(a) candidato(a) concorrerá à vaga na categoria Ampla Concorrência ou nas diferentes categorias Prioridade, discriminadas abaixo.

4.4.1. **Categoria Ampla Concorrência:** preenchidas por estudantes de graduação e pós-graduação da UFRJ regularmente matriculados.

4.4.2. **Categoria Prioridade Ação Afirmativa:** preenchidas por estudantes de graduação e pós-graduação regularmente matriculados e ingressantes pela modalidade de ação afirmativa de renda e/ou pela modalidade de ação afirmativa de pessoa com deficiência (PCD).

4.4.3. **Categoria Prioridade Assistido pela PR7:** preenchidas por estudantes regularmente matriculados e beneficiários de alguma bolsa assistencial oferecida pela PR7 e/ou morador(a) oficial da Residência Estudantil.

4.4.4. **Categoria Prioridade Indicação por Motivo de Saúde:** preenchidas por estudantes regularmente matriculados e atendidos e/ou indicados pela Divisão de Saúde do Estudante (Disae) ou outra instância pertencente à área da saúde.

4.4.5. Categoria Prioridade por Continuidade no Programa: preenchidas por estudantes regularmente matriculados e que participaram assiduamente em uma das atividades ofertadas na edição anterior do PEL (2019.1), comprovado pelas respectivas folhas de frequência, e que responderam ao questionário de avaliação do referido programa, sendo esses desejosos pela continuidade em alguma atividade.

4.5. Os/As estudantes concorrentes às vagas nas categorias Prioridade Ação Afirmativa – PCD e Prioridade Indicação por Motivo de Saúde deverão comprovar no momento de sua inscrição, através de *upload* de arquivo em formato PDF (no próprio formulário de inscrição online), a documentação comprobatória, para que assim possam confirmar tal condição. Os/As estudantes indicados pela Disae ficam isentos da referida comprovação.

4.6. Cada candidato(a) poderá realizar inscrição em apenas uma atividade/turma por *campi*. Caso o(a) candidato(a) não consiga a vaga na sua opção escolhida e existam vagas ociosas nas demais atividades/turmas ofertadas, o mesmo(a) poderá ser convocado para ingressar no Programa até que seja contemplado em sua opção inicial. **Somente será aceita a última inscrição realizada por candidato(a), independente da atividade/turma escolhida, sendo desconsideradas todas as demais inscrições realizadas anteriormente.**

5) CRITÉRIOS DE SELEÇÃO

5.1. A distribuição das vagas e a forma de seleção para todas as atividades ofertadas ocorrerão da seguinte forma: **30% das vagas, por atividade e turma, reservadas para aqueles/aquelas que se enquadrarem nas categorias Prioridade de Ação Afirmativa e Assistido pela PR7; 10% para Indicação por Motivo de Saúde; 20% reservadas para aqueles/aquelas que se enquadrarem na Prioridade por Continuidade no Programa e 40% das vagas destinadas à categoria Ampla Concorrência.**

5.1.1. As vagas ofertadas, tanto para as diferentes categorias Prioridade quanto para a categoria Ampla Concorrência, serão preenchidas mediante sorteio público, em local a ser definido e divulgado, juntamente com as inscrições validadas para o sorteio (ANEXO I), no site da Pró-Reitoria de Políticas Estudantis (PR7) <<http://www.politicas.estudantis.ufrj.br>>.

5.1.2. Não sendo as vagas da categoria Ampla Concorrência preenchidas, o número restante de vagas será destinado àqueles/àquelas estudantes inscritos/as nas categorias Prioridade, respeitando sempre a ordem do sorteio público. De igual maneira, o inverso ocorrerá.

5.2. Cada atividade ofertada terá em cada turma, o(s) dia(s) e horário(s) previamente estabelecidos, bem como seus respectivos locais de realização e número de vagas disponíveis.

5.3. Durante o processo seletivo serão sorteadas as vagas ofertadas por local, atividade e por categoria, bem como as vagas da lista de espera, também por local, atividade e por categoria, em igual número.

5.4. Caso em alguma atividade, o número de inscritos/as nas diferentes categorias seja inferior ao número total de vagas disponíveis, não será realizado sorteio para aquela determinada atividade, de forma que todos inscritos serão incluídos automaticamente nas turmas em questão.

6) DIVULGAÇÃO DO RESULTADO E LISTA DE ESPERA

6.1. O resultado final com os/as contemplados(as) por atividade e turma, bem como as respectivas listas de espera serão divulgados no dia 23/08/2019, no site da Pró-Reitoria de Políticas Estudantis (PR7) <<http://www.politicasestudantis.ufrj.br>>.

6.2. Os/As contemplados(as) serão convocados(as) para o início das aulas do referido programa a partir do dia 28/08/2019, conforme quadro de horário das atividades/turmas. Os sorteados(as) nas respectivas listas de espera aguardarão contato da Decult por e-mail, caso haja desistência de vaga(s). Cada participante do PEL 2019.2 deverá ter assiduidade e pontualidade durante as aulas da atividade escolhida. Se o/a estudante participante tiver mais de **2 faltas consecutivas** ou **4 faltas alternadas** sem justificativa **durante determinado mês**, perderá automaticamente sua vaga, sendo convocado(a) o(a) próximo(a) estudante da lista de espera daquela modalidade em número igual ao de vagas existentes e sempre respeitando a ordem do sorteio.

7) DAS ATIVIDADES

As atividades ofertadas pelo PEL 2019.2 têm por objetivo contribuir através de suas especificidades para um espaço de socialização e de bem-estar físico e emocional. Essas atividades estão constituídas de forma a ampliar as possibilidades da prática corporal para além da iniciação esportiva, incluindo outros saberes, como as artes, a música, a literatura e outras manifestações que contribuam para a integralidade do aluno.

8) DISPOSIÇÕES FINAIS

8.1. Os alunos selecionados deverão apresentar atestado médico, dizendo estarem aptos à prática de atividades físicas e/ou responderem o questionário PAR-Q (ANEXO V), entregando-o no primeiro dia de aula.

8.2. Os casos omissos e as situações não previstas neste edital serão resolvidos pela Divisão de Esporte, Cultura e Lazer (Decult).

8.3. Todas as informações relacionadas ao PEL 2019.2 estarão disponíveis na página da Pró-Reitoria de Políticas Estudantis (PR7). Quaisquer dúvidas e/ou esclarecimentos, enviar e-mail para pel.decult@pr7.ufrj.br.

ANEXO I

Cronograma Previsto

Evento	Data	Horário
Lançamento do Edital	08/08/2019	15h
Início das Inscrições	08/08/2019	17h
Término das Inscrições	15/08/2019	23:59h
Divulgação das Inscrições Validadas	19/08/2019	A partir das 10h
Sorteio Público	19/08/2019	16h
Resultado do Sorteio Público	23/08/2019	A partir das 14h
Início das Atividades	28/08/2019	A depender da Atividade/Turma

ANEXO II

Quadro de Horário

Cidade Universitária/EEFD

Segunda	Terça	Quarta	Quinta
Funcional (8:00 às 9:00) Gam II	Dança/Ritmos (8:30 às 9:30) Gam II	Funcional (8:00 às 9:00) Gam II	Dança/Ritmos (8:30 às 9:30) Gam II
	Pilates (9:30 às 10:30) Gin. Lutas		Pilates (9:30 às 10:30) Gin. Lutas
	Handebol (13:00 às 14:00) Gin. Verdão		Handebol (13:00 às 14:00) Gin. Verdão
	Futsal (14:00 às 15:00) Gin. Basquete		Futsal (14:00 às 15:00) Gin. Basquete
Pilates (13:30 às 14:30) Gin. Lutas	Basquete (14:00 às 15:00) Gin. Basquete	Pilates (13:30 às 14:30) Gin. Lutas	Basquete (14:00 às 15:00) Gin. Basquete
	Voleibol (14:00 às 15:30) Gin. Verdão		Voleibol (14:00 às 15:30) Gin. Verdão
	Natação Intermediário (14:30 às 15:30) Piscina	Natação Intermediário (14:30 às 15:30) Piscina	
Tênis de Quadra (16:00 às 17:00) Quadra Tênis	Natação Iniciante (15:30 às 16:30) Piscina	Tênis de Quadra (16:00 às 17:00) Quadra Tênis	Natação Iniciante (15:30 às 16:30) Piscina
Gin. Artística (16:00 às 17:00) GA	Yoga (16:30 às 17:30) GA	Gin. Artística (16:00 às 17:00) GA	Yoga (16:30 às 17:30) GA
Funcional (17:00 às 18:00) Gam II	Corrida Caminhada (16:00 às 17:00) Pista de Corrida	Funcional (17:00 às 18:00) Gam II	Corrida Caminhada (16:00 às 17:00) Pista de Corrida
Boxe (17:00 às 18:30) Gin. Lutas	Funcional (17:00 às 18:00) Gam I	Boxe (17:00 às 18:30) Gin. Lutas	Funcional (17:00 às 18:00) Gam I
	Jiu-Jitsu Iniciante (17:00 às 18:20) Gin. Lutas		Jiu-Jitsu Iniciante (17:00 às 18:20) Gin. Lutas
Alongamento Relaxamento (17:00 às 18:00) Gam I	Capoeira (17:00 às 18:00) Gam I	Alongamento Relaxamento (17:00 às 18:00) Gam I	Capoeira (17:00 às 18:00) Gam I

Cidade Universitária/Prefeitura Universitária

Segunda	Terça	Quarta	Quinta
			Literatura (13:00 às 14:30)
		Música (14:00 às 16:00)	Teatro (15:00 às 17:00)

Cidade Universitária/LETRAS

Segunda	Terça	Quarta	Quinta
	Yoga (10:30 às 11:30)		Yoga (10:30 às 11:30)
	Literatura (16:00 às 17:30)	Xadrez (15:00 às 16:30)	
		Música (16:30 às 18:30)	
Pilates Solo (13:45 às 14:45)		Pilates Solo (13:45 às 14:45)	
Alongamento Relaxamento (14:45 às 15:45)		Alongamento Relaxamento (14:45 às 15:45)	

Cidade Universitária/CCMN

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Literatura (8:00 às 9:30)				Desenho (8:00 às 10:00)
Desenho (10:00 às 12:00)				
Desenho (17:00 às 19:00)				

Cidade Universitária/Residência Estudantil

	Terça	Quarta	Quinta
Literatura (13:00 às 14:30)	Funcional (17:15 às 18:15)		Funcional (17:15 às 18:15)
	Pilates (18:15 às 19:15)		Pilates (18:15 às 19:15)

IFCS

Terça	Quarta	Quinta
		Música (14:00 às 16:00)
Pilates Solo (16:30 às 17:30)		Pilates Solo (16:30 às 17:30)
Yoga (17:30 às 18:30)	Labirinto: Práticas Corporais/Expressivas (17:00 às 18:00)	Yoga (17:30 às 18:30)

Praia Vermelha

Segunda	Terça	Quarta	Quinta
Música (13:00 às 14:30)		Literatura (13:00 às 14:30)	
Funcional (14:30 às 15:30) Sala		Funcional (14:30 às 15:30) Sala	
Pilates Solo (15:30 às 16:30) Sala		Pilates Solo (15:30 às 16:30) Sala	
Yoga (16:30 às 17:30) Sala		Yoga (16:30 às 17:30) Sala	

Caxias/Santa Cruz da Serra

Segunda	Terça	Quarta	Quinta
Funcional (11:50 às 12:25)		Funcional (11:50 às 12:25)	
Pilates Solo (12:25 às 13:00)		Pilates Solo (12:25 às 13:00)	

Macaé

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Defesa Pessoal (9:00 às 11:30)		Yoga (17:00 às 18:30)	Dança/Forró (17:00 às 18:30)	Literatura (12:30 às 13:30)
		Judô (17:00 às 18:30)	Dança/Zouk (18:30 às 19:30)	Judô (17:00 às 18:30)
	Dança/Fitdance (17:00 às 18:30)	Capoeira (19:00 às 21:00)		

ANEXO III

Quantidade de Vagas por Modalidade e Local

Cidade Universitária/EEFD

Atividades e Vagas

Alongamento/Relaxamento 30 vagas

Basquete 30 vagas

Boxe 25 vagas

Capoeira 25 vagas

Caminhada/Corrida 30 vagas

Dança/Ritmos 50 vagas

Funcional 90 vagas

Futsal 30 vagas

Ginástica Artística 30 vagas

Handebol 30 vagas

Jiu-Jitsu (Iniciante) 25 vagas

Natação (Iniciante) 20 vagas

Natação (Intermediário) 20 vagas

Pilates Solo 40 vagas

Tênis de Quadra 20 vagas

Voleibol 30 vagas

Yoga 30 vagas

Total de Vagas Ofertadas: 555 vagas

Cidade Universitária/Prefeitura Universitária

Atividades e Vagas

Literatura 15 vagas

Música 15 vagas

Teatro 15 vagas

Total de Vagas Ofertadas: 45 vagas

Cidade Universitária/Letras

Atividades e Vagas

Alongamento/Relaxamento 20 vagas

Literatura 20 vagas

Música 20 vagas

Pilates Solo 20 vagas

Xadrez 30 vagas

Yoga 20 vagas

Total de Vagas Ofertadas: 130 vagas



Pró-Reitoria de Políticas Estudantis
Divisão de Esporte, Cultura e Lazer
(PR7/Decult)

Cidade Universitária/CCMN

Atividades e Vagas

Desenho 45 vagas

Literatura 15 vagas

Total de vagas ofertadas: 60 vagas

Cidade Universitária/Residência Estudantil

Atividades e Vagas

Funcional 30 vagas

Literatura 20 vagas

Pilates Solo 20 vagas

Total de Vagas Ofertadas: 70 vagas

Praia Vermelha

Atividades e Vagas

Funcional 20 vagas

Literatura 20 vagas

Música 20 vagas

Pilates Solo 20 vagas

Yoga 20 vagas

Total de Vagas Ofertadas: 100 vagas

IFCS

Atividades e Vagas

Música 15 vagas

Pilates Solo 15 vagas

Labirinto: Práticas Corporais/Expressivas 15 vagas

Yoga 15 vagas

Total de Vagas Ofertadas: 60 vagas

Caxias/Santa Cruz da Serra

Atividades e Vagas

Funcional 15 vagas

Pilates Solo 15 vagas

Total de Vagas Ofertadas: 30 vagas

Macaé

Atividades e Vagas

Defesa Pessoal 30 vagas



Pró-Reitoria de Políticas Estudantis
Divisão de Esporte, Cultura e Lazer
(PR7/Decult)

Dança/Zouk 30 vagas
Dança/Fitdance 30 vagas
Dança/Forró 30 vagas
Capoeira 30 vagas
Judô 20 vagas
Literatura 20 vagas
Yoga 30 vagas

Total de Vagas Ofertadas: 220 vagas

Total Geral: 1270 vagas

ANEXO IV

Descrição das Modalidades

Basquete- É um esporte coletivo praticado entre duas equipes. Ele é jogado com uma bola, onde o objetivo é inseri-la na cesta. Durante as aulas, procuraremos trabalhar elementos técnico-táticos da modalidade, priorizando uma metodologia mais lúdica e recreativa, com os aspectos cooperativos prevalecendo aos competitivos.

Futsal- Também conhecido como Futebol de Salão, é uma modalidade esportiva que foi adaptada do futebol de campo para as quadras, na década de 1930. Durante as aulas, procuraremos trabalhar elementos técnico-táticos da modalidade, priorizando uma metodologia mais lúdica e recreativa, com os aspectos cooperativos prevalecendo aos competitivos.

Handebol- É um esporte coletivo que envolve passes com a bola e arremessos ao gol do adversário com as mãos. Durante as aulas, procuraremos trabalhar elementos técnico-táticos da modalidade, priorizando uma metodologia mais lúdica e recreativa, com os aspectos cooperativos prevalecendo aos competitivos.

Voleibol- Chamado frequentemente no Brasil de vôlei, é um desporto praticado numa quadra dividida em duas partes por uma rede, possuindo duas equipes, uma em cada lado. Durante as aulas, procuraremos trabalhar elementos técnico-táticos da modalidade, priorizando uma metodologia mais lúdica e recreativa, com os aspectos cooperativos prevalecendo aos competitivos.

Tênis de Quadra- É um esporte disputado em quadras geralmente abertas e de superfícies sintéticas, cimento, saibro ou relva. A quadra é dividida em duas meias quadras por uma rede e o objetivo do jogo é rebater uma pequena bola para além da rede (para a meia quadra adversária) com ajuda de uma raquete. O objetivo da modalidade no PEL é trabalhar os fundamentos básicos do jogo, priorizando uma metodologia mais lúdica e recreativa, com os aspectos cooperativos prevalecendo aos competitivos.

Corrida/Caminhada- O objetivo das atividades é trabalhar técnicas de corrida e caminhada ainda como uma forma de escapar ao estresse e sedentarismo do dia a dia, permitindo ao mesmo tempo um maior conhecimento de si mesmo, priorizando uma metodologia mais lúdica e recreativa, com os aspectos cooperativos prevalecendo aos competitivos.

Danças- É uma modalidade aeróbica de dança oferecida aos alunos, que mistura coreografias motivantes e simples, misturando vários ritmos como axé, funk, sertanejo, forró, salsa, hip hop, danças latinas, entre outros. Através dela é possível desenvolver a psico/sócio/afetivo-motricidade, evoluindo nas questões de saúde e de qualidade de vida de quem pratica, além de desenvolver uma consciência e expressão corporal de forma lúdica através da música.

Funcional- É uma classificação do exercício que envolve treinar o corpo para as atividades realizadas no cotidiano. Exercícios funcionais são os movimentos naturais do ser humano, como correr, puxar, agachar, pular e empurrar.

Ginástica Artística- Também conhecida no Brasil como ginástica olímpica é uma das modalidades da ginástica. Durante as aulas, procuraremos trabalhar elementos técnicos e expressões artísticas da modalidade, priorizando uma metodologia mais lúdica e recreativa, com os aspectos cooperativos prevalecendo aos competitivos.

Natação- Durante as aulas, procuraremos trabalhar elementos técnicos da modalidade, priorizando uma metodologia mais lúdica e recreativa, com os aspectos cooperativos prevalecendo aos competitivos.

Jiu-Jitsu- É uma arte marcial que utiliza tanto técnicas de golpes de alavancas, torções e pressões para derrubar e dominar um oponente. Durante as aulas, procuraremos trabalhar elementos técnico-táticos da modalidade com os aspectos cooperativos prevalecendo aos competitivos.

Judô- É uma arte marcial, praticada como esporte de combate. Os seus principais objetivos são fortalecer o físico, a mente e o espírito de forma integrada, além de desenvolver técnicas de defesa pessoal. Durante as aulas, procuraremos trabalhar elementos técnico-táticos da modalidade com os aspectos cooperativos prevalecendo aos competitivos.

Pilates Solo- É uma modalidade que se baseia em exercícios sem o uso de aparelhos, assim, depende única e exclusivamente da força do corpo para realizar os exercícios. Tem a utilidade de combinar a respiração com os movimentos do corpo. Os exercícios desenvolvem os músculos mais profundos, principalmente do abdome e das costas, proporcionando uma melhor postura.

Xadrez- Xadrez é um esporte, também considerado uma arte e uma ciência. Pode ser classificado como um jogo de tabuleiro de natureza recreativa ou competitiva para dois jogadores. Durante as aulas do PEL, procuraremos priorizar os aspectos lúdicos.

Yoga- É um conceito, uma filosofia que trabalha o corpo e a mente. A Yoga trabalha as emoções, auxilia as pessoas a agir de acordo com seus pensamentos e sentimentos, além de trazer um profundo relaxamento, concentração, tranquilidade mental, fortalecimento do corpo físico e o desenvolvimento da flexibilidade.

Literatura- As aulas de literatura pretendem fazer com que os alunos possam expressar sentimentos, sensações, emoções, com imaginação e criatividade, além de se manifestarem, individualmente e/ou coletivamente, sob formas, gêneros e estilos diversos. Já as aulas de artes pretendem contribuir para o desenvolvimento do equilíbrio emocional, do pensamento crítico, do corpo e da mente através de jogos teatrais e técnicas, tendo como resultado apresentações com temas educativos e com textos literários que colaborem com o desenvolvimento artístico dos participantes.

Música- As aulas pretendem despertar o interesse e o gosto pela música, possibilitando o conhecimento e reconhecimento dos diferentes ritmos e sons, harmonia, ampliação do repertório musical, valorização da música popular brasileira e inclusão social.

Teatro- As aulas de teatro pretendem contribuir para o desenvolvimento do equilíbrio emocional, do pensamento crítico, do corpo e da mente através de jogos teatrais e técnicas, tendo como resultado apresentações com temas educativos e com textos literários que colaborem com o desenvolvimento artístico dos participantes.

Capoeira- A capoeira é uma representação cultural que mistura esporte, luta, dança, cultura popular, música e brincadeira. Caracteriza-se por movimentos nos quais são utilizados os pés, as mãos e elementos ginástico-acrobáticos. A prática da capoeira trabalha a coordenação motora, aprimora a flexibilidade, equilíbrio e destreza, alivia as tensões do dia a dia, proporciona criatividade e liberdade de movimentos.

Boxe- O boxe ou pugilismo é um esporte de combate, no qual os lutadores usam apenas os punhos, tanto para a defesa, quanto para o ataque. Durante as aulas, procuraremos trabalhar elementos técnico-táticos da modalidade com os aspectos cooperativos prevalecendo aos competitivos.

Desenho- A oficina de desenho propõe uma exploração da estrutura e construção de um desenho sem focar no resultado final, entendendo a importância dos conceitos básicos e seus fundamentos. As aulas têm como objetivos: orientar o olhar dos alunos, incentivando o entendimento das formas na representação gráfica através da observação; explorar a estrutura e a construção do desenho; entender a importância dos conceitos básicos e os fundamentos do desenho.

Labirinto: Práticas Corporais/Expressivas- As atividades se desenvolvem com base na: consciência na respiração, escuta de si, gestualidade e movimento, expressão e elaboração de sentidos e tem como seus objetivos: promover práticas que possibilitem a ativação do corpo através de objetos relacionais; sensibilizar as percepções provocando o caminho: sentir-perceber-criar e suas relações com a coletividade; desenvolver a escuta do corpo e narrativas sobre a experiência desse corpo no mundo; promover interações entre artes visuais, performance e literatura; pensar os processos de criação como caminhos para escuta de si.

ANEXO V

QUESTIONÁRIO DE PRONTIDÃO PARA ATIVIDADE FÍSICA

Este Questionário tem por objetivo identificar a necessidade de avaliação por um médico antes do início ou do aumento de nível da atividade física. Por favor, assinale "**sim**" ou "**não**" às seguintes perguntas:

- 1) Algum médico já disse que você possui algum problema de coração ou pressão arterial, e que somente deveria realizar atividade física supervisionado por profissionais de saúde? () Sim () Não
- 2) Você sente dores no peito quando pratica atividade física? () Sim () Não
- 3) No último mês, você sentiu dores no peito ao praticar atividade física? () Sim () Não
- 4) Você apresenta algum desequilíbrio devido à tontura e/ou perda momentânea da consciência? () Sim () Não
- 5) Você possui algum problema ósseo ou articular, que pode ser afetado ou agravado pela atividade física? () Sim () Não
- 6) Você toma atualmente algum tipo de medicação de uso contínuo? () Sim () Não
- 7) Você realiza algum tipo de tratamento médico para pressão arterial ou problemas cardíacos? () Sim () Não
- 8) Você realiza algum tratamento médico contínuo, que possa ser afetado ou prejudicado com a atividade física? () Sim () Não
- 9) Você já se submeteu a algum tipo de cirurgia, que comprometa de alguma forma a atividade física? () Sim () Não
- 10) Sabe de alguma outra razão pela qual a atividade física possa eventualmente comprometer sua saúde? () Sim () Não

TERMO DE RESPONSABILIDADE PARA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA

Declaro que estou ciente de que é recomendável conversar com um médico, antes de iniciar ou aumentar o nível de atividade física pretendido, assumindo plena responsabilidade pela realização de qualquer atividade física sem o atendimento desta recomendação.

(Local e Data)

(Nome Completo)