

**FORMULÁRIO-SÍNTESE DA PROPOSTA - ProEXT  
EDITAL**

Uso exclusivo da Pró-Reitoria (Decanato) de Extensão

<b>PROCESSO Número:</b>
<b>ProEXT Número: 730.2.1847.10042014</b>

**PARTE I - IDENTIFICAÇÃO**

**TÍTULO: Programa Vida Ativa: O Esporte e o Lazer como promoção da saúde e qualidade de vida do idoso nas cidades de PetrolinaPE e JuazeiroBA**

**TIPO DA PROPOSTA:**

Programa  Projeto

**COORDENADOR: Marcelo de Maio Nascimento**

**E-MAIL:**

**FONE/CONTATO:**

Texto de impressão não definido

## FORMULÁRIO DE CADASTRO DE PROGRAMA DE EXTENSÃO

Uso exclusivo da Pró-Reitoria (Decanato) de Extensão

<b>PROCESSO Número:</b>
<b>ProEXT Número: 730.2.1847.10042014</b>

---

### 1. Introdução

---

#### 1.1 Identificação da Ação

**Título:** Programa Vida Ativa: O Esporte e o Lazer como promoção da saúde e qualidade de vida do idoso nas cidades de PetrolinaPE e JuazeiroBA

**Coordenador:** Marcelo de Maio Nascimento / Outro

**Tipo da Ação:** Programa

**Ações Vinculadas:** Não existem ações vinculadas

**Edital:**

**Faixa de Valor:**

**Instituição:** UNIVASF - FUNDAÇÃO UNIVERSIDADE FEDERAL DO VALE DO SÃO FRANCISCO

**Unidade Geral:**

**Unidade de Origem:**

**Início Previsto:** 01/01/2015

**Término Previsto:** 31/12/2016

**Possui Recurso Financeiro:** Sim

**Gestor:** Marcelo de Maio Nascimento / Outro

**Órgão Financeiro:**

#### 1.2 Detalhes da Proposta

**Carga Horária Total da Ação:** 3948 horas

**Justificativa da Carga Horária:** As atividades de Extensão serão compostas por 8 Linhas específicas para a atividade física (Esporte e Lazer); cada uma delas oferecerá semanalmente 3 horas aulas, o que representa

uma carga horaria de 2304 horas, em dois anos Os ciclos de palestras e dinâmicas interdisciplinares oferecidos pelos Colegiados de Enfermagem, Farmácia, Medicina, Artes Visuais, Psicologia e Nutrição terão a periodicidade semanal de 12 horas aula, o que representa uma carga horaria de 1152 horas, no período de dois anos A disciplina do Núcleo Temático do Colegiado de Educação Física, o qual estará vinculado ao programa é oferecido uma vez por ano, apresentando 120 horas, o que representa uma carga horaria de 240 horas no período de dois anos O grupo de estudos interdisciplinar do Esporte e Lazer para o Idoso apresentará 192 horas, no período de dois anos Por fim, 60 horas serão destinadas a atividades formativas em eventos específicos que serão realizados ao longo do projeto, envolvendo colaboradores de outras instituições de ensino e serviço, no intuito de qualificar ainda mais o grupo de trabalho, bem como fortalecer a rede de estudos, pesquisas e extensão na área

<b>Periodicidade:</b>	Permanente/Semanal
<b>A Ação é Curricular?</b>	Sim
<b>Abrangência:</b>	Municipal
<b>Município Abrangido:</b>	Petrolina - Pernambuco
<b>Tem Limite de Vagas?</b>	Sim
<b>Número de Vagas:</b>	450
<b>Local de Realização:</b>	Atividades de Extensão: - Pilates e alongamento: as aulas serão realizadas na sala de ginástica do Colegiado de Educação Física da Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF), em PetrolinaPE Infraestrutura: sala com 160 metros quadrados, espelhos, 60 colchonetes, 40 bolas suíças, climatizada, além de bebedouros nos corredores do prédio, banheiros/vestiários. Também há uma rampa de acesso para portadores de necessidade. As atividades também poderão ser ofertadas no Parque Josefa Coelho, localizado à 100 metros da IES. Em Juazeiro-BA, elas serão ofertadas na lagoa do Kalú, local de lazer da população; - Esportes de raquete: as atividades de tênis de mesa e badminton serão desenvolvidas na sala de ginástica do Colegiado de Educação Física da UNIVASF em Petrolina-PE. Já o tênis, terá como local uma quadra do Parque Municipal Josefa Coelho, locado a 100 metros desta instituição. No segundo ano de realização do programa, em, as três modalidades serão estendidas a grupos de idosos externos a IES, nas cidades de Juazeiro-BA e Petrolina-PE, levando-se em consideração a adequação do ambiente; - Natação e Hidroginástica: serão desenvolvidas na piscina (semiolímpica) do Colegiado de Educação Física da UNIVASF, em Petrolina-PE, a qual possui rampa de acesso para portadores de necessidade. No prédio, ao lado da piscina, há vestiários, banheiros e bebedouros. AS atividades aquáticas serão oferecidas unicamente no complexo da IES durante o biênio 2015-2016, visto a necessidade da infraestrutura;

- Defesa pessoal: as atividades serão oferecidas, durante o ano de 2015, na sala de Lutas do Colegiado de Educação Física da UNIVASF, em Petrolina-PE. Infraestrutura: 60 metros quadrados, coberta por Tatame. A partir de 2016, elas serão oferecidas a grupos externos a IES (Terceira Idade), locados nos Municípios de Juazeiro-BA e Petrolina-PE, levando-se em consideração a adequação do ambiente;
- Corrida orientada e caminhada: Essas atividades serão oferecidas no Parque Josefa Coelho, localizado a 100 metros da IES. O Parque possui um trajeto de 1500 metros, específico para a corrida e caminhada, é arborizado, conta com bebedouros e 03 quiosques, específicos, para a prática de exercícios físicos. Além de uma academia, ao ar livre, com aparelhos funcionais fixos. Em Juazeiro-BA, as atividades serão oferecidas na lagoa do Kalú, local de lazer da população;
- Avaliações físicas: Elas serão realizadas no Laboratório de Fisiologia do Exercício, o qual possui metragem de 60 metros quadrados, infraestrutura, momentânea, parcial de materiais;
- Os ciclos de palestras de saúde integral em caráter interdisciplinar (Colegiados de Enfermagem, Medicina, Farmácia, Psicologia) terão como sede o Laboratório de "Educação, Cultura e Movimento", locado nas dependências do Colegiado de Educação Física da UNIVASF, e no laboratório de computação, Petrolina-PE. Infraestrutura: sala com 40 metros quadrados, cadeiras e mesas, climatizada, e uma losa fixa na parede, além de bebedouros nos corredores do prédio, banheiros/vestiários. No segundo ano de realização do programa, 2016, as palestras serão estendidas a grupos externos a IES, idosos integrantes de grupos de convivência e de atividade física das cidades de Juazeiro-BA e Petrolina-PE, levando-se em consideração a adequação do ambiente.
- As atividades de inclusão cultural e digital e expressão (Colegiado de Artes Visuais), que fazem parte das dinâmicas interdisciplinares também serão desenvolvidas no laboratório de "Educação, Cultura e Movimento", locado nas dependências do Colegiado de Educação Física da UNIVASF e no laboratório de computação, ambos em Petrolina-PE. A partir de 2016, essas atividades serão ofertadas em ambientes externos a IES, junto a grupos de atividade física para idosos e, ou grupos de convivência, localizados nas cidades de Juazeiro-BA e Petrolina-PE, levando-se em consideração a adequação do ambiente;
- Atividades de Ensino e o grupo de Estudos "Vida Ativa": ocorrerão nas salas de aula da Universidade Federal do Vale do São Francisco em Petrolina-PE;
- Atividades de Pesquisa: serão realizadas nos laboratórios de Fisiologia e Biomecânica do colegiado de Educação Física, onde há os equipamentos necessários e infraestrutura para o desenvolvimento das investigações, também no laboratório de "Educação, Cultura e Movimento" da Universidade Federal do Vale do São Francisco, em Petrolina-PE. Nessa perspectiva, se adotará a metodologia de pesquisa-ação. De tal forma, as ações acontecerão em contato direto com os grupos de

atividade física e convivência da Terceira Idade nas cidades de Juazeiro-BA e Petrolina-PE;

- Eventos formativos: o local de realização irá depender do número de pessoas envolvidas na ação: até 50 pessoas, será nas salas de aula do Colegiado de Educação Física, em Petrolina-PE. Até 250 pessoas, auditório da Biblioteca, Petrolina-PE. Acima de 250 até 1500 pessoas, há possibilidade de uso do Centro de Convenções "Multievento", UNIVASF/Juazeiro-BA.

**Período de Realização:**

O período de realização de todas as atividades deste programa será do dia primeiro de janeiro de 2015 a trinta e um de dezembro de 2016. As atividades de Extensão, aulas de hidroginástica, alongamento, dança, Pilates, esportes de raquete, defesa pessoal, natação serão oferecidas no turno da manhã e tarde. Já a corrida orientada, considerando a média de temperatura da região (35°-42° C.) será oferecido no turno da tarde e noite. O grupo de estudos interdisciplinar do Esporte e Lazer para o Idoso (Vida Ativa) terá um encontro semanal no período da tarde. As atividades de ensino ocorrerão, em conformidade com o período de aula dos alunos, à noite. Os eventos formativos serão oferecidos durante a semana e finais de semana.

**Tem Inscrição?**

Sim

**Início das Inscrições:**

01/01/2015

**Término das Inscrições:**

31/12/2016

**Contato para Inscrição:**

Universidade Federal do Vale do São Francisco  
Colegiado de Educação Física  
Av José de Sá Maniçoba S/N  
56304917 Centro, Petrolina, PE Brasil  
Tel: +55/87 21 01 68 56  
Email:cefis@univasfedubr

**Tem Custo de Insc./Mensalidade?**

Não

### 1.3 Público-Alvo

Há prioritariamente três públicos:

- Idosos em idade entre 60-85 anos, fisicamente independentes, residentes nas cidades de Petrolina-PE e Juazeiro-BA;
- Estudantes de graduação da UNIVASF oriundos dos cursos de Educação Física, Medicina, Enfermagem, Psicologia, Farmácia, Artes Visuais e Administração;
- Profissionais das áreas do Esporte e Lazer, bem como de áreas afins da Saúde e Educação dos Municípios de Juazeiro-BA e Petrolina-PE.

Beneficiados indiretamente:

- A comunidade acadêmica da UNIVASF;
- Gestores públicos das áreas do Esporte, Lazer e Saúde dos Municípios de Juazeiro-BA e Petrolina-PE;
- Familiares de idosos participantes de grupos de atividade física e, ou grupos de convivência das cidades de Petrolina-PE;
- A comunidade idosa que ainda não participa de programas de Atividade Física nos Municípios de Juazeiro-BA e Petrolina-PE

Número Estimado de Público: 1433

Discriminar Público-Alvo:

	A	B	C	D	E	Total
Público Interno da Universidade/Instituto	13	400	1	2	1	417
Instituições Governamentais Federais	2	450	1	2	0	455
Instituições Governamentais Estaduais	0	0	0	0	0	0
Instituições Governamentais Municipais	2	100	0	1	0	103
Organizações de Iniciativa Privada	0	0	0	0	0	0
Movimentos Sociais	0	0	0	0	0	0
Organizações Não-Governamentais (ONGs/OSCIPs)	0	0	0	0	0	0
Organizações Sindicais	0	0	0	0	0	0
Grupos Comunitários	0	0	0	0	8	8
Outros	0	0	0	0	450	450
<b>Total</b>	<b>17</b>	<b>950</b>	<b>2</b>	<b>5</b>	<b>459</b>	<b>1.433</b>

Legenda:  
(A) Docente  
(B) Discentes de Graduação  
(C) Discentes de Pós-Graduação  
(D) Técnico Administrativo  
(E) Outro

#### 1.4 Parcerias

Nome	Sigla	Parceria	Tipo de Instituição/IPES	Participação
Colegiado de Farmácia da UNIVASF	CFAR/ UNIVA SF	Interna à IES	UNIVASF	Parceira no planejamento e execução das ações gerais do Programa, bem como na coordenação do ciclo de palestras e ações específicas sobre o uso de medicamentos e efeito de substâncias à promoção da saúde e qualidade de vida. Assessoramento de eventos de formação e pesquisa, participação no livro 'Vida Ativa'.

Colegiado de Medicina da UNIVASF	CMED/ UNIVASF	Interna à IES	UNIVASF	Parceira no planejamento e execução das ações gerais do Programa, bem como na coordenação do ciclo de palestras e dinâmicas de saúde geral, também ações específicas com foco na Homeopatia. Assessoramento de eventos de formação e pesquisa, participação no livro 'Vida Ativa'.
Colegiado de Educação Física da UNIVASF	CEFIS	Interna à IES	UNIVASF	Coordenação Geral do Programa, planejamento e execução de ações específicas na área do "Esporte e Lazer", organização geral de eventos e publicações. Local de realização das modalidades de Esporte e Lazer, ciclos de Palestras e Atividades de inclusão cultural e digital.

<p>Escola Superior de Educação Física de Colônia/Alemanha</p>	<p>SPOHO</p>	<p>Externa à IES</p>	<p>Outros</p>	<p>Suporte técnico junto a organização e execução das atividades práticas (modalidades de esporte e lazer), com especificidade para a saúde e qualidade de vida do idoso</p> <p>Parceria no âmbito da pesquisa (avaliação do controle da postura corporal/equilíbrio de idosos, e considerações biomorfológicas do idoso)</p> <p>Participação em eventos de formação e capacitação na região, também de coordenadores e bolsistas do Programa, assim como de alunos de graduação das disciplinas do Núcleo Temático, Fisiologia do exercício, Ginástica e Biomecânica</p> <p>Participação na organização do Livro Vida Ativa</p>
<p>Universidade Federal da Bahia</p>	<p>UFBA</p>	<p>Externa à IES</p>	<p>Instituição Governamental Federal</p>	<p>Auxílio técnico para o planejamento, execução e mobilização de discentes nos eventos formativos e publicação do Livro "Vida Ativa", com foco no Esporte e Lazer (Atividade Física) à ampliação da Saúde do Idosos em sentido Interdisciplinar.</p>

<p>Colegiado de Artes Visuais da UNIVASF</p>	<p>CARTE S/UNIV ASF</p>	<p>Interna à IES</p>	<p>UNIVASF</p>	<p>Envolvimento de dois professores e estudantes Parceira no planejamento e execução das ações gerais do Programa, bem como na coordenação de dinâmicas de criatividade e expressão dos idosos, além de aulas de informática e produção de vídeos sobre as atividades do programa Também a criação de um site próprio do Programa Vida Ativa. Assessoramento de eventos de formação e pesquisa, participação no livro 'Vida Ativa'.</p>
<p>Colegiado de Enfermagem da UNIVASF</p>	<p>CENF/ UNIVA SF</p>	<p>Interna à IES</p>	<p>UNIVASF</p>	<p>Envolvimento de estudantes Parceira no planejamento e execução das ações gerais do Programa, bem como na coordenação do ciclo de palestras e ações específicas sobre saúde, cuidado, atenção e qualidade de vida no envelhecimento ativo. Assessoramento de eventos de formação e pesquisa, participação no livro 'Vida Ativa'.</p>

<p>Colegiado de Psicologia da UNIVASF</p>	<p>CPSI/UNIVASF</p>	<p>Interna à IES</p>	<p>UNIVASF</p>	<p>Envolvimento de dois professores e estudantes em ações Parceira no Planejamento e execução das ações gerais do Programa, bem como coordenação dos ciclos de palestras e dinâmicas Psicossociais e de Bioenergética. Assessoramento de eventos de formação e pesquisa, participação no livro 'Vida Ativa'.</p>
<p>Colegiado de Administração da UNIVASF</p>	<p>CADM</p>	<p>Interna à IES</p>	<p>UNIVASF</p>	<p>Participação em Atividades de comunicação e fortalecimento da rede : Assessoramento do coordenador do programa "Vida Ativa" para a facilitação da interlocução entre este e os coordenadores das Linhas temáticas; Assessoramento no Planejamento e Organização de Eventos formativos; Assessoramento na Comunicação do programa "Vida Ativa" com órgãos e setores públicos das áreas do Esporte &amp; Lazer; Assessoramento no estabelecimento do contato do Programa "Vida Ativa" com grupos da Terceira Idade em caráter municipal, regional, nacional e internacional; e, Assessoramento à organização de publicações técnicas e científicas.</p>

Université du Québec à Trois-Rivières	UQTR	Externa à IES	Instituição Governamental Federal	Desenvolvimento de pesquisas ligadas à área da psicologia e da psicologia do esporte com ênfase no idoso, aspectos motivacionais que levam o idoso a prática da atividade física, bem como a desistência da participação em grupos de Terceira Idade, principalmente do gênero masculino. Capacitação de estudantes da área de psicologia e Educação Física na construção, validação e aplicação de testes e escalas psicométricas, específicas para o Esporte e Lazer. Participação em eventos de formação em caráter regional e nacional, e no livro 'Vida Ativa'.
Prefeitura Municipal de Petrolina-PE	PMPET RO	Externa à IES	Instituição Governamental Municipal	Apoio logístico, cessão de espaço para a execução de modalidades esportivas e de lazer: Parque Josefa Coelho. Parceria para o diálogo com grupos da Terceira Idade, AMEs e Agentes de Saúde.

### 1.5 Caracterização da Ação

**Área de Conhecimento:**

Ciências da Saúde > Educação Física

**Linha Temática:**

4.13 Linha Temática 13: Esporte e Lazer

**Subtema 1:**

4.13.1 Esporte e lazer

### 1.6 Descrição da Ação

**Resumo da Proposta:**

O Programa "Vida Ativa: O Esporte e o Lazer como promoção da saúde e qualidade de vida do

idoso nas cidades de Petrolina-PE e Juazeiro-BA", visa consolidar ações que promovam a prática da atividade física junto à população idosa (60-85 anos). O Programa oferecerá oito modalidades de Esporte e Lazer (Pilates, alongamento, dança, natação, hidroginástica, esportes de raquete, caminhada/corrida orientada e lutas/defesa pessoal), sob a responsabilidade de discentes e professores do Colegiado de Educação Física da Universidade Federal do Vale do São Francisco, localizada em Petrolina-PE. Contudo, considerando a "pluralidade" intrínseca ao processo do envelhecimento - aspectos orgânicos, funcionais e psicossociais -, optou-se por uma metodologia interdisciplinar, a qual integrará o Esporte e o Lazer a ciclos de palestras de saúde integral, dinâmicas psicossociais e atividades de inclusão cultural, digital e expressão, sob a orientação de professores e alunos dos Colegiados de Medicina, Farmácia, Psicologia, Enfermagem e Artes Visuais. As atividades de organização do pessoal, registro de alunos, contato com instituições e órgãos governamentais e eventos formativos terá a participação do Colegiado de Administração desta IES. As ações serão desenvolvidas no período da manhã, tarde e noite tanto nas dependências do Colegiado de Educação Física da UNIVASF, como em parques municipais. As atividades de Extensão estarão inter-relacionadas à determinadas disciplinas das grades curriculares dos cursos. Um grupo de estudo com ênfase em temáticas específicas do Esporte e Lazer, com foco no envelhecimento em caráter interdisciplinar será fundado, o qual determinará as pesquisas do programa.

#### **Palavras-Chave:**

Esporte, Lazer, Idoso, Interdisciplinaridade

#### **Informações Relevantes para Avaliação da Proposta:**

Consideramos que existam cinco tópicos relevantes para a avaliação do Programa "Vida Ativa":

a) o compromisso já firmado pelo Colegiado de Educação Física da UNIVASF com a população idosa local, já estabelecido mediante a participação no Edital PROEXT/2013; b) a inserção da presente proposta com disciplinas das grades curriculares (PPC) dos cursos da UNIVASF; c1) a carência na região do Médio São Francisco de atividades esportivas e de lazer, principalmente, com foco na população idosa; c2) a carência de profissionais qualificados na área da Educação Física para o tratamento das demandas do idoso; c3) e, também um número reduzido de eventos técnicos e científicos específicos para a população idosa nas cidades de Petrolina-PE e Juazeiro-BA; d) os benefícios da atividade física (Esporte e Lazer) para a saúde e qualidade de vida da pessoa idosa; e, e) associação de ciclo de palestras de saúde integral e dinâmicas de inclusão cultural, digital e expressão para os idosos.

a) As ações do Programa "Vida Ativa" irão dar continuidade ao Projeto de Extensão intitulado como "Saúde e Qualidade de Vida do Idoso: A atividade física como promoção do Bem-Estar na terceira idade", o qual compõe uma das linhas temáticas do Programa INTEGRAR/PROEXT/2013, oferecido pelo Colegiado de Psicologia da UNIVASF. As atividades deste projeto incluíram aulas do método Pilates, monitoradas por alunos de Educação Física, direcionadas a um grupo de 30 idosos (60 a 69 anos); tal iniciativa, encontra-se ativa até hoje, todavia é desenvolvida por alunos voluntários. A metodologia aplicada é interdisciplinar, associando o Pilates a ciclos de palestras na área da saúde integral, ministradas por alunas dos cursos de Medicina e Psicologia, recebendo apoio de quatro alunas colaboradoras do curso de Nutrição da Universidade de Pernambuco (UPE-Petrolina). Em 2013, o projeto contou com o financiamento de duas bolsas do PROEXT/2013, apresentando resultados no campo da Pesquisa: participação no IV-CEFIVASF (IV Congresso de Educação Física do Vale do São Francisco), um capítulo no livro do próprio Projeto Integrar; desenvolvimento do TCC da aluna bolsista, curso de Psicologia UNIVASF; e, submissão de um artigo à "Revista de Estudos Interdisciplinares do Envelhecimento". Prontamente, a metodologia já desenvolvida, associada ao extenso contingente de experiências interdisciplinares somadas em 2013, e agora em 2014, irão auxiliar a fundamentação do planejamento, execução e avaliação das ações extensionistas do programa "Vida Ativa" no biênio 2015-2016.

b) Considerando que o Programa de Extensão "Vida Ativa" busca fortalecer ações curriculares

do Colegiado de Educação Física, está previsto associar suas ações a determinadas disciplinas curriculares de 60 horas como: Ginástica, Natação, Esportes de Raquete, Hidroginástica, Lutas, Dança, Anatomia, Fisiologia do Exercício e de Doenças Crônicas Degenerativas. Tal mediada irá capacitar, ainda mais, tais disciplinas, uma vez que os docentes das mesmas irão coordenar os grupos de Esporte e Lazer do programa. Outra disciplina que estará articulada ao programa "Vida Ativa" será a disciplina de caráter interdisciplinar intitulada como Núcleo Temático. O Núcleo Temático consiste em um componente curricular institucional transdisciplinar de 120 horas, o qual dialoga com o ensino, a pesquisa e a extensão nesta IES. Sua proposta tem por fim integrar alunos e professores de "diferentes cursos" de graduação a se posicionem enquanto agentes críticos, estabelecendo diálogos com atores externos à universidade. De tal modo, ele potencializa o ensino: ampliando o ambiente de formação por meio da permuta entre atores de diversos cursos. Atividades de inclusão cultural, digital e expressão serão coordenadas por dois professores do Colegiado de Artes Visuais. Essas atividades estarão, por exemplo, inter-relacionadas as disciplinas de Práticas de Ensino das Artes Visuais III, a qual tem como objetivo a formação de Arte/Educadores para atuarem em espaços de Educação "não-formal". Outro exemplo, consiste no desenvolvimento da logomarca do Programa e do "webdesign", o qual será confeccionado pelos próprios alunos deste Colegiado. Assim sendo, as atividades estarão vinculadas ao ensino e pesquisa por meio da disciplina de Computação Gráfica e Fundamentos do Design Gráfico.

\* Com a finalidade de comprovar o caráter interdisciplinar curricular desta proposta, estamos anexando o fluxograma de disciplinas (PPC) dos demais Colegiados da UNIVASF envolvidos no Programa "Vida Ativa". Salientamos que todos preveem o Núcleo Temático como componente curricular entre o 4º e 8º período (Psicologia, Ciências Farmacêuticas, Educação Física, Medicina, Artes Visuais, Administração e Enfermagem). Do mesmo modo, também anexamos às normas gerais de Ensino da Graduação, atentamos para a seção V deste documento, a qual se refere especificamente ao Núcleo Temático, confirmando a importância pedagógica desta disciplina em nossa IES.

c) A formação acadêmica de profissionais de Educação Física na região do Médio São Francisco ganhou ênfase com a implantação da UNIVASF. Em 2009 foi criado o curso de Bacharelado, e em 2010 de Licenciatura. De tal forma, ainda hoje, existe uma carência de profissionais e eventos que priorizem não só a Educação Física, de forma geral, mas, igualmente, a saúde da pessoa idosa. Nesse sentido, com exceção do SESC-Petrolina, e alguns grupos comunitários na periferia dos Municípios vizinhos de Petrolina-PE e Juazeiro-BA, há carência de profissionais, espaço físico para a prática do Esporte e Lazer; sem falar dos recursos materiais.

d) Considerando tal fato, e acrescentando as constatações, de que, no Brasil/mundo, necessitamos de ações de incentivo à prática da atividade física específicas à população idosa (NÓBREGA et al., 1999; SHEPARD, 2003; MATSUDO, 2001; MOTA, 2006), torna-se relevante a apreciação desta proposta de Programa. Por intermédio do conjunto de modalidades de Esporte e Lazer aqui programadas, será possível atender um contingente expressivo de idosos nesses Municípios; além de ampliar suas aptidões físicas e funcionais, tão necessárias à resolução de suas Atividades de Vida Diária (AVD). Prontamente, com a prática de exercícios físicos realizados na água, como a hidroginástica e a natação, com a imersão do corpo, existirão benefícios; tais como: aumento do retorno venoso, do fluxo sanguíneo renal, da excreção de sódio e potássio, da diurese, redução da tensão muscular. Aliado ao fato há o ganho da segurança, assim o idoso desenvolve a sensibilidade corporal, diminuindo o medo frente a queda; já que a resistência ao movimento oferecida pela água, concede maior tempo para o ajuste da postura corporal, enquanto o corpo retoma o equilíbrio (CUNHA; CAROMANO, 2003; TEIXEIRA; PEREIRA; ROSSI, 2007). Com o Pilates e exercícios de Alongamentos a cadeia sinérgica muscular do indivíduo idoso é aprimorada, contribuindo à melhora da postura corporal, extensibilidade de músculos, tendões e avanços na amplitude articular (flexibilidade); motivo para evitar dores e contraturas, além de desenvolver o equilíbrio estático e dinâmico (CORIOLANO-APPELL et al., 2012). Segundo Geis (2003), "o idoso deve ter atitudes positivas na vida, e a primeira atitude básica consiste em aprender a ser ele mesmo, aprender consigo mesmo, a conhecer-se de forma como ele é, com suas dimensões reais, espaciais, temporais, corporais, espirituais." Nesse sentido, o ensino e treinamento das técnicas básicas das modalidades

de combate e das Artes Marciais se adequam aos programas direcionados à Terceira Idade, visto que apresentam o caráter estimulante e inovador. A defesa pessoal/Lutas possibilita a vivência corporal diferenciada, ou seja: o aprendizado de padrões motores distintos aqueles já conhecidos por anos, o que irá enriquecer o vocabulário motor do indivíduo idoso. Por meio da extensão das atividades aos parques municipais das duas cidades será possível atingir um grande número de idosos, transmitindo-lhes informações imprescindíveis à promoção da saúde e qualidade de vida.

e) Com a inclusão de ciclo de palestras de saúde integral e dinâmicas de inclusão cultural, digital e expressão no Programa, os idosos entrarão em contato direto em sentido informativo com temáticas do envelhecimento ativo. Nessa idade, o conhecimento sobre tópicos da saúde são essenciais para o ganho de uma boa qualidade de vida, pois muitas vezes, os mesmos são desconhecidos por esta população. O idoso necessita de espaço e tempo para o convívio com outros idosos, também de atenção e cuidado. Assim sendo, as dinâmicas de inclusão cultural, digital e expressão se apresentam como uma forma para integrar o idoso a contemporaneidade, permitindo a ele uso, por exemplo, de novas tecnologias da informação e comunicação (TICs), acessando e acompanhando informações locais, nacionais e internacionais; por uma forma, muitas vezes, até então não compreendida.

Diante desses fatos, acreditamos que esta proposta de Programa de Extensão seja relevante não só para os indivíduos acima de 60 anos de idade, residentes nas duas cidades, mas, igualmente, para o desenvolvimento social, cultural-histórico e econômico da região do Médio São Francisco.

### **1.6.1 Justificativa**

Um interessante ponto a ponderar neste Programa de Extensão consiste no número de habitantes, em idade igual ou superior a 60 anos, residentes nas cidades de Petrolina-PE e Juazeiro-BA. Assim, considerando que Petrolina apresenta o segundo maior índice populacional do estado de Pernambuco, 293.893 habitantes (IBGE, 2010), e sua população idosa é de 9.957 habitantes, o que representa 3,3% da população total; pode-se dizer que a expectativa média de vida nesta cidade - ainda - é baixa.

Em Juazeiro-BA, cidade vizinha a Petrolina, o índice da população idosa é superior, representando 6,3 % de 197.965 habitantes (IBGE, 2010). Diante disso, acreditamos que um possível indicativo para o baixo número de cidadãos acima de 60 anos de idade na região possa estar associado a uma diminuta oferta dos serviços de atenção e cuidado a sua saúde. Tal fato é determinante para um hábito diminuto da prática de exercícios físicos por esta população. Aliado ao fato, ainda, há de se considerar a carência de espaços físicos e profissionais preparados para o trabalho com o idoso. Prontamente, tanto em Juazeiro, como em Petrolina ofertas de Esporte e Lazer à população idosa necessitam ser fortalecidas.

Diante disso, Programas de Atividade Física (PAF) na região se constituem em questão primordial para a promoção da saúde do indivíduo idoso, e da sociedade como um todo. Pois saúde é um direito do cidadão (Decreto nº 1948 de 1996, Política Nacional do Idoso PNI).

A prática regular da atividade física consiste em fator positivo para o aumento da expectativa média de vida, ainda mais quando executada sob a forma regular e orientada (KAROMANO; KERBAUY, 2001, MATSUDO, 2001; BENEDETTI, 2004).

A inatividade da pessoa idosa pode elevar a incidência de doenças crônicas degenerativas, conduzindo à incapacidade funcional precoce. Outra questão associada à inatividade incide no desenvolvimento de problemas psicossociais, dentre eles há o isolamento. De tal forma, a participação de indivíduos idosos em programas de atividade física (PAF), tais como o Programa "Vida Ativa" vem contribuir, a médio e longo prazo, para a transformação de hábitos salutares de vida, mantendo a pessoa por mais tempo funcionalmente capaz de realizar suas atividades de vida diária (AVD).

Considerando, também, que na região do Médio São Francisco, campo de atuação deste programa, haja um número reduzido de profissionais especializados para o monitoramento dessas atividades, justifica-se mais uma vez a necessidade de apoio à proposta. Outro ponto a relevar, incide nos reflexos da prática do Esporte e do Lazer sobre os cenários econômico e social dos Municípios de Juazeiro e Petrolina, e, conseqüentemente, da União. Isto significa dizer, que a efetivação do presente programa implica em apoio às políticas públicas de saúde nacionais.

Finalizando, é importante ressaltar que existe no Colegiado de Educação Física da Universidade Federal do Vale do São Francisco UNIVASF a intensão de formação - em sentido contínuo - de ações direcionadas para o Ensino, Pesquisa e Extensão que articulem conhecimentos sobre o envelhecimento ativo. Com a efetuação do programa "Vida Ativa" teremos a interlocução de discentes, docentes e técnicos do Colegiado de Educação Física com também discentes, docentes, técnicos de outros cinco colegiados desta instituição. Assim, será possível a interlocução de conhecimentos de seis áreas/cursos de formação da UNIVASF (Psicologia, Farmácia, Enfermagem, Medicina, Administração e Artes Visuais). Em sentido externo a IES, a realização do programa "Vida Ativa" fortalecerá a criação de uma rede de informações e, sobretudo, de conhecimentos por intermédio de pesquisas e eventos formativos contando com o apoio de instituições parceiras do âmbito municipal, nacional e, até mesmo, internacional.

### **1.6.2 Fundamentação Teórica**

O embasamento teórico deste Programa de Extensão será exposto em quatro segmentos, os quais se complementam, são eles: o processo do envelhecimento, a interdisciplinaridade, os benefícios da atividade física em idade avançada e as contribuições de programas de atividade física para o idoso no âmbito político e social:

Muitas são as definições para o envelhecimento humano Na literatura especializada, elas não se contradizem, uma vez que são complementares, atestando para o envelhecimento não como um estado da pessoa, mas sim como um processo de vida. De tal forma, há uma diferenciação básica entre "ser idoso" (posição conscientemente assumida pela pessoa sobre este inevitável processo de vida) e um "estar idoso" (condição temporal da pessoa, uma visão externa sobre si própria; resultante, em certos casos, de uma posição indiferente às ações que o tempo exerceu sobre sua condição orgânica e psíquica). Neste contexto, a idade cronológica não é regra para o estabelecimento de uma velhice, visto que encontramos diariamente indivíduos jovens com características típicas de um idoso.

Sendo o envelhecimento um processo, o fator tempo é relevante, exibindo um conjunto de alterações que se manifestam em todos os domínios da vida, as quais irão influenciar sua capacidade de adaptação fisiológica ao ambiente externo (SHEPARD, 2003). O envelhecimento também é determinado pela genética humana, incidindo na suscetibilidade da pessoa a doenças crônicas Nesse sentido, também há de se considerar o estilo de vida adotado pela pessoa, e tudo isso irá determinar o modo como alcançaremos a idade avançada (MAZZEO et al, 1998).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) considera uma série de fatores determinantes do envelhecimento ativo; são eles: o ambiente físico, os serviços sociais e de saúde, aspectos comportamentais, determinantes pessoais, sociais e econômicos. Nessa perspectiva, não é possível atribuir uma ou outra causa direta para o processo, pois todos os fatores interagem entre si, refletindo no envelhecimento de indivíduos e populações. A OMS classifica uma pessoa idosa, como aquela que adentrou a faixa dos 60 anos Já os indícios de uma velhice, o que preconiza o aparecimento ou retardo de sintomas, irá depender de questões biológicas, psíquicas e sociais. De tal modo, nota-se que a questão é multifatorial, denotando, por conseguinte, a necessidade de considerações inter ou transdisciplinares para o seu tratamento.

Atualmente, sabe-se que uma das formas para retardar o processo do envelhecimento ou mesmo de estender os anos de vida, em situação considerável, consiste na prática da atividade física sob a forma regular e orientada. Os benefícios da atividade física em idade avançada, assim como as

desvantagens advindas do sedentarismo são relatados na literatura especializada (LIMA, 2012; VILELA JÚNIOR et al, 2010; MECHLING, NETZ, 2009; SPIRDUSO, 2005), dentre eles destacamos: o ampliação dos níveis de força muscular, também do fluxo sanguíneo, a redução do percentual de gordura e glicose sanguínea, dos níveis da pressão arterial, a manutenção ou melhora da densidade corporal óssea, o desenvolvimento da consciência corporal em sentido a postura, o aprimoramento da extensibilidade dos músculos, dos tendões e da flexibilidade, além dos benefícios para o equilíbrio corporal estático e dinâmico.

O envelhecimento é considerado como um processo, no entanto, ele só pode ser visto como uma conquista real, caso se acrescente "qualidade" aos anos estendidos (VERAS, 2003; 2009). O termo qualidade de vida (QV), até hoje, não é consensual Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), a QV não representa algo estático ou singular, pois consiste em um entendimento particular estabelecido pela percepção de cada indivíduo em relação a aspectos de ordem psicológico, física, sociocultural e, mesmo, espiritual e financeiro, os quais irão definir os posicionamentos adotados na vida. Assim, quando o tema é o cuidado e a atenção à saúde do idoso, devemos contemplar a "pluralidade" do processo intrínseco ao envelhecimento. Por isso, metodologias de trabalho em caráter interdisciplinar se apresentam como um forte aliado ao tratamento da questão (SIQUEIRA et al, 2002 apud SILVA; LÜDORF, 2013).

Abordagens interdisciplinares têm por fim fusionar conhecimentos, disciplinas ou habilidades (MATHISON; FREEAN, 1998). Logo, elas tratam as questões a partir de ações "integradas" e "integradoras". No entanto, há de se atentar que a interdisciplinaridade não denota - simplesmente - o ato de pactuar duas ou mais áreas do conhecimento (KLEIN, 1990; 2001). Mais do que isso, na interdisciplinaridade há a intensão de troca de artifícios e do ganho de conhecimentos e competências entre pessoas do mesmo grupo de trabalho, resultando em progressos na contextualização dos conteúdos e enfoque dos fatos.

Ao longo dos séculos, o desejo e necessidades humanas de conquistas e do desenvolvimento do conhecimento (Ciência) conduziu o processo às especializações, as quais acabaram desfragmentando o saber. Nesse contexto, surge a interdisciplinaridade como uma alternativa de alcance ao desenvolvimento do pensamento que responda pela complexidade que caracteriza o mundo atual e seus desafios (VILELA; MENDES, 2003). Diante disso, ela diz respeito a uma intensa troca e integração de "especialistas" no interior de um mesmo projeto. Sua execução exige percepção, disciplina, sensibilidade, confiança, aceitação de risco, flexibilidade, aprendizagem na diversidade, ou seja: atitude. E, como salientam Vilela; Mendes (2003, 527), ela incide: "(...) na arte de entender e esperar, um desenvolvimento no sentido da criação e da imaginação Interdisciplinaridade não se ensina e nem se aprende, apenas vive-se e exerce-se".

Aprofundando a questão, pode-se dizer que, em geral, propostas, enquanto projetos e, ou programas, apresentam características inter, multi ou transdisciplinares. A diferença básica entre elas se encontra no modo adotado pela interlocução. Prontamente, a interdisciplinaridade comporta em sua identidade uma relação entre disciplinas; tal interlocução resulta em modificações de conteúdos, metodologias e mesmo de conceitos: existindo o ganho recíproco. Em certos casos, passa existir uma dependência entre uma e outra disciplina Já a transdisciplinaridade é vista como um nível superior da interdisciplinaridade (VILELA; MENDES, 2003). Nela os limites entre as disciplinas desaparecem, além de que a cooperação é tão grande que surge uma nova "macrodisciplina" (exemplos dessa ordem podem ser dados pela elaboração de marcos teóricos como a fenomenologia ou o marxismo) A multidisciplinariedade, também é entendida como pluridisciplinariedade, sendo que ambas dizem respeito a justaposição de disciplinas. Contudo, a diferença básica entre elas é de que na multi não exista obrigatoriamente a relação disciplinar, enquanto na pluri as disciplinas se apresentem mais ou menos próximas em seus campos do conhecimento (GATTÁS; FUREGATO, 2006).

Na atualidade, o desejo de um envelhecimento ativo paralelo à senescência incide em desejo da humanidade e meta das políticas públicas de saúde. Nesse sentido, a integração do indivíduo idoso em programas de atividade física (PAF) ou grupos de convivência tem contribuído para que este público amplie sua expectativa média de vida. Os benefícios vão desde o bem-estar físico e mental, como avanços nos âmbitos da autoestima e imagem, e, principalmente, da aceitação do momento em que a pessoa atravessa, implicando assim na aceitação do próprio corpo, ou seja, da

transformação de responsabilidades deste período de vida. Assis (2002) salienta para o desenvolvimento de habilidades, oferecidas pelos grupos da Terceira Idade, em sentido ao suporte para o aprendizado e a manutenção de mecanismos fundamentais para o bem-estar neste período de vida. Segundo Benedetti (1994), ao longo das últimas décadas, instituições políticas e de saúde, assim como associações de ciência vêm afirmando o valor desses grupos e, ou programas: a OMS com o programa "envelhecimento ativo" em 1990; o ACSM American College of Sports Medicine, por exemplo, recomendando o "Active ageing makes the difference" (1999), "The global movement for active ageing and global embrace" (2000, 2001), "Active ageing: a policy framework" (2002). Segundo SALIN (2011), nos últimos anos, tanto na Europa, como nos EUA e no Brasil houve um considerável aumento no número de programas de saúde destinados à população idosa. Em geral, essas iniciativas são regulamentadas por meio de leis, no entanto, nos países em desenvolvimento não há uma garantia de que elas sejam cumpridas. Com a Constituição de 1988 existiram avanços consideráveis na proteção dos direitos do idoso, exemplos disso foi a LAOS Lei Orgânica da Assistência Social (promoção da autonomia e participação social), Lei 8742/93, assim como a 8842/94. Ao longo dos anos tais iniciativas cresceram no âmbito de associações de bairro e Municípios, sendo também muito difundidas pelas IES nacionais.

### 1.6.3 Objetivos

Geral:

Desenvolver e estimular a prática do Esporte e Lazer junto à população idosa nos Municípios de Petrolina-PE e Juazeiro-BA.

Específicos:

- Proporcionar a prática do Esporte e Lazer por meio das seguintes modalidades: dança, alongamento, Pilates, hidroginástica, natação, defesa pessoal, esportes de raquete, caminhada/corrida orientada a 450 indivíduos idosos dos Municípios de Petrolina-PE e Juazeiro-BA;
- Desenvolver e manter os níveis de aptidão física e funcional dos idosos integrantes do programa "Vida Ativa" por meio da atividade física, além de oferecer um controle de seus níveis de desempenho por meio de avaliações funcionais periódicas;
- Ampliar as ações de extensão específicas para a população idosa na Universidade Federal do Vale do São Francisco (Colegiado de Educação Física);
- Divulgar junto aos participantes do programa "Vida Ativa" aspectos relativos ao processo do envelhecimento por meio de ciclos de palestras e dinâmicas de inclusão cultural, digital e expressão, em caráter interdisciplinar;
- Fortalecer no Colegiado de Educação Física/UNIVASF a interlocução entre o ensino, a pesquisa e a extensão;
- Desenvolver na UNIVASF a capacidade de trabalho em equipe por intermédio da associação da prática do Esporte e Lazer (Colegiado de Educação Física), com ciclos de palestras (saúde e qualidade de vida) e intervenções (oficinas de inclusão cultural e digital e grupos focais) oferecidas pelos Colegiados de Medicina, Farmácia, Enfermagem, Psicologia e Artes Visuais, da mesma universidade;
- Estimular discentes, docentes e técnicos da UNIVASF à criação de uma visão interdisciplinar/transdisciplinar a partir de ações integradas e integradoras no ensino, pesquisa e extensão;
- Sistematizar a partir de grupos de trabalho metodologias para o aprimoramento do ensino e a da aprendizagem de modalidades esportivas e de lazer específicas à população idosa na região;
- Desenvolver um sistema de comunicação interna entre os grupos de trabalho formados pelos sete Colegiados da UNIVASF, assim como de comunicação de rede externa, ou seja, entre os Colegiados desta IES e instituições parceiras Municipais (Prefeitura), Nacionais e Internacionais;
- Organizar um livro contendo contribuições relativas às experiências do programa "Vida Ativa" no biênio 2015-2016, contando também com a contribuição de pesquisadores de instituições parceiras;

- Instituir em 2016 um evento específico sobre o "Esporte, Lazer e o Idoso" na Universidade Federal do Vale do São Francisco, com a participação de pesquisadores e instituições externas.

#### 1.6.4 Metodologia e Avaliação

Tendo em consideração as diferentes áreas do conhecimento, cursos, docentes e parceiras envolvidas nesta proposta, para facilitar a apresentação da dinâmica metodológica do Programa optamos por exibi-la em quatro grandes Ações: Ação 1) Atividades de Ensino; Ação 2) Atividades de Extensão; Ação 3) Atividades de Pesquisa; e, Ação 4) Atividades de comunicação e fortalecimento da rede. Salientamos que o conjunto de ações intrínsecas às quatro grandes áreas ocorrerá de forma integrada e contínua, contemplando assim a indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão; tais medidas se encontram pautadas nas referências institucionais da Extensão na UNIVASF.

Ação 1) Atividades de Ensino:

1.1) A interlocução entre as temáticas do envelhecimento e as ações do programa "Vida Ativa" será garantida no Colegiado de Educação Física por meio de 12 disciplinas curriculares, são elas: Ginástica (60 h.), Natação (60 h.), Esportes de Raquete (60 h.), Hidroginástica (60 h.), Lutas (60 h.), Dança (60 h.), Anatomia (60 h.), Fisiologia do Exercício (60 h.), Fisiologia de doenças crônicas e degenerativas (60 h.), Estágio Obrigatório I (135 h.), Estágio Obrigatório II (135 h.) e o Núcleo Temático (120 h.). Partindo do princípio que os próprios docentes dessas disciplinas serão os responsáveis pelas ações de extensão do programa, assegura-se assim a indissociabilidade da proposta com o Ensino. As estratégias serão as seguintes: embasamento teórico, estudo de casos específicos do envelhecimento/idoso, visitação/participação junto aos grupos de modalidades esportivas e do lazer deste Programa; além da participação junto às atividades interdisciplinares (Área II);

- A Interlocução do Colegiado de Artes Visuais com o Programa 'Vida Ativa' ocorrerá por meio das disciplinas de Práticas de Ensino das Artes Visuais III, a qual tem como objetivo a formação de Arte/Educadores para atuarem em espaços de Educação "não-formal". Esta disciplina trabalha Tópicos Especiais no Ensino das Artes Visuais, e é caracterizada pelo estudo de temáticas transversais no Ensino das Artes e da disciplina de Cultura Visual. A disciplinas de Computação Gráfica e Fundamentos do Design Gráfico também terá participação no Programa;

- A interlocução do Colegiado de Enfermagem ocorrerá por meio das disciplinas: de Saúde do Adulto e Idosos I e II, e Práticas do Cuidar em Enfermagem I e II;

- A Interlocução do Colegiado de Farmácia ocorrerá por meio das disciplinas: Farmácia Social, Práticas Farmacêuticas e Fitoterapia;

- A Interlocução do Colegiado de Psicologia ocorrerá por meio das disciplinas: Práticas Integrativas, Processo Grupais e Psicofarmacologia;

- A Interlocução do Colegiado de Medicina ocorrerá por meio das disciplinas: Homeopatia, Saúde do Idoso e Oftalmologia;

- A Interlocução do Colegiado de Administração ocorrerá por meio da disciplinas: Organização e Planejamento Empresarial.

1.2) Criação no Colegiado de Educação Física de um núcleo de estudos interdisciplinar com foco no envelhecimento, o qual terá por fim assegurar o embasamento teórico dos alunos bolsistas, voluntários e colaboradores do programa "Vida Ativa";

1.2.1) O Grupo de Estudos será responsável pelo treinamento dos bolsistas e voluntários do programa, principalmente, no início das atividades (ver cronograma). Assim, durante os primeiros 30-70 dias do ano de 2015 será montada a equipe técnica, materiais serão providenciados, procedimentos administrativos eleitos e divulgados;

1.3) A disciplina do Núcleo Temático (120 horas), oferecida pelo Colegiado de Educação Física é intitulada por "Educação, Cultura e Movimento". O Núcleo consiste em um componente curricular obrigatório para todas as formações da UNIVASF, o qual dialoga com o ensino, a pesquisa e a extensão, sua formação é basicamente multidisciplinar. Assim sendo, ele apresenta um dispositivo estratégico para o acompanhamento e divulgação das ações do programa "Vida Ativa", visto que envolvem docentes, discentes de diferentes áreas do conhecimento desta IES. Atualmente, sua base metodológica procedimental é formada por quatro eixos de estudo: a) Cultura, História e Sociedade; b) Corpo, Movimento, Expressão e Criatividade; c) Corpo, Saúde e Qualidade de Vida; e, d) Esporte, Lazer e Meio Ambiente. Nessa perspectiva, está previsto o diálogo do programa "Vida Ativa" com os quatro eixos do Núcleo Temático; mas também com os Núcleos Temáticos de outros Colegiados da IES;

\*Salientamos que o coordenador desta proposta de Programa também é o coordenador e fundador (ano de 2011) da disciplina do Núcleo Temático, fato que facilitará - ainda mais - a interlocução (planejamento e execução) do Programa "Vida Ativa" com o Núcleo Temático. Além de que neste Núcleo já há a participação de professores dos Colegiados de Psicologia, Medicina, Biologia e Artes Visuais;

1.4) Incorporação de discentes dos Colegiados envolvidos na proposta, matriculados nas disciplinas do TCC I e II, às atividades do programa "Vida Ativa". De tal forma, será possível que ao longo do processo de orientação os alunos entrem em contato direto com a comunidade local, contribuindo - ainda mais - para o fortalecimento da rede de assistência ao idoso na região do Médio São Francisco.

#### Ação 2) Atividades de Extensão:

Este campo destaca as atividades que objetivamente articularão a universidade com a comunidade. As atividades estarão pautadas em duas grandes áreas: I- Esporte e Lazer, e, II- Núcleo Interdisciplinar. Ambas serão compostas por Linhas temáticas. As Linhas serão coordenadas por um professor com qualificação na área foco da ação extensionista, subordinado ao coordenador geral do programa. Ao coordenador cabe a responsabilidade de planejamento, execução e avaliação de sua Linha/grupo, igualmente, o recrutamento e orientação do pessoal (estudantes envolvidos na ação).

Considerando que o envelhecimento humano consiste em um processo de transformações multifatoriais (CANCELA, 2007), optamos em reforçar os procedimentos em caráter interdisciplinar, concedendo o sentido holístico ao programa "Vida Ativa". E, por conseguinte, ampliando e diversificando as ações; além de qualificar a prática do Esporte e Lazer na região. Isto significa dizer, que iremos integrar ciclos de palestras de saúde e dinâmicas de criação, cultura e expressão ao trabalho, organizados por discente e docente da UNIVASF, oriundos das áreas da Enfermagem, Medicina, Farmácia, Psicologia e Artes Visuais. Tais ações serão de 50-60 minutos, e irão anteceder às práticas de Esporte e Lazer. Com isso busca-se: i) que conhecimentos, procedimentos e indivíduos da equipe de trabalho se "auto influenciem"; ii) maior qualificação do serviço, e, conseqüentemente, melhora no enfoque dos fatos, e abrangência dos conteúdos (GATTÁS; FUREGATO, 2006).

#### - Área I (Esporte e Lazer):

Esta área será representada por 8 Linhas/modalidades esportivas (Pilates, Dança, Alongamento, Defesa Pessoal, Esportes de Raquete, Natação, Hidroginástica e Corrida Orientada). Elas serão oferecidas aos idosos segundo considerações: a) faixa etária (60-69 anos ou 70- 85 anos); e, b) grau de aptidão (iniciante, intermediário, avançado). Estima-se para o primeiro ano do projeto (2015) a oferta de 1-2 turmas para cada uma das 8 modalidades. Os encontros serão realizados 3 vezes por semana, compreendendo 60 minutos. A partir de 2016 há previsão de abertura de novas turmas; bem como de que as atividades sejam levadas a ambientes externos à IES.

## 2.1) Metodologia da Área I (Esporte e Lazer):

O programa "Vida Ativa" será divulgado no site da UNIVASF, nos meios de comunicação local e junto às comunidades. Além de se contar com a criação do próprio site do Programa. Os idosos que se interessarem serão inicialmente entrevistados e após isto passarão, obrigatoriamente, por uma avaliação física e funcional.

### 2.1.1) Avaliação funcional:

A elaboração e execução da bateria de testes físicos ficará a cargo de dois alunos bolsistas, orientados pelos docentes das disciplinas de Anatomia, Ginástica, Fisiologia do Exercício e Fisiologia de Doenças Crônicas Degenerativas, contando com o apoio de alunos de graduação, os quais estejam cursando tais disciplinas.

A "American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance" (AAHPERD) propõem uma bateria composta por cinco testes motores que visam avaliar a coordenação motora, resistência de força muscular, agilidade/equilíbrio dinâmico, flexibilidade e resistência aeróbia geral. Os protocolos de cada um dos cinco testes foram descritos por Zago e Gobbi (2003) e utilizarão os seguintes materiais: a) duas fitas-métricas; b) dois rolos de fita adesiva (fita crepe); c) duas cadeiras com braços; d) duas cadeiras sem braços; e) quatro cones; f) seis latas de refrigerante cheias; g) dois pesos (halter) de 1,8 kg; h) dois pesos (halter) de 3,6; b) dois rolos de fita adesiva (fita crepe); c) duas cadeiras com braços; d) duas cadeiras sem braços; e) quatro cones; f) seis latas de refrigerante cheias; g) dois pesos (halter) de 1,8 kg; h) dois pesos (halter) de 3,6kg, e i) seis cronômetros digitais.

\* teste de coordenação: será realizado sobre uma mesa com comprimento mínimo de 80 cm, além de uma cadeira para sentar a (o) participante. Para montagem de duas estações de avaliação será necessário uma mesa com largura adequada e mais uma cadeira.

\* teste de resistência aeróbia: será realizado em lugar plano, a metragem mínima do local para a realização do teste de agilidade/equilíbrio dinâmico é de 4 m de comprimento por 2 m de largura.

- A seguir apresentaremos as 8 diferentes modalidades de Esporte e Lazer que serão oferecidas aos idosos:

### 2.1.2) Alongamento:

As seções seguirão o protocolo de intervenção, composto por oito exercícios de alongamento estático para os principais grupos musculares (músculos flexores e extensores de ombro, cotovelo, quadril e joelho).

A frequência: será de três encontros semanais, com duração aproximada de 60 minutos por sessão.

Procedimentos: Durante a atividade, os (as) participantes são instruídas a realizar o movimento em sua amplitude máxima (início da sensação de desconforto muscular), sem auxílio do facilitador da atividade. Cada exercício será realizado em três séries de 30 segundos, com intervalo de recuperação de 30 segundos entre as séries. O facilitador supervisionará as execuções dos exercícios corrigindo, caso necessário, qualquer procedimento que não esteja no padrão solicitado. Em adição, orientações verbais serão ofertadas, com a finalidade de estímulo a permanência na máxima amplitude durante a realização dos exercícios.

\*A cada quatro semanas haverá a renovação dos exercícios.

Material: colchonetes (já existem na IES), quarenta cordas com 1,5 m de comprimento (material a ser comprado).

\* Os idosos integrantes desta modalidade serão submetidos a uma avaliação física e funcional na admissão do programa e a cada quatro meses.

### 2.1.3) Dança:

A frequência: será de três encontros semanais, com duração aproximada de 60 minutos por sessão.

As ações seguiram a seguinte metodologia:

- aquecimento com atividades lúdicas de integração, e jogos rítmicos;
- seqüências coreográficas simples em duplas e solo;
- apresentação dos resultados ao próprio grupo;
- \* Temas a serem trabalhados por meio da dança:
  - Samba, Forró, Salsa, Tango, Merengue, Lambada, Valsa, Rock in Roll, Twist, Rumba, Jazz e Dança Teatro. Os conteúdos (estilos de dança) serão desenvolvidos sequencialmente em unidades pré-determinadas, segundo a complexidade dos movimentos/ritmos, ao longo dos anos 2015 e 2016.
  - \* Salienta-se que há a intensão da criação de um grupo de apresentação em dança da Terceira Idade. Com esta iniciativa será possível divulgar as iniciativas do próprio Programa "Vida Ativa" nas cidades de Petrolina e Juazeiro em eventos de dança/teatro, incrementando atividades sociais do próprio programa.
  - \* Os idosos integrantes desta modalidade serão submetidos a uma avaliação física e funcional na admissão do programa e a cada quatro meses.

#### 2.1.4) Pilates:

A frequência: será de três encontros semanais, com duração aproximada de 60 minutos por sessão. Os idosos serão divididos em dois grupos segundo a faixa etária: a) 60-69 anos, e, b) 70-85 anos. De tal forma, os exercícios serão programados segundo dois critérios: a) resultados da avaliação física e funcional; e, b) idade. Para que os idosos se adaptem aos fundamentos do método Pilates com segurança e eficiência, optou-se por dividir o programa de exercícios no ano de 2015 em 03 fases, cada fase terá a duração de 04 meses:

- Fase I: exercícios 1-8;
- Fase II: exercícios 1-12;
- Fase III: exercícios 1-16.

Os exercícios Pilates serão os mesmos para os grupos (faixa etárias), o que irá diferencia-los será a intensidade - grau de dificuldade imposto por bolas suíças e diferentes acessórios a serem utilizados nas aulas. No ano de 2016, os exercícios/programa serão reavaliados, e uma nova dinâmica de exercícios construída. Também há a previsão de que novas turmas sejam formadas. Nesse sentido, as experiências didáticas e metodológicas acumuladas em 2015 irão fundamentar as iniciativas do método Pilates em 2016.

\* Os idosos integrantes desta modalidade serão submetidos a uma avaliação física e funcional na admissão do programa e a cada quatro meses.

#### 2.1.5) Corrida/Caminhada orientada:

A frequência: será de três encontros semanais, com duração aproximada de 60 minutos por sessão.

Metodologia: Inicialmente o aluno passará por uma anamnese e testes físicos, os quais serão direcionando a prescrição personalizada de seus treinos, visto que este tipo de atividade física é personalizado. As aulas serão/treinos serão orientados pelo aluno bolsista, sob a supervisão do professor coordenador desta Linha, em grupos de até 6 idosos, o que permitirá um melhor acompanhamento do pessoal: correndo junto e modificando as variáveis do treinamento de caminhada/corrida durante o percurso. Será construída uma ficha para cada aluno, nesta serão anotados os principais resultados e, ou relatos do aluno sobre sua percepção de atividade física. Os alunos receberão um relógio para controle da frequência cardíaca e aproveitamento (tal material ainda será comprado com os recursos deste Edital).

Treinamento: Cada sessão iniciará com exercícios de aquecimento (alongamentos balísticos e instruções técnicas à corrida). As caminhadas consistem em momento tanto de esporte, como de lazer para o idoso, visto que serão feitas em pares/grupos, sendo que a capacidade de dialogar, durante a atividade física, consiste em princípio de controle da intensidade do treinamento. Já os treinos de corrida apresentarão caráter variado, visto que serão construídos de acordo com o princípio da individualidade biológica, da adaptação, da continuidade, da reversibilidade e do próprio objetivo de cada aluno. As técnicas serão: treinos de rodagem, e para os mais capacitados treinos intervalados e treinos de recuperação. Na parte final é realizado o alongamento passivo onde cada aluno é

alongado pelo professor de forma individual.

Local e horários: Tendo em vista os índices de temperatura da região (30°-42°C), essas atividades serão oferecidas à Comunidade idosa no final da tarde, a partir de 17:00 horas. O local de realização das atividades será o Parque Municipal de Petrolina-PE, Josefa Coelho, e no próprio Campus universitário de Petrolina, estacionamento. Já em Juazeiro-BA, o local será a lagoa do Kalú. Nos locais há condições para a caminhada e corrida, existindo bebedouros e áreas parcialmente arborizadas.

#### 2.1.6) Defesa pessoal:

A frequência: será de três encontros semanais, com duração aproximada de 60 minutos por sessão.

Metodologia: As aulas serão agrupadas em quatro módulos de seis meses com a seguinte proposta em relação aos conteúdos abordados:

- Módulo I (2015): Aprendizagem das técnicas de amortecimento de impacto.
- Módulo II (2015): Aprendizagem das técnicas de amortecimento de impacto e noções básicas de boxe e jiu-jitsu sem oposição.
- Módulo III (2016): Treinamento de técnicas de amortecimento de impacto e noções básicas de boxe e jiu-jitsu sem oposição.
- Módulo IV (2016): Aprimoramento das técnicas amortecimento de impacto e noções básicas de boxe e jiu-jitsu com/sem oposição e noções de defesa pessoal urbana.

#### 2.1.7) Esportes de Raquete:

A frequência: será de três encontros semanais, com duração aproximada de 60 minutos por sessão.

Metodologia: As três modalidades de Esportes de Raquete (Tênis; Badminton e Tênis de Mesa) serão ministradas em três módulos. Cada módulo abordará uma das modalidades. O período de aula compreenderá dois momentos: a) aulas teóricas, introduzindo a origem e características das modalidades (aspectos culturais); b) exercícios de propriocepção e coordenação, fundamentos educativos e o próprio jogo. As modalidades de Tênis de Mesa e de Badminton serão desenvolvidas no prédio do CEFIS/UNIVASF, já o Tênis na quadra do Parque Josefa Coelho, localizado a 100 metros da UNIVASF.

\*No primeiro semestre de 2015 abordaremos a modalidade de Tênis, no segundo semestre a modalidade de Tênis de Mesa e no primeiro semestre de 2016 a modalidade de Badminton. Inicialmente as atividades serão oferecidas para duas turmas, contendo um número máximo de 10 integrantes em cada turma. Em um segundo momento, após o treinamento do aluno(a) bolsista, pretendemos aumentar o número de turmas para quatro. Essas modalidades esportivas e de lazer serão ministradas por um aluno(a) bolsista do curso de Bacharelado em Educação Física da UNIVASF, assessorado por alunos que estejam cursando a disciplina do Estágio Obrigatório. A coordenação e supervisão das atividades estarão sob a responsabilidade do professor responsável pela disciplina de Esportes de Raquete, o qual também ministra a disciplina de Pedagogia do Esporte.

#### 2.1.8) Hidroginástica:

A frequência: será de três encontros semanais, com duração aproximada de 60 minutos por sessão.

Metodologia:

- Haverá três turmas de hidroginástica: (1) hidro iniciante, (2) hidro intermediária e (3) hidro avançada. A hidro iniciante será composta por alunos que não estão acostumados, em um primeiro momento, a praticar exercício físico ou que tenham alguma limitação que impeça de praticar exercício físico um pouco mais intenso. A hidro intermediária será composta por alunos que já possuem um preparo físico um pouco melhor que os iniciantes, mas que não podem ou não conseguem realizar o exercício em uma intensidade relativamente alta. A hidro avançada será composta por alunos que conseguem e estão aptos a praticar exercício em uma intensidade relativamente alta. Na prática, isso se reflete nas escolhas dos exercícios, na velocidade de execução dos exercícios, nos aparatos usados para aumentar a resistência ao movimento e na

percepção subjetiva de esforço alvo.

- Cada turma terá aula duas vezes por semana, sendo que cada aula durará uma hora. Assim, a turma de hidro iniciante ocorrerá nas terça e quintas-feiras das 7 às 8 horas da manhã; a turma de hidro intermediária ocorrerá nas quartas e sextas-feiras das 7 às 8 horas da manhã; e a turma de hidro avançada ocorrerá nas terças e quintas-feiras das 17 até às 18 horas.

- Cada turma terá, no máximo, 20 alunos.

#### 2.1.9) Natação:

A frequência: será de três encontros semanais, com duração aproximada de aproximadamente 60 minutos por sessão.

Metodologia:

- Haverá duas turmas para iniciantes (para quem não sabe nadar ou não é ambientado ao meio aquático). Assim, conforme a disponibilidade de horários, os alunos poderão escolher entre terça e quinta ou quarta e sexta, sendo que o horário será das 16 às 16:55. Nessa turma, serão trabalhados todo o processo de ambientação ao meio aquático (respiração, imersão, flutuação, deslocamentos variados), os nados utilitários e os nados competitivos (peito, costas e crawl). Além disso, como a iniciação requer uma atenção mais individualizada, cada turma terá, no máximo, oito alunos.

- Haverá uma turma para avançados (para quem já sabe nadar pelo menos dois nados competitivos). Essa turma ocorrerá nas quartas e sextas das 16 às 16:55. Nessa turma, serão realizados um trabalho de condicionamento aeróbio e a aprendizagem dos outros nados competitivos, sendo que diferentes formas de deslocamento também serão desenvolvidas. Para um melhor andamento, essa turma terá, no máximo 15 alunos.

Com o intuito de desenvolver as atividades aquáticas descritas acima, dois bolsistas atuarão diretamente nessas atividades, sendo que alunos do Curso de Bacharelado em Educação Física poderão também realizar seus estágios obrigatórios junto às atividades. Além disso, o desenvolvimento das ações também enriquecerá as disciplinas de Natação e de Hidroginástica, permitindo que alunos que estejam cursando as respectivas disciplinas assistam às aulas, relacionando conhecimentos ganhos na disciplina com a prática.

#### 2.3) Metodologia Área II (Núcleo Interdisciplinar):

As dinâmicas do Núcleo Interdisciplinar serão formadas por Linhas de Extensão, divididas em dois eixos: a) Saúde, que irá articular temas essenciais à promoção da saúde integral & qualidade de vida do idoso; e, b) Arte e Expressão, a qual desenvolverá a capacidade criativa e de expressão dos idosos, a partir de atividades de inclusão cultural (história da arte), desenho, pintura, recorte, colagem e introdução de técnicas digitais.

- A seguir apresentaremos às ações do Núcleo Interdisciplinar a partir de suas duas Linhas:

2.3.1) Articulação de temáticas da saúde integral e qualidade de vida do idoso: será trabalhada a partir de ciclos de palestras coordenadas por estudantes e docentes de 4 Colegiados de áreas da saúde da UNIVASF (Medicina, Enfermagem, Farmácia e Psicologia). Suas ações antecederão as práticas esportivas e de lazer (área I), a metodologia do Núcleo Interdisciplinar consistirá em abordar a multifatorialidade do processo do envelhecimento da seguinte forma: a) desenvolvimento de uma palestra de 20 minutos, seguida por b) técnica de roda de conversa e, ou grupos operativos (30-40 minutos). Segundo Bastos (2010), grupos operativos e rodas de conversa permitem a aprendizagem sob a forma de processo. Prontamente, a aprendizagem situada nos processos grupais coloca em destaque a possibilidade de uma nova elaboração do conhecimento, integrando questionamentos do próprio sujeito e dos outros.

\* Frequência: será de três encontros semanais para cada uma das 4 Linhas, com duração aproximada de 50-60 minutos por sessão. Os três encontros, de cada uma das 4 Linhas, serão

divididos nos horários da manhã e tarde, uma vez que existirão grupos de idosos praticando atividades de Esporte e Lazer nos dois turnos.

Os conteúdos a serem trabalhados pelas 4 Linhas de saúde e qualidade de vida serão dispostos em 04 Módulos, distribuídos entre o ano de 2015 e 2016. É importante salientar que existirá um acordo entre os grupos, ou seja, os conteúdos serão ajustados: os profissionais/ações da Área II irão trabalhar de forma integrada e sequencial. Os temas do biênio 2015-2016 serão:

Módulo I (2015/1):

Alimentação saudável (nutrição), Alterações relacionadas à idade (acuidade visual - medicina), Alterações relacionadas à idade (acuidade auditiva - medicina), Alterações relacionadas à idade (incontinência urinária - enfermagem), Alterações relacionadas à idade (mobilidade - medicina), Sexualidade, Vacinação, Cuidando de quem cuida I, Primeiros Socorros I, Homeopatia.

Módulo II (2015/2):

Higiene e cuidados com o alimento, Polifarmácia, Osteoporose (Artrite/Artrose), Queda, Diabetes, Obesidade, Hipertensão, Câncer, AIDS, Solidão/Depressão, Delírio, Demência, Estresse, Família, Aposentadoria, Direito e Cidadania, Amizade, Vida-Morte, Orientações sobre suporte familiar e social - o idoso e a família I, Prevenção de acidentes em domicílio, Hanseníase, Primeiros Socorros II, Homeopatia.

Módulo III (2016/1):

Higiene e cuidados pessoais I, Orientações sobre suporte familiar e social (o idoso e o cuidador), Orientações sobre suporte familiar e social (maus tratos), AVC-Infarto, Resgate do conhecimento tradicional com ênfase nas indicações terapêuticas e preparação de remédios Caseiros, Orientações sobre suporte familiar e social - o idoso e a família I, Cuidando de quem cuida II, Medidas preventivas do Câncer, Primeiros Socorros I, Homeopatia.

Módulo IV (2016/2):

Higiene e cuidados pessoais II, Alzheimer, Desidratação, Suplementação alimentar, Uso de plantas medicinais x religiosidade, Homeopatia, Tuberculose, Prevenção do Câncer de mama e colo uterino, Primeiros Socorros II, Solidão, Ansiedade, Aposentadoria, Direito/Cidadania, Amizade, Homeopatia.

2.3.2) Atividades de inclusão cultural, digital e expressão (Colegiado de Artes Visuais)

\* Frequência: será de três encontros semanais, dividido no turno da manhã e tarde, com duração aproximada de aproximadamente 60 minutos por sessão.

As dinâmicas de inclusão cultural, digital e expressão serão coordenadas por estudantes e docentes do Colegiado de Artes Visuais da UNIVASF. As ações dessa Linha serão basicamente três:

a) Atividades de arte, cultura e novas tecnologias: objetiva-se com essas ações trabalhar a inclusão cultural e digital com os idosos, aliando a educação artística, com foco na cultura, ao uso das novas tecnologias da informação e comunicação (TICs). Cabe salientar, que a IES já possui salas de informática equipadas com computadores conectados a Internet. De acordo com Ana Mae Barbosa e Rejane Coutinho (2009), os espaços de não formais de ensino de arte são exemplares na educação dos excluídos, esquecidos ou desprivilegiados da sociedade, e até vêm ensinando às escolas formais a lição da arte como caminho para recuperar o que há de humano no ser humano. De tal forma, os idosos terão acesso a uma formação em história da arte, aspectos da cultura regional, nacional e internacional. A metodologia consistirá em oficinas de expressão e criatividade, rodas de conversa, em associação a instruções no Laboratório de Informática da UNIVASF, à prática da utilização de ferramentas virtuais e de redes sociais como ambientes de pesquisa e intercâmbio. Também salientamos que as atividades desta Linha estarão vinculadas ao Módulo I (2015/01) e IV

(2016/02), temáticas da saúde integral e qualidade de vida do idoso, inclusas no Núcleo Interdisciplinar deste Programa. Tais procedimentos fazem parte das atividades de Ensino da disciplina de Práticas de Ensino das Artes Visuais III, a qual tem como objetivo a formação de Arte/Educadores para atuarem em espaços de Educação "não-formal". Esta disciplina trabalha Tópicos Especiais no Ensino das Artes Visuais, e tem como objetivo o estudo das temáticas transversais no Ensino das Artes e da disciplina de Cultura Visual.

- Procedimentos práticos: as atividades de arte, cultura e novas tecnologias serão desenvolvidas de três formas: 1) oficinas de expressão e criatividade por meio de atividades artísticas de pintura, colagem, desenho e cerâmica; 2) rodas de conversa nas quais serão discutidos temas da arte e da cultura relacionados aos módulos I a IV "Temáticas da Saúde Integral e Qualidade de Vida do Idoso"; e, 3) atividades desenvolvidas no computador: como pesquisa em sites de busca, participação em redes sociais e em jogos interativos; além da criação de blogs. O processo incide na promoção da inclusão digital por meio da prática do uso do computador (aprender fazendo).

b) Criação do site do Programa "Vida Ativa": partindo do princípio que este Programa deva ser divulgado e promovido, atualmente, um dos melhores instrumentos para tanto é a Internet. Assim sendo, a equipe da área de Artes Visuais, em contato com as demais Linhas e Áreas (I e II) irá desenvolver uma página web particular para o Programa "Vida Ativa". A mesma apresentará informações importantes como histórico do Programa, equipe, contato, atividades, participantes, data de eventos sociais e formativos, divulgação de pesquisas; além de fotos e vídeos. As informações a serem disponibilizadas na rede serão de responsabilidade de todos os coordenadores de Linhas Temáticas, ficando a cargo da equipe da Linha de Artes Visuais o desenvolvimento da logomarca do Programa e do "webdesign". A página web estará de acordo com as últimas tendências em usabilidade e design da informação, sendo pensada para facilitar o acesso à informação do usuário final, conforme os preceitos estabelecidos por AGNER (2009). Salientamos que IES será a provedora do domínio e do alojamento da página web. Procedimentos práticos: reuniões com a equipe do Programa "Vida Ativa", docentes e discentes, para recolhimento das informações a serem publicadas na página web e com a equipe responsável pela atividade para questões de design. Uma vez estabelecidas às informações e a logomarca, será criado um domínio e desenvolvida a arquitetura do site, para então ser realizada a instalação do gestor de conteúdo (Joomla ou Wordpress, ainda a decidir) e da template (design). Continuamente a página web a mesma será alimentada (atualizada) com conteúdo (textos e imagens) pelos membros da equipe responsável. Para uma melhor divulgação da página web e comunicação com o público, será criada uma página no Facebook.

c) Registro fotovideográfico das atividades do Programa por meio de vídeos: a equipe da Linha de Artes Visuais irá registrar de forma fotovideográfica as atividades desenvolvidas por todas de mais Linhas do projeto, construindo assim um arquivo de imagens, específico para cada modalidade do "Esporte e Lazer", assim como dos ciclos de palestras e dinâmicas de expressão, criatividade e aulas de informática. Ao longo do biênio 2015-2016 serão produzidos vídeo-documentários (material didático pedagógico, a ser distribuído para profissionais e instituições locais; além de integrar a acervo da biblioteca da UNIVASF). Nessa etapa será importante tomar como base os escritos de Puccini (2009) e também de Gauthier (2011). A IES disponibilizará as câmeras fotográficas e câmeras de vídeo, além dos demais equipamentos necessários à realização do registro fotovideográfico. Tais atividades estarão vinculadas ao ensino e a pesquisa por intermédio das disciplinas: Fotografia, Vídeo, Narrativas e Visualidades, e Roteiro de Cinema.

- Procedimentos práticos: As atividades deste módulo serão contínuas e processuais, com registro parcial das ações. A partir da indicação dos responsáveis pelas atividades, então, um plano de registro de imagens sobre dias e horários das atividades será montado. A seguir haverá o registro fotográfico e videográfico, especialmente de momentos-chave das atividades, a fim de que tanto a evolução dos idosos nas atividades, como procedimentos didáticos de ensino-aprendizagem sejam

fixadas. Recolhidas imagens e vídeos, será realizado o roteiro para a postagem das fotografias no site/blogue e outro para guiar a edição do vídeo-documentário. Entrevistas com os participantes/usuários e membros das ações, também serão colhidas, visto que a data qualitativa é fundamental para a reflexão/avaliação parcial e final do Programa. \*Salienta-se que - antecedendo - ao registro das atividades, idosos e membros do Programa serão questionados sobre a utilização e publicação de suas imagens. Tal procedimento será encaminhado, anteriormente, ao Comitê de Ética da UNIVASF.

### Ação 3) Atividades de Pesquisa

As pesquisas serão direcionadas com foco: a) estudos do Esporte e Lazer específicos para Terceira Idade, isto implica: a1) desenvolvimento de procedimentos metodológicos para o ensino e aprendizagem das 8 modalidades da área I, a2) estudos fisiológicos sobre a adaptação do sistema muscular, cardiorrespiratório e neural do idoso durante a atividade física, a3) estudos psicológicos sobre a atividade física na Terceira Idade, e, a4) estudo de Políticas Públicas para o incentivo do Esporte e Lazer na região; b) estudos com foco na interdisciplinaridade: b1) estudos sobre o desenvolvimento de metodologias de trabalho em caráter inter e transdisciplinar para o envelhecimento, b2) estudos teóricos e técnicos com foco na aplicação de tecnologias de cuidado integral resolutivas, neste sentido as ações da área II do Programa terão finalidade de aplicação e adequação as necessidades locais. Nesse sentido, adotaremos como procedimento metodológico a perspectiva transdisciplinar proposta por Nicolescu (2001), o qual prioriza o saber implicado, complementar, intuitivo e interventor ao invés do explicativo ou neutro. Aliado, ao fato, tornaremos a pesquisa-ação um método cotidiano de trabalho, porque ela " (...) faz do conhecimento uma práxis, onde cada momento empírico é repensado no confronto com outros momentos. e a partir da reflexão crítica novos caminhos de investigação são traçados..."(LANE;CODÓ,1984, p. 27).

- As etapas da pesquisa acompanharão as ações de extensão:

3.1. Estudos teóricos embasamento;

3.2. Delimitações metodológicas de acordo com o público-alvo das ações, o que irá envolver o processo do planejamento, de elaboração do cronograma e a definição das metas específicas;

3.3. Definição de instrumentos de avaliação e monitoramento das atividades práticas (área I) e de tecnologias de cuidado integral (área II), propostas para resolubilidade das demandas dos grupos de idosos;

3.4. Desenvolvimento das atividades de Esporte e Lazer, ciclos de palestras e Atividades de inclusão cultural e digital;

3.5. Sistematização dos dados e Publicação das experiências.

### Ação 4) Atividades de comunicação e fortalecimento da rede

Reconhecendo a importância do diálogo e difusão de informações em propostas de caráter interdisciplinar, e também priorizando a democratização do cuidado e saúde do idoso entre os grupos de trabalho das áreas I e II, consideramos a criação deste eixo estratégico à consolidação do programa "Vida Ativa". Suas ações conceberão maior visibilidade à pluralidade das dinâmicas intrínsecas ao programa, aproximando, ainda mais, o grupo de profissionais, bolsistas e a própria IES às necessidades da comunidade idosa. As atividades deste segmento se concentrarão em quatro ações:

1) Assessoramento do coordenador do programa "Vida Ativa":

1.1) Assessoria ao coordenador do programa "Vida Ativa": O aluno (a) bolsista responsável por esta área será recrutado junto ao Colegiado de Administração da UNIVASF. Sua função consistirá em assessorar o coordenador do programa, auxiliando-o no planejamento, organização e

avaliação das ações, assumindo tarefas de secretariado; entre elas: resposta de E-mails, encomenda e compra de materiais, registros diversos, comunicação com os coordenadores das Linhas de Extensão, diálogo com a Pró-Reitoria de Extensão da UNIVASF, e instituições parceiras; 1.1) Facilitação da interlocução entre o coordenador do programa e os coordenadores das Linhas temáticas.

2) Assessoramento na estruturação das atividades:

2.2) Divulgação do Programa junto às comunidades; 2.1) Cadastramento dos participantes; 2.2) Planejamento e Organização de Atividades e Eventos formativos.

3) Comunicação e serviço de Rede:

3.1) O trabalho deste Núcleo de Comunicação é fundamental para a busca de novas parcerias. Assim sendo, relação do programa "Vida Ativa" com órgãos e setores públicos das áreas do Esporte & Lazer, assessoramento para o contato do Programa "Vida Ativa" com grupos da Terceira Idade em caráter municipal, regional, nacional e internacional, serão realizados e constantemente alimentados, desburocratizando assim processos.

4) Assessoramento à organização de eventos e publicações técnicas e científicas:

4.1) Ao longo do biênio 2015-2016 está prevista a realização de pequenos eventos e atividades sociais específicos das Linhas Temáticas, com a intenção de potencializar ações educacionais à promoção do Esporte e Lazer e da saúde. Público alvo: comunidade idosa, a comunidade acadêmica, setores públicos regionais;

4.2) Em 2015 está previsto a organização de um Evento regional de médio porte na área do Esporte e Lazer, o qual contará com convidados desta IES, e de âmbito nacional (a expectativa é que a ação atinja cerca de 150 pessoas);

4.3) Já para 2016 está previsto a realização de um Simpósio de Esporte e Lazer específico para o Idoso, em caráter Interdisciplinar. Esta iniciativa prevê a divulgação das experiências realizadas no período 2015-2016 pelo Program 'Vida Ativa', buscando o diálogo com pesquisadores e profissionais da Região, Sul, Sudeste e Nordeste do Brasil, além da participação de pesquisadores de Instituições internacionais, parceiras do Programa (Université du Québec à Trois-Rivières, e Escola Superior de Esportes de Colônia/Alemanha). De tal forma, objetiva-se com isto valorizar a formação acadêmica, práticas corporais e os serviços à população idosa na região do Médio São Francisco. A expectativa é de atingir com esta ação cerca de 500 pessoas;

4.4) Publicações Técnicas científicas: uma publicação em formato de livro impresso será elaborada ao final do programa, ano 2016. O Núcleo de comunicação será fundamental nesta ação, possibilitando o contato entre o organizador do livro e os colaboradores da proposta, garantindo assim a qualidade do material. O livro "Vida Ativa: Programa de Esporte e Lazer em caráter interdisciplinar para o idoso" tem por fim, compilar experiências realizadas pelo programa, envolvendo também profissionais de instituições nacionais e internacionais, os quais desenvolvam atividades para a população idosa. Prontamente, esta publicação irá partilhar metodologias e tecnologias da área da atividade física, esporte, lazer junto ao processo do envelhecimento ativo.

Avaliação:

- Tanto o desenvolvimento da sistemática de trabalho, como a avaliação das ações será discutido internamente entre os componentes das Linhas temáticas das áreas I e II, e a seguir refletido com o grande grupo nas reuniões semanais de acompanhamento. As resoluções internas vindas das Linhas de Extensão serão aprimoradas nas reuniões semanais do Grupo de Estudo interdisciplinar "Vida Ativa". Este processo envolverá: a) definição de metas específicas das Linhas temáticas; b) planejamento e avaliação das metodologias de trabalho; c) elaboração dos cronogramas

específicos de trabalho; e) manutenção do contato das Linhas da Extensão área I e II com o Núcleo de comunicação e fortalecimento da rede;

- Por ser este Programa uma iniciativa fundamentalmente de caráter interdisciplinar, interinstitucional e interprofissional, seu desafio consiste em gerenciar a diversidade de pessoas e conhecimentos. Nessa perspectiva, por meio de princípios da pesquisa-ação, moldada na igualdade e troca de informações, buscar-se-á a construção de medidas e técnicas de trabalho inovadoras e, por vezes desconhecidas, o que acreditamos necessitar, ao longo do processo, de uma contínua reformulação dos instrumentos de monitoramento e avaliação das ações;

- A avaliação das disciplinas de Ensino, as quais estarão integradas ao programa "Vida Ativa" seguirão critérios próprios estabelecidos pelo professor responsável pela mesma. Assim sendo, oajuizamento estará pautado em critérios teóricos e técnicos alusivos aos conteúdos das disciplinas, tais como: provas escritas, resenhas, relatórios, elaboração de seminários, projetos, e também por meio da plataforma Moodle;

- As avaliações das atividades de Extensão serão executadas de cinco formas: a) avaliação dos coordenadores das Linhas Temáticas I e II sobre o desenvolvimento de capacidades técnicas e didáticas dos membros de seu grupo de trabalho; b) autoavaliação do aluno(a) bolsista e discentes que participem da ação, a partir da autoanálise crítica sobre sua participação no programa; c) avaliação dos idosos por meio de questionários e entrevistas sobre os serviços e intensões do programa; d) avaliação dos coordenadores, pelo coordenador geral do programa, sobre as ações do seu respectivo grupo; e) avaliação do coordenador geral do programa sobre os pontos "a", "b" e "c", além da consideração do cumprimento das metas segundo o cronograma de atividades; e, f) os resultados das avaliações serão socializados tanto nas reuniões dos coordenadores, como nos encontros com o grande grupo (bolsistas, voluntários, colaboradores, técnicos e professores) do programa;

- Consideração da evolução/aproveitamento dos efeitos da atividade física (Esporte e Lazer) em sentido físico e funcional, a qual será garantida pelas baterias de testes organizados pelos professores das disciplinas de Anatomia, Fisiologia, Biomecânica e Ginástica do Colegiado de Educação Física. De tal forma, a cada quatro meses, os idosos participantes do programa "Vida Ativa" serão avaliados;

- Os efeitos dos ciclos de palestras de saúde interdisciplinar e das atividades de inclusão cultural e digital e expressão, serão avaliados com menção a qualidade de vida (QV) dos idosos. A QV consiste em uma construção subjetiva da pessoa, ou seja, implica na forma como o sujeito avalia/percebe seu atual estado de vida, segundo um conjunto de determinantes de caráter biofuncionais, psicológico e sociocultural (NERY, 1993). A QV dos idosos será estimada por intermédio do questionário SF-36. O questionário de Qualidade de Vida SF-36 "Medical Outcomes Study 36- Item Short-Form Health Survey" (CICONELLI; SANTOS; QUARESMA,1999) é um instrumento multidimensional formado por 36 itens, os quais se encontram estruturados em oito dimensões: capacidade funcional, aspectos físicos, dor, estado de saúde, vitalidade, aspectos sociais, aspectos emocionais e saúde mental. Seus escores são estabelecidos entre zero (pior estado geral de saúde) e cem (melhor estado geral de saúde);

- Em sentido a pesquisa, a avaliação dessas atividades será realizada por meio de: a) relatório mensal das atividades realizadas pelas Linhas de Extensão apresentadas pelos coordenadores em formulário específico, o qual constará a participação do grupo em eventos científicos e publicações de artigos; e, b) participação dos grupos em eventos formativos organizados pelo próprio programa "Vida Ativa".

\*Salientamos que de forma geral as avaliações sobre a qualidade das atividades de ensino, pesquisa e extensão articuladas com o programa "Vida Ativa" serão efetuadas segundo as diretrizes da

UNESCO, específicas, para a educação no terceiro milênio, considerando seus quatro pilares: aprender a aprender; aprender a fazer; aprender a conviver e aprender a ser.

### 1.6.5 Relação Ensino, Pesquisa e Extensão

A relação entre os três pilares será assegurada da seguinte forma:

- a) os coordenadores das atividades de Esporte e Lazer (8 Linhas Temáticas) já desenvolvem atividades de ensino, com dedicação exclusiva (40 h) na IES/UNIVASF. De tal forma, irão associar suas ações de Extensão (Programa 'Vida Ativa') às disciplinas que ministram, igualmente às suas atividades nas disciplinas do Estágio obrigatório I e II;
- b) as atividades de pesquisa serão coordenadas pelos professores responsáveis pelas Linhas Temáticas da área I (Esporte e Lazer) e da área II (Interdisciplinar) em conjunto com seus bolsistas, voluntários e técnicos da UNIVASF. Outra possibilidade consiste em incorporar alunos de TCC às ações do Program "Vida Ativa".

Por fim, buscar-se-á a interlocução entre os pesquisadores das áreas I e II, ou seja, grupos/Linhas de Extensão irão dialogar entre si, desenvolvendo ações integradas e integradoras (interdisciplinariedade):

- d) tanto, ao longo, dos procedimentos metodológicos, como por meio da capacitação técnica do grupo, desenvolvida durante os encontros semanais, grupo de estudos. Neste momento, tópicos do âmbito da Pesquisa, Ensino e Extensão serão discutidos e fomentados;
- e) Por meio do Núcleo de comunicação e ampliação do trabalho de rede haverá o incentivo e apoio à sistematização e socialização de produções, conferindo ao programa um caráter multiplicador do fazer reflexivo. Este Núcleo também irá assegurar indissociabilidade entre o Ensino, a Pesquisa e a Extensão, ao longo do biênio 2015-2016.

### 1.6.6 Avaliação Pelo Público

Haverá dois tipos de indicadores, a) quantitativos e b) qualitativos:

a)Quantitativos:

- 1) Número de Linhas Temáticas oferecidas pelo Programa "Vida Ativa" Isto diz respeito aos seguintes pontos: a) contingente de modalidades de Esporte e Lazer (área I); b) ciclos de palestras e dinâmicas interdisciplinares na área da saúde/qualidade de vida (área II); e c) além de atividades de inclusão cultural, digital e expressão (área II);
- 2) Número de alunos de graduação envolvidos nas ações/Linhas Temáticas das áreas I e II;
- 3) Número de grupos da Terceira Idade e líderes comunitários dos Municípios de Petrolina-PE e Juazeiro-BA envolvidos no Programa "Vida Ativa";
- 4) Número de usuários (idosos) beneficiados pelas ações do Programa;
- 5) Número de eventos de formação e participação da comunidade nas ações;
- 6) Evolução da condição física e funcional dos idosos participantes do Programa;
- 7) Evolução da condição psicossocial dos idosos integrantes do Programa.

\*Quantificação:

- Pontos 1 e 2 serão quantificadas pelo Núcleo de comunicação e fortalecimento de rede (Colegiado de Administração) por intermédio do contato constante desta Linha com os grupos, mais efetivamente pela tabulação de suas atividades, periodicidade e diversidade das ações. A quantificação do número de alunos graduandos envolvidos será realizada por meio da lista de chamada do professor da disciplina;

- Ponto 3 será quantificado também pelo Núcleo de comunicação e fortalecimento de rede, o qual irá sistematizar um cadastro/registros de ações em parcerias estabelecidas. Além disso, será solicitado às instituições e grupos da Terceira idade de ambos os Municípios documento oficializando parceria e discriminando tanto profissionais, como idosos envolvidos nas atividades;

- Ponto 4 será quantificado junto as Linhas de Extensão por intermédio do controle de frequência, o qual possibilitará o registro do índice de presença dos idoso nas atividades, como também um controle da evasão do alunos do Programa. Associado a isto também será desenvolvido um sistema para a contabilização de dados básicos (demográficos e de saúde) dos usuários beneficiados, possibilitando a construção do perfil da população idosa ativa dos Municípios envolvidos;

- Ponto 4 e 5, também será quantificado pelo Núcleo de comunicação e fortalecimento de rede. De tal forma, todos os eventos formativos serão registrados e avaliados, o quantitativo de participantes será computado por meio das fichas de inscrição, além de uma ficha de avaliação, a qual será distribuída aos participantes;
- Ponto 6 e 7, serão avaliados pelos próprios idosos a partir dos resultados dos coeficientes do aproveitamento revelados tanto nas baterias de testes físicos e funcionais, como na aplicação de questionários da qualidade de vida.

b) Qualitativos:

- 1) Avaliação do impacto do Programa por meio dos profissionais e líderes comunitários pertencentes a grupos da Terceira Idade, locais onde o Programa "Vida Ativa" realizará intervenções a partir do ano de 2016;
- 2) Avaliação do impacto do Projeto pelos usuários beneficiados pelas ações do Programa, desde março/abril de 2015 até dezembro de 2016;

\*Quantificação:

- Ponto 1: será quantificado por meio de diálogos contínuos com os beneficiados, todavia ao final do processo será solicitado o preenchimento de um instrumento, a ser desenvolvido, que auxilie a avaliação do impacto do Projeto nesses cenários;

- Ponto 2: será quantificado com o auxílio da própria metodologia interdisciplinar - ciclos de palestras -, assim sendo, ao final das atividades serão realizados momentos de avaliação sobre os trabalhos (área I e II), com ênfase nos conteúdos trabalhados, e atitudes/desempenho dos facilitadores. De tal forma, será possível colher informações sobre como, quando e porque atividades e facilitadores beneficiem, ou não os usuários. Salienta-se que com as experiências colhidas pelo grupo de extensão Pilates/UNIVASF em 2013 e 2014, o qual associou a atividade física às dinâmicas psicossociais, estabeleceram-se momentos importantes de diálogo com os idosos, quando informações valiosas sobre a qualidade do serviço foram documentadas, e posteriormente avaliadas.

**Pela Equipe**

Quantitativos

- 1 Número de estudantes envolvidos;
- 2 Número de cursos de graduação envolvidos;

\*Quantificação:

- Pontos 1 e 2 serão registrados, acompanhados e analisados com base no sistema de registro acadêmico institucional (SIGA).

Qualitativos

- 1 - Avaliação da aprendizagem dos estudantes;
- 2 - Avaliação da aprendizagem dos estudantes pelos docentes;
- 3 - Avaliação dos técnicos envolvidos;
- 4 - Avaliação dos parceiros de outras instituições;
- 5 - Avaliação das ações do Programa pelo próprio grupo de trabalho (professores, alunos e técnicos);
- 6- Avaliação das ações do Programa pelos órgãos municipais.

\*Quantificação:

- Ponto 1 será avaliado continuamente, os estudantes serão convocados a refletir sobre o seu envolvimento pessoal no Programa "Vida Ativa", bem como sobre sua aprendizagem e o impacto das ações em sua formação acadêmica. Ao final de cada semestre será aplicado um instrumento de autoavaliação orientado pelos 4 pilares da Unesco para a formação em nosso milênio;
- Ponto 2 será quantificado por cada docente, o coordenador da Linha de Extensão. A partir disso, serão concebidos 'feedbacks' educativos que estimulem o aluno para o desenvolvimento de sua carreira profissional e, como cidadão;
- Ponto 3 será contabilizado por meio de diálogos constantes com os técnicos, ao longo do processo. Sua participação também será solicitada nos encontros de avaliação/reunião do Programa;
- Ponto 4 será avaliado por meio do diálogo com os parceiros via Email, telefone e, principalmente, durante as visitas dos professores parceiros às instalações do Programa (Petrolina-PE). Assim sendo, a viabilização do transporte desses profissionais à sede do Programa "Vida Ativa" é imprescindível;
- Ponto 5 será avaliado por meio de reunião entre os coordenares, equipe de bolsistas/voluntários, técnicos e os responsáveis pelo Núcleo de comunicação e fortalecimento de rede (Colegiado de Administração da UNIVASF). Assim, instrumentos avaliadores serão aprimorados por meio do diálogo/reflexões e troca de experiências colhidas, logo após, repassados ao grande grupo pelo Núcleo de comunicação e fortalecimento de rede;

- Ponto 6 será avaliado mediante os resultados estabelecidos em reuniões com as Secretarias de Esporte/Saúde/Educação dos Municípios. Assim sendo, será oferecido a esses órgãos o preenchimento de um instrumento a ser desenvolvido, no qual irão constar perguntas sobre o desempenho das ações do Programa e sugestões para sua melhor execução.

### 1.6.7 Referências Bibliográficas

- AGNER, L. Ergodesign e arquitetura da informação: trabalhando com o usuário. Rio de Janeiro: Quartet, 2009.
- ALVES, R et al Aptidão física relacionada à saúde de idosos: influência da hidroginástica Revista Brasileira de Medicina do Esporte, v 10, n 1, p 3137, jan/fev, 2004.
- ASSIS, M de Promoção da saúde e desenvolvimento Orientações para ações educativas com idosos Rio de Janeiro: CRDE UNAT UERJ, 2002.
- BARBOSA, A. M.; COUTINHO, R. G. Arte/educação como mediação cultural e social. São Paulo: UNESP, 2009.
- BASTOS, A B B I A técnica de grupos operativos à luz de Pichon Rivière e Henri Wallon Psicólogo informação, v 14, n 14, 2010.
- BENEDETTI TRB Atividade Física: uma perspectiva de promoção da saúde do idoso no município de Florianópolis Florianópolis Tese - Universidade Federal de Santa Catarina, 2004.
- CANCELA, D O processo do Envelhecimento Porto: Universidade Lusíada do Porto, 2007 Disponível em: <<http://wwwpsicologiapt/artigos/textos/TL0097pdf>> Acesso em: 2 ago 2013.
- CAROMANO, FA; KERBAUY RR Efeitos do treinamento e da manutenção de atividade física em quatro idosos sedentários saudáveis Revista Brasileira de Fisioterapia, v8 ,n 2, p 7280, ago/dez, 2001.
- CICONELLI, R M; SANTOS,M I; QUARESMA, MR Tradução para a língua portuguesa e avaliação do questionário genérico de avaliação de qualidade de vida SF36 (Brasil SF36) Revista Brasileira de Reumatologia, v 39, n 3, p 14350, mai/jun, 1999.
- CORIOLANOAPPELL, I; PEREZ, V; NASCIMENTO, de M M; APPELLCORIOLANO, H J The Pilates Method to Improve Body Balance in the Elderly Archives Of Exercises In Health And Disease, Porto, v 3, n 3, p188193, ago, 2012.
- CUNHA, M G; CAROMANO, F A Efeitos fisiológicos da imersão e sua relação com a privação sensorial e o relaxamento em hidroterapia Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo, n2, p 95103, 2003.
- GATTÁS, MLB; FUREGATO, RFF Interdisciplinaridade: uma Contextualização Acta Paul Enfermagem, v 19, n 3, p 323327, 2006 Disponível em: Acesso em: SALIN, M et al Atividade Física para idosos: diretrizes para implantação de programas e ações In: Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, Rio de Janeiro, v 14, n 2, p197208, 2011.
- GAUTHIER, G. O documentário: um outro cinema. Campinas: Papyrus, 2011.
- GEIS, P P Atividades criativas e recursos práticos Porto Alegre: Artmed, 2003.
- IBGE Síntese de indicadores sociais: uma análise das condições de vida da população brasileira 2010 Rio de Janeiro: IBGE, 2010
- MATSUDO, SM Envelhecimento e atividade física Londrina: Midiograf, 2001.
- SALIN, M et al Atividade Física para idosos: diretrizes para implantação de programas e ações In: Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, Rio de Janeiro, 2011; 14(2):197208 Disponível em <[http://wwwscielobr/scielophp?script=sci\\_issuetoc&pid=1809982320110002&lng=pt](http://wwwscielobr/scielophp?script=sci_issuetoc&pid=1809982320110002&lng=pt)> Acesso em: 10 março de 2014.
- SHEPARD, RJ Envelhecimento, Atividade Física e Saúde São Paulo: Phorte, 2003.
- VERAS, R Envelhecimento populacional contemporâneo: demandas, desafios e inovações Revista de Saúde Pública, São Paulo, v 43, n 3, p548544, maio 2009.
- \_\_\_\_\_ Em busca de uma assistência adequada à saúde do idoso: revisão da literatura e aplicação de um instrumento de detecção precoce e de previsibilidade de agravos Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v 19, n 3, p 705715, jun 2003.
- VILELA EM, MENDES, IJM Interdisciplinaridade e saúde: Estudo Bibliográfico Revista Latino Americana de Enfermagem v 11, n 4, p 52531, jul/ago, 2003 Disponível em: [www.eerp.usp.br/rlae](http://www.eerp.usp.br/rlae) Acesso em: 15/02/2014.

MAZZEO, RS; CAVANAGH, P; EVANS, WJ; FIATARONE MA; HAGBERG, J; MCAULEY, E; STARTZELL, J Exercícios e atividade física para pessoas idosas *Atividade Física e Saúde*, v 3, n 1, p 4878, 1998.

MOTA, J Atividade física e qualidade de vida associada à saúde em idosos participantes e não participantes em programas regulares de atividade física *Revista brasileira de Educação Física São Paulo*, v20, n3, p21925, jul/set, 2006.

NERI, A L, org *Qualidade de Vida e Idade Madura* Campinas: Papyrus Editora, 1993 .

NÓBREGA, A et al Posicionamento oficial da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte e da Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia: atividade física e saúde no idoso *Revista Brasileira de Medicina do Esporte Niterói*, v5, n6, nov/dec, 1999 .

TEIXIERA, C S; PEREIRA, E F; ROSSI, A G A hidroginástica como meio para manutenção da qualidade de vida e saúde do idoso *Acta Fisiátrica*, n4, p 226232, 2007.

ZAGO AS, GOBBI, S Valores normativos da aptidão funcional de mulheres de 60 a 70 anos *Revista Brasileira de Ciência do Movimento* n 11, v 2, p 7786, 2003.

### 1.6.8 Observações

As bolsas para estudantes do Programa de Extensão serão distribuídas por meio de um processo seletivo, a ser realizado no período de dezembro de 2014. No total serão destinadas 15 bolsas, sendo 9 para as modalidades de Esporte e Lazer, e 6 para as Linhas interdisciplinares.

\*Alguns profissionais de serviços públicos de saúde, futuros parceiros das ações, bem como de comunidades da região, não puderam se cadastrar no sistema, por isto, não foram incluídos na equipe. Todavia, salientamos que os mesmos são importantes para o desenvolvimento das ações.

\*Igualmente, o pesquisador alemão da Escola Superior de Educação Física de Colônia/Alemanha Prof. Dr. Dr. Hans Joachin Appel Coriolano, coordenador do Instituto de Anatomia e Fisiologia desta universidade, não pode ser cadastrado, pois não possui CPF. Salientamos que sua participação/contribuição no program é fundamental. O referido professor/instituto já colabora com as ações do método Pilates e o Idoso desta IES, e com a disciplina do Núcleo Temático, desde o ano de 2011. com essa parceria foi possível o desenvolvimento de pesquisas na área do equilíbrio corporal do idoso, e a publicação de dois artigos internacionais nos últimos dois anos.

### 1.7 Divulgação/Certificados

<b>Meios de Divulgação:</b>	Cartaz, Folder, Internet, Imprensa
<b>Contato:</b>	cefis@univasf.edu.br; marcelo.nascimento@univasf.edu.br
<b>Emissão de Certificados:</b>	Participantes, Equipe de Execução
<b>Qtde Estimada de Certificados para Participantes:</b>	800
<b>Qtde Estimada de Certificados para Equipe de Execução:</b>	60
<b>Total de Certificados:</b>	860
<b>Menção Mínima:</b>	MS
<b>Frequência Mínima (%):</b>	0
<b>Justificativa de Certificados:</b>	A emissão de certificados será para os participantes de Eventos. Bem como para a equipe de estudantes, docentes, técnicos e membros da comunidade envolvidos na elaboração, execução e avaliação das ações.

## 1.8 Outros Produtos Acadêmicos

**Gera Produtos:** Sim

**Produtos:** Anais  
Artigo Completo  
Capítulo de Livro  
Livro  
Pôster  
Produto Artístico  
Produto Audiovisual-CDROM  
Produto Audiovisual-DVD  
Produto Audiovisual-Filme  
Produto Audiovisual-Vídeo  
Relatório Técnico  
Resumo (Anais)  
Website

**Descrição/Tiragem:** Haverá a publicação impressa de um Livro com tiragem de 500 exemplares, além da versão digital disponível como mídia livre  
Os anais do Evento sobre a prática do Esporte & Lazer na Terceira Idade, em caráter Interdisciplinar será disponibilizado via internet no website do Programa 'Vida Ativa' (acesso gratuito). Além da produção de materiais áudio-visuais (sob a coordenação do Colegiado de Artes Visuais) sobre as ações/metodologias específicas das Linhas Temáticas (área I e II), os quais serão distribuídos tanto a Biblioteca da UNIVASF, como às demais Instituições locais, profissionais da rede municipal, e também junto aos grupos da Terceira Idade, gratuitamente.

## 1.9 Anexos

Nome	Tipo
d8116dc4ed1c3829d91623896ca8d2f9.pdf	Outro
764417165021e6860e0ab5118548b195.pdf	Outro
cfaece20d1aa624e6a68ca5535333080.pdf	Outro
ffd98d294c4189da526370336248c6ba.pdf	Outro
15b8068d1bfce4b9040c3d1b8e3e1523.pdf	Outro
1a9fe6697ee1b4452c570f67e4c9302e.pdf	Outro
654aad8cddabbd5c6dc64bd16cbd6f7.pdf	Outro
881d42f9b4ad440db544c04112820613.pdf	Outro
2c38a5ae3c1324070bd6a11b90328f34.pdf	Outro
7229a3db7333cde7021d011185e50f31.pdf	Outro

## 2. Equipe de Execução

### 2.1 Membros da Equipe de Execução

#### Membros da equipe da UNIVASF

Nome	Instituição	Carga	Função
Alana Débora Cavalcante Pereira	UNIVASF	1092 hrs	Colaborador
Alvany Maria dos Santos Santiago	UNIVASF	1623 hrs	Apoio Administrativo
Anamelia Lins e Silva Franco	UFBA	1358 hrs	Apoio Técnico Operacional
Andre Luiz Demantova Gurjão	UNIVASF	1369 hrs	Tutor
Elton John Holanda Lustosa	Outros	450 hrs	Colaborador
Fabiane Pianowisk	UNIVASF	1168 hrs	Tutor
Flavio de Souza Araújo	UNIVASF	714 hrs	Colaborador
Francklin Cristiano Vidal de Araujo	UNIVASF	865 hrs	Colaborador
Fulvio Torres Flores	UNIVASF	1267 hrs	Tutor
Jarbas Clemente da Silva Araújo	Prefeitura de Porto Alegre	249 hrs	Palestrante/Conferencista
João Gabriel Eugênio Araújo	UNIVASF	779 hrs	Apoio Técnico Operacional
Kamilla Maria Souza Aires Alencar	UNIVASF	1274 hrs	Tutor
Lara Elena Gomes Marquardt	UNIVASF	1159 hrs	Tutor
Luciano Henrique Soares Lira	UNIVASF	629 hrs	Apoio Administrativo
Luciano Juchen	UNIVASF	1393 hrs	Tutor
Luis Alberto Valotta	UNIVASF	1542 hrs	Tutor
Luiz Alcides Maduro	UNIVASF	1247 hrs	Tutor
Marcelo de Maio Nascimento	UNIVASF	235 hrs	Presidente da Comissão Organizadora
Marcelo Silva de Souza Ribeiro	UNIVASF	1292 hrs	Tutor
Marcos Alencar Abaide Balbinotti	Université du Québec à TroisRivières	1232 hrs	Palestrante/Conferencista
Mariana Bezerra da Silva	UNIVASF	961 hrs	Colaborador
Martha M. de S. Guimarães Cavalcanti	UNIVASF	775 hrs	Tutor
Natália de Lima Andrade	UNIVASF	733 hrs	Colaborador
Nayara Jéssica dos Santos Maia	UNIVASF	577 hrs	Colaborador
Rebeca Guimarães Reis Veras	UNIVASF	1045 hrs	Colaborador
Sergio Rodrigues Moreira	UNIVASF	1081 hrs	Tutor

#### Coordenador:

Nome: Marcelo de Maio Nascimento

CPF: 43170846000

**Gestor:**

Nome:

RG:

CPF:

Email:

## 2.2 Cronograma de Atividades

**Atividade:** 2.3.1 Núcleo Interdisciplinar: Linha Saúde

**Início:** Jan/2015 **Duração:** 24 Meses

**Somatório da carga horária dos membros:** 86 Horas/Mês

**Responsável:** Kamilla Maria Souza Aires Alencar (C.H. 12 horas/Mês)

**Membros Vinculados:** Marcelo Silva de Souza Ribeiro (C.H. 12 horas/Mês)  
João Gabriel Eugênio Araújo (C.H. 5 horas/Mês)  
Luciano Henrique Soares Lira (C.H. 5 horas/Mês)  
Luis Alberto Valotta (C.H. 12 horas/Mês)  
Rebeca Guimarães Reis Veras (C.H. 12 horas/Mês)  
Natália de Lima Andrade (C.H. 12 horas/Mês)  
Marcos Alencar Abaide Balbinotti (C.H. 4 horas/Mês)  
Martha M. de S. Guimarães Cavalcanti (C.H. 12 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 1.1 e 1.4 Interlocação Ensino/Extensão

**Início:** Jan/2015 **Duração:** 24 Meses

**Somatório da carga horária dos membros:** 116 Horas/Mês

**Responsável:** Marcelo de Maio Nascimento (C.H. 20 horas/Mês)

**Membros Vinculados:** Luciano Juchen (C.H. 8 horas/Mês)  
Kamilla Maria Souza Aires Alencar (C.H. 8 horas/Mês)  
Andre Luiz Demantova Gurjão (C.H. 8 horas/Mês)  
Luiz Alcides Maduro (C.H. 8 horas/Mês)  
Fulvio Torres Flores (C.H. 8 horas/Mês)  
Marcelo Silva de Souza Ribeiro (C.H. 8 horas/Mês)  
Lara Elena Gomes Marquardt (C.H. 8 horas/Mês)  
Sergio Rodrigues Moreira (C.H. 8 horas/Mês)  
Fabiane Pianowisk (C.H. 8 horas/Mês)  
Luis Alberto Valotta (C.H. 8 horas/Mês)  
Alvany Maria dos Santos Santiago (C.H. 8 horas/Mês)  
Martha M. de S. Guimarães Cavalcanti (C.H. 8 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 1.2 Grupo de Estudos Interdisciplinares em Esporte e Lazer para o Envelhecimento

**Início:** Jan/2015 **Duração:** 24 Meses

**Somatório da carga horária dos membros:** 125 Horas/Mês

**Responsável:** Andre Luiz Demantova Gurjão (C.H. 12 horas/Mês)

**Membros Vinculados:** Marcelo de Maio Nascimento (C.H. 8 horas/Mês)  
Luciano Juchen (C.H. 5 horas/Mês)  
Kamilla Maria Souza Aires Alencar (C.H. 5 horas/Mês)  
Luiz Alcides Maduro (C.H. 5 horas/Mês)  
Fulvio Torres Flores (C.H. 5 horas/Mês)  
Marcelo Silva de Souza Ribeiro (C.H. 5 horas/Mês)  
Lara Elena Gomes Marquardt (C.H. 5 horas/Mês)  
Sergio Rodrigues Moreira (C.H. 5 horas/Mês)  
Elton John Holanda Lustosa (C.H. 5 horas/Mês)  
Fabiane Pianowisk (C.H. 5 horas/Mês)  
Luis Alberto Valotta (C.H. 5 horas/Mês)  
Alana Débora Cavalcante Pereira (C.H. 5 horas/Mês)  
Rebeca Guimarães Reis Veras (C.H. 5 horas/Mês)  
Francilino Cristiano Vidal de Araujo (C.H. 5 horas/Mês)  
Mariana Bezerra da Silva (C.H. 5 horas/Mês)  
Flavio de Souza Araújo (C.H. 5 horas/Mês)  
Alvany Maria dos Santos Santiago (C.H. 5 horas/Mês)  
Natália de Lima Andrade (C.H. 5 horas/Mês)  
Marcelo de Maio Nascimento (C.H. 5 horas/Mês)  
Marcos Alencar Abaide Balbinotti (C.H. 5 horas/Mês)  
Martha M. de S. Guimarães Cavalcanti (C.H. 5 horas/Mês)  
Nayara Jéssica dos Santos Maia (C.H. 5 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 1.2.1 Treinamento do pessoal, organização administrativa e compra do material

**Início:** Jan/2015 **Duração:** 3 Meses

**Somatório da carga horária dos membros:** 108 Horas/Mês

**Responsável:** Alvany Maria dos Santos Santiago (C.H. 12 horas/Mês)

**Membros Vinculados:** Marcelo de Maio Nascimento (C.H. 12 horas/Mês)  
Luciano Juchen (C.H. 6 horas/Mês)  
Andre Luiz Demantova Gurjão (C.H. 6 horas/Mês)  
Fulvio Torres Flores (C.H. 6 horas/Mês)  
Marcelo Silva de Souza Ribeiro (C.H. 6 horas/Mês)  
Lara Elena Gomes Marquardt (C.H. 6 horas/Mês)  
Sergio Rodrigues Moreira (C.H. 6 horas/Mês)  
João Gabriel Eugênio Araújo (C.H. 10 horas/Mês)  
Luciano Henrique Soares Lira (C.H. 6 horas/Mês)  
Fabiane Pianowisk (C.H. 6 horas/Mês)  
Luis Alberto Valotta (C.H. 6 horas/Mês)  
Alana Débora Cavalcante Pereira (C.H. 6 horas/Mês)  
Rebeca Guimarães Reis Veras (C.H. 4 horas/Mês)  
Martha M. de S. Guimarães Cavalcanti (C.H. 6 horas/Mês)  
Nayara Jéssica dos Santos Maia (C.H. 4 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 1.3 Interlocução Ensino/Extensão via Núcleo Temático

**Início:** Jan/2015 **Duração:** 24 Meses

**Somatório da carga horária dos membros:** 106 Horas/Mês

**Responsável:** Marcelo de Maio Nascimento (C.H. 0 hora/Mês)  
**Membros Vinculados:** Marcelo de Maio Nascimento (C.H. 20 horas/Mês)  
Luciano Juchen (C.H. 6 horas/Mês)  
Kamilla Maria Souza Aires Alencar (C.H. 6 horas/Mês)  
Andre Luiz Demantova Gurjão (C.H. 6 horas/Mês)  
Luiz Alcides Maduro (C.H. 6 horas/Mês)  
Fulvio Torres Flores (C.H. 6 horas/Mês)  
Marcelo Silva de Souza Ribeiro (C.H. 6 horas/Mês)  
Anamelia Lins e Silva Franco (C.H. 6 horas/Mês)  
Sergio Rodrigues Moreira (C.H. 6 horas/Mês)  
Fabiane Pianowisk (C.H. 6 horas/Mês)  
Luis Alberto Valotta (C.H. 20 horas/Mês)  
Alvany Maria dos Santos Santiago (C.H. 6 horas/Mês)  
Martha M. de S. Guimarães Cavalcanti (C.H. 6 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 2.1 Divulgação e Primeira etapa de inscrições

**Início:** Mar/2015 **Duração:** 1 Mês

**Somatório da carga horária dos membros:** 85 Horas/Mês

**Responsável:** Marcelo de Maio Nascimento (C.H. 5 horas/Mês)  
**Membros Vinculados:** Luiz Alcides Maduro (C.H. 5 horas/Mês)  
Fulvio Torres Flores (C.H. 5 horas/Mês)  
Luciano Henrique Soares Lira (C.H. 5 horas/Mês)  
Elton John Holanda Lustosa (C.H. 5 horas/Mês)  
Alana Débora Cavalcante Pereira (C.H. 12 horas/Mês)  
Rebeca Guimarães Reis Veras (C.H. 12 horas/Mês)  
Mariana Bezerra da Silva (C.H. 12 horas/Mês)  
Flavio de Souza Araújo (C.H. 12 horas/Mês)  
Nayara Jéssica dos Santos Maia (C.H. 12 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 2.1 Segunda etapa de inscrições

**Início:** Jan/2016 **Duração:** 1 Mês

**Somatório da carga horária dos membros:** 32 Horas/Mês

**Responsável:** Marcelo de Maio Nascimento (C.H. 5 horas/Mês)  
**Membros Vinculados:** Luciano Henrique Soares Lira (C.H. 5 horas/Mês)  
Alana Débora Cavalcante Pereira (C.H. 5 horas/Mês)  
Flavio de Souza Araújo (C.H. 5 horas/Mês)  
Alvany Maria dos Santos Santiago (C.H. 12 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 2.1.1 'I Etapa' de Avaliações Físicas e Funcionais/2015

**Início:** Mar/2015 **Duração:** 1 Mês

**Somatório da carga horária dos membros:** 34 Horas/Mês

**Responsável:** Andre Luiz Demantova Gurjão (C.H. 10 horas/Mês)  
**Membros Vinculados:** Marcelo de Maio Nascimento (C.H. 4 horas/Mês)

Sergio Rodrigues Moreira (C.H. 10 horas/Mês)  
João Gabriel Eugênio Araújo (C.H. 10 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 2.1.1 'I Etapa' de Avaliações Físicas e Funcionais/2016  
**Início:** Fev/2016 **Duração:** 1 Mês  
**Somatório da carga horária dos membros:** 18 Horas/Mês  
**Responsável:** Andre Luiz Demantova Gurjão (C.H. 10 horas/Mês)  
**Membros Vinculados:** Marcelo de Maio Nascimento (C.H. 4 horas/Mês)  
Marcos Alencar Abaide Balbinotti (C.H. 4 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 2.1.1 'II Etapa' de Avaliações Físicas e Funcionais/2015  
**Início:** Jul/2015 **Duração:** 1 Mês  
**Somatório da carga horária dos membros:** 38 Horas/Mês  
**Responsável:** Andre Luiz Demantova Gurjão (C.H. 10 horas/Mês)  
**Membros Vinculados:** Marcelo de Maio Nascimento (C.H. 4 horas/Mês)  
Sergio Rodrigues Moreira (C.H. 10 horas/Mês)  
João Gabriel Eugênio Araújo (C.H. 10 horas/Mês)  
Marcos Alencar Abaide Balbinotti (C.H. 4 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 2.1.1 'II Etapa' de Avaliações Físicas e Funcionais/2016  
**Início:** Jun/2016 **Duração:** 1 Mês  
**Somatório da carga horária dos membros:** 18 Horas/Mês  
**Responsável:** Andre Luiz Demantova Gurjão (C.H. 10 horas/Mês)  
**Membros Vinculados:** Marcelo de Maio Nascimento (C.H. 4 horas/Mês)  
Marcos Alencar Abaide Balbinotti (C.H. 4 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 2.1.1 'III Etapa' de Avaliações Físicas e Funcionais/2015  
**Início:** Nov/2015 **Duração:** 1 Mês  
**Somatório da carga horária dos membros:** 14 Horas/Mês  
**Responsável:** Andre Luiz Demantova Gurjão (C.H. 10 horas/Mês)  
**Membro Vinculado:** Marcelo de Maio Nascimento (C.H. 4 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 2.1.1 'III Etapa' de Avaliações Físicas e Funcionais/2016  
**Início:** Out/2016 **Duração:** 1 Mês  
**Somatório da carga horária dos membros:** 44 Horas/Mês  
**Responsável:** Andre Luiz Demantova Gurjão (C.H. 10 horas/Mês)  
**Membros Vinculados:** Sergio Rodrigues Moreira (C.H. 10 horas/Mês)  
João Gabriel Eugênio Araújo (C.H. 8 horas/Mês)  
Francklin Cristiano Vidal de Araujo (C.H. 12 horas/Mês)

**Atividade:** Ação 2.1.2 Aulas de Alongamento  
**Início:** Abr/2015 **Duração:** 21 Meses  
**Somatório da carga horária dos membros:** 12 Horas/Mês  
**Responsável:** Andre Luiz Demantova Gurjão (C.H. 12 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 2.1.3 Aulas de Dança  
**Início:** Abr/2015 **Duração:** 21 Meses  
**Somatório da carga horária dos membros:** 32 Horas/Mês  
**Responsável:** Marcelo de Maio Nascimento (C.H. 12 horas/Mês)  
**Membro Vinculado:** Alana Débora Cavalcante Pereira (C.H. 20 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 2.1.4 Aulas de Pilates  
**Início:** Abr/2015 **Duração:** 21 Meses  
**Somatório da carga horária dos membros:** 24 Horas/Mês  
**Responsável:** Marcelo de Maio Nascimento (C.H. 12 horas/Mês)  
**Membro Vinculado:** Alana Débora Cavalcante Pereira (C.H. 12 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 2.1.5 Corrida/Caminhada orientada  
**Início:** Abr/2015 **Duração:** 21 Meses  
**Somatório da carga horária dos membros:** 44 Horas/Mês  
**Responsável:** Sergio Rodrigues Moreira (C.H. 12 horas/Mês)  
**Membros Vinculados:** Luciano Juchen (C.H. 12 horas/Mês)  
Nayara Jéssica dos Santos Maia (C.H. 20 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 2.1.6 Aulas de Lutas (Defesa Pessoal)  
**Início:** Abr/2015 **Duração:** 21 Meses  
**Somatório da carga horária dos membros:** 12 Horas/Mês  
**Responsável:** Luiz Alcides Maduro (C.H. 12 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 2.1.7 Esportes de Raquete (Tênis, Badminton e Tênis de Mesa)  
**Início:** Abr/2015 **Duração:** 21 Meses  
**Somatório da carga horária dos membros:** 24 Horas/Mês  
**Responsável:** Luciano Juchen (C.H. 12 horas/Mês)  
**Membro Vinculado:** Flavio de Souza Araújo (C.H. 12 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 2.1.8 Hidroginástica

**Início:** Abr/2015 **Duração:** 21 Meses

**Somatório da carga horária dos membros:** 24 Horas/Mês

**Responsável:** Lara Elena Gomes Marquardt (C.H. 12 horas/Mês)

**Membro Vinculado:** Mariana Bezerra da Silva (C.H. 12 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 2.1.9 Aulas de Natação

**Início:** Abr/2015 **Duração:** 21 Meses

**Somatório da carga horária dos membros:** 24 Horas/Mês

**Responsável:** Lara Elena Gomes Marquardt (C.H. 12 horas/Mês)

**Membro Vinculado:** Mariana Bezerra da Silva (C.H. 12 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 2.3.2 Atividades de inclusão cultural, digital e expressão (Colegiado de Artes Visuais):

**Início:** Abr/2015 **Duração:** 21 Meses

**Somatório da carga horária dos membros:** 24 Horas/Mês

**Responsável:** Fabiane Pianowisk (C.H. 12 horas/Mês)

**Membro Vinculado:** Fulvio Torres Flores (C.H. 12 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 3 Atividades de Pesquisa

**Início:** Mar/2015 **Duração:** 22 Meses

**Somatório da carga horária dos membros:** 144 Horas/Mês

**Responsável:** Marcelo de Maio Nascimento (C.H. 6 horas/Mês)

**Membros Vinculados:** Luciano Juchen (C.H. 6 horas/Mês)  
Kamilla Maria Souza Aires Alencar (C.H. 6 horas/Mês)  
Andre Luiz Demantova Gurjão (C.H. 6 horas/Mês)  
Luiz Alcides Maduro (C.H. 6 horas/Mês)  
Fulvio Torres Flores (C.H. 6 horas/Mês)  
Marcelo Silva de Souza Ribeiro (C.H. 6 horas/Mês)  
Anamelia Lins e Silva Franco (C.H. 6 horas/Mês)  
Lara Elena Gomes Marquardt (C.H. 6 horas/Mês)  
Sergio Rodrigues Moreira (C.H. 6 horas/Mês)  
João Gabriel Eugênio Araújo (C.H. 6 horas/Mês)  
Elton John Holanda Lustosa (C.H. 6 horas/Mês)  
Fabiane Pianowisk (C.H. 6 horas/Mês)  
Luis Alberto Valotta (C.H. 6 horas/Mês)  
Alana Débora Cavalcante Pereira (C.H. 6 horas/Mês)  
Rebeca Guimarães Reis Veras (C.H. 6 horas/Mês)  
Francklin Cristiano Vidal de Araujo (C.H. 6 horas/Mês)  
Mariana Bezerra da Silva (C.H. 6 horas/Mês)

Flavio de Souza Araújo (C.H. 6 horas/Mês)  
Alvany Maria dos Santos Santiago (C.H. 6 horas/Mês)  
Natália de Lima Andrade (C.H. 6 horas/Mês)  
Marcos Alencar Abaide Balbinotti (C.H. 12 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 4.1 Assessoramento administrativo

**Início:** Jan/2015 **Duração:** 24 Meses

**Somatório da carga horária dos membros:** 60 Horas/Mês

**Responsável:** Alvany Maria dos Santos Santiago (C.H. 14 horas/Mês)

**Membros Vinculados:** Marcelo de Maio Nascimento (C.H. 10 horas/Mês)  
João Gabriel Eugênio Araújo (C.H. 6 horas/Mês)  
Luciano Henrique Soares Lira (C.H. 6 horas/Mês)  
Rebeca Guimarães Reis Veras (C.H. 12 horas/Mês)  
Francklin Cristiano Vidal de Araujo (C.H. 12 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 4.2 Eventos formativos

**Início:** Mai/2015 **Duração:** 20 Meses

**Somatório da carga horária dos membros:** 204 Horas/Mês

**Responsável:** Marcelo de Maio Nascimento (C.H. 12 horas/Mês)

**Membros Vinculados:** Luciano Juchen (C.H. 6 horas/Mês)  
Kamilla Maria Souza Aires Alencar (C.H. 6 horas/Mês)  
Andre Luiz Demantova Gurjão (C.H. 6 horas/Mês)  
Luiz Alcides Maduro (C.H. 6 horas/Mês)  
Fulvio Torres Flores (C.H. 6 horas/Mês)  
Marcelo Silva de Souza Ribeiro (C.H. 6 horas/Mês)  
Anamelia Lins e Silva Franco (C.H. 40 horas/Mês)  
Lara Elena Gomes Marquardt (C.H. 6 horas/Mês)  
Sergio Rodrigues Moreira (C.H. 6 horas/Mês)  
João Gabriel Eugênio Araújo (C.H. 6 horas/Mês)  
Luciano Henrique Soares Lira (C.H. 6 horas/Mês)  
Elton John Holanda Lustosa (C.H. 6 horas/Mês)  
Fabiane Pianowisk (C.H. 6 horas/Mês)  
Luis Alberto Valotta (C.H. 6 horas/Mês)  
Alana Débora Cavalcante Pereira (C.H. 6 horas/Mês)  
Rebeca Guimarães Reis Veras (C.H. 6 horas/Mês)  
Francklin Cristiano Vidal de Araujo (C.H. 6 horas/Mês)  
Mariana Bezerra da Silva (C.H. 6 horas/Mês)  
Flavio de Souza Araújo (C.H. 6 horas/Mês)  
Alvany Maria dos Santos Santiago (C.H. 6 horas/Mês)  
Natália de Lima Andrade (C.H. 6 horas/Mês)  
Marcos Alencar Abaide Balbinotti (C.H. 20 horas/Mês)  
Jarbas Clemente da Silva Araújo (C.H. 12 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 4.2.1 Evento 'regional' de Esporte e Lazer, com ênfase no Idoso, em caráter Interdisciplinar

**Início:** Dez/2015 **Duração:** 1 Mês  
**Somatório da carga horária dos membros:** 143 Horas/Mês  
**Responsável:** Marcelo de Maio Nascimento (C.H. 12 horas/Mês)  
**Membros Vinculados:** Luciano Juchen (C.H. 5 horas/Mês)  
Kamilla Maria Souza Aires Alencar (C.H. 5 horas/Mês)  
Andre Luiz Demantova Gurjão (C.H. 5 horas/Mês)  
Luiz Alcides Maduro (C.H. 5 horas/Mês)  
Fulvio Torres Flores (C.H. 7 horas/Mês)  
Marcelo Silva de Souza Ribeiro (C.H. 5 horas/Mês)  
Anamelia Lins e Silva Franco (C.H. 5 horas/Mês)  
Lara Elena Gomes Marquardt (C.H. 5 horas/Mês)  
Sergio Rodrigues Moreira (C.H. 5 horas/Mês)  
João Gabriel Eugênio Araújo (C.H. 5 horas/Mês)  
Luciano Henrique Soares Lira (C.H. 5 horas/Mês)  
Elton John Holanda Lustosa (C.H. 5 horas/Mês)  
Fabiane Pianowisk (C.H. 7 horas/Mês)  
Luis Alberto Valotta (C.H. 5 horas/Mês)  
Alana Débora Cavalcante Pereira (C.H. 5 horas/Mês)  
Rebeca Guimarães Reis Veras (C.H. 5 horas/Mês)  
Francklin Cristiano Vidal de Araujo (C.H. 5 horas/Mês)  
Mariana Bezerra da Silva (C.H. 5 horas/Mês)  
Flavio de Souza Araújo (C.H. 5 horas/Mês)  
Alvany Maria dos Santos Santiago (C.H. 12 horas/Mês)  
Natália de Lima Andrade (C.H. 5 horas/Mês)  
Martha M. de S. Guimarães Cavalcanti (C.H. 5 horas/Mês)  
Jarbas Clemente da Silva Araújo (C.H. 5 horas/Mês)  
Nayara Jéssica dos Santos Maia (C.H. 5 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 4.2.2 Evento 'nacional' de Esporte e Lazer, com ênfase no Idoso, em caráter Interdisciplinar

**Início:** Dez/2016 **Duração:** 1 Mês  
**Somatório da carga horária dos membros:** 272 Horas/Mês  
**Responsável:** Marcelo de Maio Nascimento (C.H. 20 horas/Mês)  
**Membros Vinculados:** Luciano Juchen (C.H. 8 horas/Mês)  
Kamilla Maria Souza Aires Alencar (C.H. 8 horas/Mês)  
Andre Luiz Demantova Gurjão (C.H. 8 horas/Mês)  
Luiz Alcides Maduro (C.H. 12 horas/Mês)  
Fulvio Torres Flores (C.H. 12 horas/Mês)  
Marcelo Silva de Souza Ribeiro (C.H. 8 horas/Mês)  
Anamelia Lins e Silva Franco (C.H. 12 horas/Mês)  
Lara Elena Gomes Marquardt (C.H. 8 horas/Mês)  
Sergio Rodrigues Moreira (C.H. 8 horas/Mês)  
João Gabriel Eugênio Araújo (C.H. 20 horas/Mês)  
Luciano Henrique Soares Lira (C.H. 20 horas/Mês)  
Elton John Holanda Lustosa (C.H. 8 horas/Mês)  
Fabiane Pianowisk (C.H. 8 horas/Mês)  
Luis Alberto Valotta (C.H. 12 horas/Mês)  
Alana Débora Cavalcante Pereira (C.H. 8 horas/Mês)  
Rebeca Guimarães Reis Veras (C.H. 8 horas/Mês)

Francklin Cristiano Vidal de Araujo (C.H. 8 horas/Mês)  
Mariana Bezerra da Silva (C.H. 8 horas/Mês)  
Flavio de Souza Araújo (C.H. 8 horas/Mês)  
Alvany Maria dos Santos Santiago (C.H. 20 horas/Mês)  
Natália de Lima Andrade (C.H. 8 horas/Mês)  
Marcos Alencar Abaide Balbinotti (C.H. 12 horas/Mês)  
Martha M. de S. Guimarães Cavalcanti (C.H. 8 horas/Mês)  
Jarbas Clemente da Silva Araújo (C.H. 4 horas/Mês)  
Nayara Jéssica dos Santos Maia (C.H. 8 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 4.3 Parceirias

**Início:** Fev/2015 **Duração:** 23 Meses

**Somatório da carga horária dos membros:** 65 Horas/Mês

**Responsável:** Alvany Maria dos Santos Santiago (C.H. 5 horas/Mês)

**Membros Vinculados:** Kamilla Maria Souza Aires Alencar (C.H. 5 horas/Mês)  
Luiz Alcides Maduro (C.H. 5 horas/Mês)  
Fulvio Torres Flores (C.H. 5 horas/Mês)  
Marcelo Silva de Souza Ribeiro (C.H. 5 horas/Mês)  
Anamelia Lins e Silva Franco (C.H. 5 horas/Mês)  
Fabiane Pianowisk (C.H. 5 horas/Mês)  
Luis Alberto Valotta (C.H. 5 horas/Mês)  
Marcelo de Maio Nascimento (C.H. 5 horas/Mês)  
Marcos Alencar Abaide Balbinotti (C.H. 12 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 4.4 Publicações Científicas

**Início:** Jan/2016 **Duração:** 12 Meses

**Somatório da carga horária dos membros:** 107 Horas/Mês

**Responsável:** Marcelo de Maio Nascimento (C.H. 5 horas/Mês)

**Membros Vinculados:** Luciano Juchen (C.H. 5 horas/Mês)  
Kamilla Maria Souza Aires Alencar (C.H. 5 horas/Mês)  
Andre Luiz Demantova Gurjão (C.H. 5 horas/Mês)  
Luiz Alcides Maduro (C.H. 5 horas/Mês)  
Fulvio Torres Flores (C.H. 5 horas/Mês)  
Marcelo Silva de Souza Ribeiro (C.H. 5 horas/Mês)  
Anamelia Lins e Silva Franco (C.H. 5 horas/Mês)  
Lara Elena Gomes Marquardt (C.H. 5 horas/Mês)  
Sergio Rodrigues Moreira (C.H. 5 horas/Mês)  
João Gabriel Eugênio Araújo (C.H. 5 horas/Mês)  
Elton John Holanda Lustosa (C.H. 5 horas/Mês)  
Fabiane Pianowisk (C.H. 5 horas/Mês)  
Luis Alberto Valotta (C.H. 5 horas/Mês)  
Rebeca Guimarães Reis Veras (C.H. 5 horas/Mês)  
Francklin Cristiano Vidal de Araujo (C.H. 5 horas/Mês)  
Mariana Bezerra da Silva (C.H. 5 horas/Mês)  
Flavio de Souza Araújo (C.H. 5 horas/Mês)  
Alvany Maria dos Santos Santiago (C.H. 8 horas/Mês)

Natália de Lima Andrade (C.H. 5 horas/Mês)  
 Marcos Alencar Abaide Balbinotti (C.H. 4 horas/Mês)

**Atividade:** Ações 3.1, 3.2, 3.3, 3.4 e 3.5 Pesquisa  
**Início:** Jul/2015 **Duração:** 18 Meses  
**Somatório da carga horária dos membros:** 40 Horas/Mês  
**Responsável:** Luciano Juchen (C.H. 5 horas/Mês)  
**Membros Vinculados:** Marcelo de Maio Nascimento (C.H. 5 horas/Mês)  
 Kamilla Maria Souza Aires Alencar (C.H. 5 horas/Mês)  
 Andre Luiz Demantova Gurjão (C.H. 5 horas/Mês)  
 Luiz Alcides Maduro (C.H. 5 horas/Mês)  
 Fulvio Torres Flores (C.H. 5 horas/Mês)  
 Marcelo Silva de Souza Ribeiro (C.H. 5 horas/Mês)  
 Anamelia Lins e Silva Franco (C.H. 5 horas/Mês)

**Atividade:** Ações 4. Atividades de comunicação e fortalecimento da rede  
**Início:** Jan/2015 **Duração:** 24 Meses  
**Somatório da carga horária dos membros:** 30 Horas/Mês  
**Responsável:** Alvany Maria dos Santos Santiago (C.H. 12 horas/Mês)  
**Membros Vinculados:** João Gabriel Eugênio Araújo (C.H. 5 horas/Mês)  
 Luciano Henrique Soares Lira (C.H. 8 horas/Mês)  
 Francklin Cristiano Vidal de Araujo (C.H. 5 horas/Mês)

Responsável	Atividade	2015											
		Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez
Kamilla Maria Souza Aires Alencar	2.3.1 Núcleo Interdisciplinar: Linha Saúd...	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Marcelo de Maio Nascimento	Ação 1.1 e 1.4 Interlocução Ensino/Exte...	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Andre Luiz Demantova Gurjão	Ação 1.2 Grupo de Estudos Interdisciplina...	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Alvany Maria dos Santos Santiago	Ação 1.2.1 Treinamento do pessoal, organi...	X	X	X	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Marcelo de Maio Nascimento	Ação 1.3 Interlocução Ensino/Extensão ...	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Alvany Maria dos Santos Santiago	Ação 4.1 Assessoramento administrativo	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Alvany Maria dos Santos Santiago	Ações 4. Atividades de comunicação e fo...	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Alvany Maria dos Santos Santiago	Ação 4.3 Parcerias	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Marcelo de Maio Nascimento	Ação 2.1 Divulgação e Primeira etapa de...	-	-	X	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Andre Luiz Demantova Gurjão	Ação 2.1.1 'I Etapa' de Avaliações Fís...	-	-	X	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Marcelo de Maio Nascimento	Ação 3 Atividades de Pesquisa	-	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Andre Luiz Demantova Gurjão	Ação 2.1.2 Aulas de Alongamento	-	-	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Marcelo de Maio Nascimento	Ação 2.1.3 Aulas de Dança	-	-	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Marcelo de Maio Nascimento	Ação 2.1.4 Aulas de Pilates	-	-	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Sergio Rodrigues Moreira	Ação 2.1.5 Corrida/Caminhada orientada	-	-	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Luiz Alcides Maduro	Ação 2.1.6 Aulas de Lutas (Defesa Pessoal...	-	-	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Luciano Juchen	Ação 2.1.7 Esportes de Raquete (Tênis, B...	-	-	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Lara Elena Gomes Marquardt	Ação 2.1.8 Hidroginástica	-	-	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Lara Elena Gomes Marquardt	Ação 2.1.9 Aulas de Natação	-	-	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Fabiane Pianowisk	Ação 2.3.2 Atividades de inclusão cultur...	-	-	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Marcelo de Maio Nascimento	Ação 4.2 Eventos formativos	-	-	-	-	X	X	X	X	X	X	X	X
Andre Luiz Demantova Gurjão	Ação 2.1.1 'II Etapa' de Avaliações Fí...	-	-	-	-	-	-	X	-	-	-	-	-

Luciano Juchen	Ações 3.1, 3.2, 3.3, 3.4 e 3.5 Pesquisa	-	-	-	-	-	-	X	X	X	X	X	X
Andre Luiz Demantova Gurjão	Ação 2.1.1 'III Etapa' de Avaliações F...	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	X	-
Marcelo de Maio Nascimento	Ação 4.2.1 Evento 'regional' de Esporte e...	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	X

Responsável	Atividade	2016											
		Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez
Kamilla Maria Souza Aires Alencar	2.3.1 Núcleo Interdisciplinar: Linha Saúd...	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Marcelo de Maio Nascimento	Ação 1.1 e 1.4 Interlocução Ensino/Exte...	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Andre Luiz Demantova Gurjão	Ação 1.2 Grupo de Estudos Interdisciplina...	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Marcelo de Maio Nascimento	Ação 1.3 Interlocução Ensino/Extensão ...	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Alvany Maria dos Santos Santiago	Ação 4.1 Assessoramento administrativo	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Alvany Maria dos Santos Santiago	Ações 4. Atividades de comunicação e fo...	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Alvany Maria dos Santos Santiago	Ação 4.3 Parcerias	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Marcelo de Maio Nascimento	Ação 3 Atividades de Pesquisa	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Andre Luiz Demantova Gurjão	Ação 2.1.2 Aulas de Alongamento	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Marcelo de Maio Nascimento	Ação 2.1.3 Aulas de Dança	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Marcelo de Maio Nascimento	Ação 2.1.4 Aulas de Pilates	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Sergio Rodrigues Moreira	Ação 2.1.5 Corrida/Caminhada orientada	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Luiz Alcides Maduro	Ação 2.1.6 Aulas de Lutas (Defesa Pessoal...	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Luciano Juchen	Ação 2.1.7 Esportes de Raquete (Tênis, B...	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Lara Elena Gomes Marquardt	Ação 2.1.8 Hidroginástica	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Lara Elena Gomes Marquardt	Ação 2.1.9 Aulas de Natação	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Fabiane Pianowisk	Ação 2.3.2 Atividades de inclusão cultur...	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Marcelo de Maio Nascimento	Ação 4.2 Eventos formativos	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Luciano Juchen	Ações 3.1, 3.2, 3.3, 3.4 e 3.5 Pesquisa	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Marcelo de Maio Nascimento	Ação 2.1 Segunda etapa de inscrições	X	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Marcelo de Maio Nascimento	Ação 4.4 Publicações Científicas	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Andre Luiz Demantova Gurjão	Ação 2.1.1 'I Etapa' de Avaliações Fí...	-	X	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Andre Luiz Demantova Gurjão		-	-	-	-	-	X	-	-	-	-	-	-
Andre Luiz Demantova Gurjão	Ação 2.1.1 'III Etapa' de Avaliações F...	-	-	-	-	-	-	-	-	-	X	-	-
Marcelo de Maio Nascimento	Ação 4.2.2 Evento 'nacional' de Esporte e...	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	X

### 3. Receita

#### 3.1 Arrecadação

Descrição	Tipo	Quantidade	Custo Unitário
Não há arrecadação		1	0,00
<b>Total</b>			<b>R\$ 0,00</b>

#### 3.2 Recursos da IES (MEC)

Bolsas	Valor(R\$)
Bolsa - Auxílio Financeiro a Estudantes (3390-18)	144.000,00
Bolsa - Auxílio Financeiro a Pesquisadores (3390-20)	0,00
<b>Subtotal</b>	<b>R\$ 144.000,00</b>

Rubricas	Valor(R\$)
Material de Consumo (3390-30)	38.066,55

Passagens e Despesas com Locomoção (3390-33)	16.775,00
Diárias - Pessoal Civil (3390-14)	9.210,00
Outros Serviços de Terceiros - Pessoa Física (3390-36)	0,00
Outros Serviços de Terceiros - Pessoa Jurídica (3390-39)	20.450,00
Equipamento e Material Permanente (4490-52)	70.168,60
Encargos Patronais (3390-47)	0,00
<b>Subtotal</b>	<b>R\$ 154.670,15</b>
<b>Total:</b>	<b>R\$ 298.670,15</b>

### 3.3 Recursos de Terceiros

Não há Recursos de Terceiros.

### 3.4 Receita Consolidada

Elementos da Receita (Com Bolsa)	R\$
Subtotal 1 (Arrecadação)	0,00
Subtotal 2 (Recursos da IES (MEC): Bolsas + Outras Rubricas)	298.670,15
Subtotal 3 (Recursos de Terceiros)	0,00
<b>Total</b>	<b>298.670,15</b>

Elementos da Receita (Sem Bolsa)	R\$
Subtotal 1 (Arrecadação)	0,00
Subtotal 2 (Recursos da IES (MEC): Rubricas)	154.670,15
Subtotal 3 (Recursos de Terceiros)	0,00
<b>Total</b>	<b>154.670,15</b>

## 4. Despesas

Elementos de Despesas	Arrecadação (R\$)	IES (MEC)(R\$)	Terceiros (R\$)	Total (R\$)
Bolsa - Auxílio Financeiro a Estudantes (3390-18)	0,00	144.000,00	0,00	144.000,00
Bolsa - Auxílio Financeiro a Pesquisadores (3390-20)	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Subtotal 1</b>	<b>0,00</b>	<b>144.000,00</b>	<b>0,00</b>	<b>144.000,00</b>
Diárias - Pessoal Civil (3390-14)	0,00	9.210,00	0,00	9.210,00
Material de Consumo (3390-30)	0,00	38.066,55	0,00	38.066,55
Passagens e Despesas com Locomoção (3390-33)	0,00	16.775,00	0,00	16.775,00
Outros Serviços de Terceiros - Pessoa Física (3390-36)	0,00	0,00	0,00	0,00
Outros Serviços de Terceiros - Pessoa Jurídica (3390-39)	0,00	20.450,00	0,00	20.450,00

Equipamento e Material Permanente (4490-52)	0,00	70.168,60	0,00	70.168,60
Outras Despesas	0,00	0,00	0,00	0,00
Outras Despesas (Impostos)	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Subtotal</b>	<b>0,00</b>	<b>154.670,15</b>	<b>0,00</b>	<b>154.670,15</b>
<b>Total</b>	<b>0,00</b>	<b>298.670,15</b>	<b>0,00</b>	<b>298.670,15</b>

Valor total solicitado em Reais: R\$ 298.670,15

**Duzentos e Noventa e Oito Mil e Seiscentos e Setenta Reais e Quinze Centavos**

A seguir são apresentadas as despesas em relação a cada elemento de despesa da atividade: Diárias - Pessoal Civil, Material de

Consumo, Passagens e Despesas com Locomoção, Outros Serviços de Terceiros é Pessoa Física, Outros Serviços de Terceiros é Pessoa

Jurídica, Equipamento e Material Permanente, Bolsistas e Outras Despesas. Nos respectivos quadros de despesas são apresentados

itens específicos, sendo relevante destacar o campo 'Fonte'. O campo 'Fonte' refere-se à origem do recurso financeiro, podendo ser

Arrecadação, Instituição e Terceiros.

#### 4.1 Despesas - Diárias

Localidade	Qtde	Custo Unitário	Fonte	Custo Total
Brasília - DF - Brasil	3,0	R\$ 250,00	IES (MEC)	R\$ 750,00
Petrolina - PE - Pernambuco - Brasil	47,0	R\$ 180,00	IES (MEC)	R\$ 8.460,00
<b>Total</b>				<b>R\$9.210,00</b>

Observação: As diárias serão pagas a profissionais de outras localidades

convidados para participar de eventos formativos, mini-cursos, e assessoramento de pesquisas e ações de Extensão, específicos para o tratamento de questões do Esporte e Lazer em caráter interdisciplinar próprios do Programa 'Vida Ativa'. De tal forma, as diárias se destinam ao custeio de sua permanência em Petrolina-PE. As diárias em Brasília se destinam a permanência do coordenador do Programa em reunião com o MEC.

\* Salientamos que a inclusão das passagens internacionais se destinam a professores coordenadores de institutos em suas respectivas universidades, os quais desenvolvem atividades de pesquisa, ensino e extensão na área do Esporte e Lazer, com foco na pessoa idosa. Tais profissionais/institutos podem auxiliar o desenvolvimento dos atuais trabalhos e intensões do Colegiado de Educação Física da UNIVASF. Ou seja, consistem em parcerias de imenso valor para a criação e manutenção das ações do Programa 'Vida Ativa'. Pois, por meio de suas experiências e conhecimentos humanos e técnicos - acreditamos - que possam contribuir tanto no âmbito interno da IES, como junto às comunidades: um diferencial para este Programa de Extensão.

#### 4.2 Despesas - Material de Consumo

Descrição	Qtde	Unidade	Custo Unitário	Fonte	Custo Total
Apara chute (21x45) de bidin (couro sintético)/pa	2	Unidade(s)	R\$ 110,00	IES (MEC)	R\$ 220,00
Argila (1 kg)	80	Unidade(s)	R\$ 2,00	IES (MEC)	R\$ 160,00

Bandeirolas para piscina (nado de costas)	50	Unidade(s)	R\$ 11,00	IES (MEC)	R\$ 550,00
BOLA ALONG.SLADE BALL 55 CM	40	Unidade(s)	R\$ 90,00	IES (MEC)	R\$ 3.600,00
Canetinha hidrocor (caixa com 12 cores)	40	Unidade(s)	R\$ 20,00	IES (MEC)	R\$ 800,00
Cartuchos para impressora (colorida)	10	Unidade(s)	R\$ 450,00	IES (MEC)	R\$ 4.500,00
Cola-bastão (unidade de 40gr.)	80	Unidade(s)	R\$ 10,00	IES (MEC)	R\$ 800,00
Corda de pular c/tira de silicone rolam. blindado	20	Unidade(s)	R\$ 31,00	IES (MEC)	R\$ 620,00
Corda revestida (5m) com ponteira borracha	1	Unidade(s)	R\$ 165,00	IES (MEC)	R\$ 165,00
Disco sit diam.34cm (capac.180kg peso)	5	Unidade(s)	R\$ 42,00	IES (MEC)	R\$ 210,00
DVD (mídia)	100	Unidade(s)	R\$ 1,00	IES (MEC)	R\$ 100,00
Envelope plástico	1	Unidade(s)	R\$ 7,20	IES (MEC)	R\$ 7,20
Foot massage meia bola c/ cerda inflavel diam16cm	2	Unidade(s)	R\$ 38,00	IES (MEC)	R\$ 76,00
Furador de papel	1	Unidade(s)	R\$ 55,00	IES (MEC)	R\$ 55,00
Gizão de cera (caixa com 12 cores)	40	Unidade(s)	R\$ 6,00	IES (MEC)	R\$ 240,00
Grampeador	2	Unidade(s)	R\$ 11,50	IES (MEC)	R\$ 23,00
Grampos galvanizados, para aparelho grampeador 5.000 unidades	2	Unidade(s)	R\$ 12,00	IES (MEC)	R\$ 24,00
Haste para sinalização do nado de costas	4	Unidade(s)	R\$ 118,50	IES (MEC)	R\$ 474,00
HD externo	8	Unidade(s)	R\$ 250,00	IES (MEC)	R\$ 2.000,00
Luva bate saco ii tam. único c/velcro (sintética)	4	Unidade(s)	R\$ 33,00	IES (MEC)	R\$ 132,00
Luva de foco (manopla) - sintético (par)	6	Unidade(s)	R\$ 72,00	IES (MEC)	R\$ 432,00
MAGIC CIRCLE 36CM	5	Unidade(s)	R\$ 100,00	IES (MEC)	R\$ 500,00
Maletas de Arquivo	10	Unidade(s)	R\$ 82,00	IES (MEC)	R\$ 820,00
Medicine ball de borracha 1kg	2	Unidade(s)	R\$ 91,00	IES (MEC)	R\$ 182,00
Medicine ball de borracha 2kg	2	Unidade(s)	R\$ 124,00	IES (MEC)	R\$ 248,00
Medicine ball de borracha 3kg	2	Unidade(s)	R\$ 153,00	IES (MEC)	R\$ 306,00
Medicine ball de borracha 4kg	2	Unidade(s)	R\$ 187,00	IES (MEC)	R\$ 374,00

Medicine ball de borracha 5kg	1	Unidade(s)	R\$ 218,00	IES (MEC)	R\$ 218,00
Papel A3 (pacote 500 folhas - 90gr)	12	Unidade(s)	R\$ 45,00	IES (MEC)	R\$ 540,00
Papel A4 (pacote 500 folhas - 90gr)	12	Unidade(s)	R\$ 20,00	IES (MEC)	R\$ 240,00
Papel Kraft (bobina 80gr 250m)	2	Unidade(s)	R\$ 70,00	IES (MEC)	R\$ 140,00
Papel toalha interfolhado (caixa com 4800 folhas)	2	Unidade(s)	R\$ 80,00	IES (MEC)	R\$ 160,00
Pasta Chies registradora, com presilhas	10	Unidade(s)	R\$ 18,00	IES (MEC)	R\$ 180,00
Pasta de Plástico para folha A4	10	Unidade(s)	R\$ 3,99	IES (MEC)	R\$ 39,90
Pincel (vários tamanhos e formas)	60	Unidade(s)	R\$ 15,00	IES (MEC)	R\$ 900,00
Pull Buoy	15	Unidade(s)	R\$ 23,63	IES (MEC)	R\$ 354,45
Punching ball c/ base regulável completo	1	Unidade(s)	R\$ 605,00	IES (MEC)	R\$ 605,00
RAIA DEFE/FIORELLA PE	200	Unidade(s)	R\$ 67,00	IES (MEC)	R\$ 13.400,00
Saco de boxe profiss.(120cm)- lona marítima	1	Unidade(s)	R\$ 242,00	IES (MEC)	R\$ 242,00
Slackline 10m	1	Unidade(s)	R\$ 220,00	IES (MEC)	R\$ 220,00
Template website (Joomla/ Wordpress)	1	Unidade(s)	R\$ 300,00	IES (MEC)	R\$ 300,00
Tesoura	40	Unidade(s)	R\$ 6,00	IES (MEC)	R\$ 240,00
Teto solo (bola mais extensores das extremidades)	1	Unidade(s)	R\$ 154,00	IES (MEC)	R\$ 154,00
Theraband forte 1,5m x 14,5cm x 0,55mm esp.	30	Unidade(s)	R\$ 26,50	IES (MEC)	R\$ 795,00
Theraband medio 1,5m x 14,5cm x 0,45mm esp.	30	Unidade(s)	R\$ 24,00	IES (MEC)	R\$ 720,00
Tinta guache (diversas cores, pote 250ml)	200	Unidade(s)	R\$ 5,00	IES (MEC)	R\$ 1.000,00
<b>Total</b>					<b>R\$38.066,55</b>

#### 4.3 Despesas - Passagens

Percurso	Qtde	Custo Unitário	Fonte	Custo Total
Colônia Alemanha à Petrolina à Colônia Alemanha	1	R\$ 3.000,00	IES (MEC)	R\$ 3.000,00
Florianópolis à Petrolina à Florianópolis	2	R\$ 1.000,00	IES (MEC)	R\$ 2.000,00
Natal à Petrolina à Natal	1	R\$ 600,00	IES (MEC)	R\$ 600,00
Petrolina à Brasília à Petrolina	1	R\$ 850,00	IES (MEC)	R\$ 850,00
Porto Alegre à Petrolina à Porto Alegre	3	R\$ 1.000,00	IES (MEC)	R\$ 3.000,00
Quebéc Canada à Petrolina à Quebéc Canada	1	R\$ 3.000,00	IES (MEC)	R\$ 3.000,00
Rio de Janeiro à Petrolina à Rio de Janeiro	1	R\$ 900,00	IES (MEC)	R\$ 900,00
Salvador à Petrolina à Salvador	1	R\$ 425,00	IES (MEC)	R\$ 425,00
São Paulo à Petrolina à São Paulo	3	R\$ 1.000,00	IES (MEC)	R\$ 3.000,00
<b>Total</b>				<b>R\$16.775,00</b>

Observação: As passagens aéreas serão utilizadas para custear a vinda de professores à cidade de Petrolina-PE. Os mesmos serão palestrantes, facilitando mini-cursos em eventos formativos para os envolvidos nas áreas I e II do Programa, além de professores, gestores e agentes de saúde dos Municípios envolvidos na ação. Também irão auxiliar na fundamentação dos projetos de pesquisa do programa 'Vida Ativa'. Em sentido ao ensino, será possível aliar suas estadias em Petrolina aos alunos inscritos nos seis Colegiados da UNIVASF, e também de outras instituições de ensino da região. Além do benefício de alunos inscritos no programa de Extensão, suas palestras serão levadas até os grupos da Terceira Idade das comunidades locais.

#### 4.4 Despesas - Outros Serviços de Terceiros - Pessoa Física

Não há Serviço de Terceiros - Pessoa Física.

#### 4.5 Despesas - Outros Serviços de Terceiros - Pessoa Jurídica

Descrição	Fonte	Custo Total
Confecção e Impressão de Banner	IES (MEC)	R\$ 500,00
Confecção e Impressão de cartazes	IES (MEC)	R\$ 500,00
Confecção e Impressão de certificados.	IES (MEC)	R\$ 1.000,00
Confecção e Impressão de crachás	IES (MEC)	R\$ 850,00
Criação, revisão editorial, diagramação de livro (versão digital)	IES (MEC)	R\$ 1.400,00
Criação, revisão editorial, diagramação e Impressão de livro	IES (MEC)	R\$ 16.000,00
Xerox. Material de auxílio e divulgação.	IES (MEC)	R\$ 200,00
<b>Total</b>		<b>R\$20.450,00</b>

Observação: Será utilizado serviço de gráfica para a confecção, impressão, reprodução e materiais necessários para a execução do Projeto nos diversos módulos. A maioria dos gastos será concentrada para a elaboração e impressão de materiais de divulgação e orientação do Evento, bem como a publicação do livro.

#### 4.6 Despesas - Equipamento e Material Permanente

Descrição	Qtde	Custo Unitário	Fonte	Custo Total
-----------	------	----------------	-------	-------------

APARELHO DE PRESSAO ARTERIAL, COLUNA DE MERCURIO,COM PEDESTAL E RODIZIOS. DUAS ESCALAS COM ALGARISMOS BEM VISÍVEIS E GRADUAÇÃO DE 0 A 300 MM/HG	2	R\$ 527,00	IES (MEC)	R\$ 1.054,00
Aparelho de pressão	5	R\$ 300,00	IES (MEC)	R\$ 1.500,00
aparelho de som portátil para aula na piscina	1	R\$ 290,00	IES (MEC)	R\$ 290,00
BASTAO SEM CARGA 1 METRO AZUL	2	R\$ 50,00	IES (MEC)	R\$ 100,00
Caixa de som com carrinho para transporte	1	R\$ 740,00	IES (MEC)	R\$ 740,00
CARRINHO C/ TAMPA P/ MATERIAL	4	R\$ 850,00	IES (MEC)	R\$ 3.400,00
CATRACAO	1	R\$ 2.600,00	IES (MEC)	R\$ 2.600,00
CESTA PARA GUARDAR ESPAGUETE	2	R\$ 250,00	IES (MEC)	R\$ 500,00
CESTA PARA GUARDAR MATERIAL	8	R\$ 90,00	IES (MEC)	R\$ 720,00
Computador desktop	1	R\$ 3.500,00	IES (MEC)	R\$ 3.500,00
Computador Notebook	1	R\$ 2.700,00	IES (MEC)	R\$ 2.700,00
Cone de plástico p/ treinamento 23cm	10	R\$ 7,70	IES (MEC)	R\$ 77,00
Data show	4	R\$ 3.200,00	IES (MEC)	R\$ 12.800,00
Escada de chão branca 4m (unidade)	1	R\$ 44,00	IES (MEC)	R\$ 44,00
ESTANTE MEDICINE	1	R\$ 230,00	IES (MEC)	R\$ 230,00
ESTICADOR P/ RAIÁ	5	R\$ 80,00	IES (MEC)	R\$ 400,00
Frequencímetro Polar	10	R\$ 370,00	IES (MEC)	R\$ 3.700,00
Gaiola multi funcional dupla tryex preta	1	R\$ 9.800,00	IES (MEC)	R\$ 9.800,00
GANCHO ACO INOX	1	R\$ 30,00	IES (MEC)	R\$ 30,00
Halteres revestido 1kg (par)	1	R\$ 17,60	IES (MEC)	R\$ 17,60
Halteres revestido 2kg (par)	1	R\$ 33,00	IES (MEC)	R\$ 33,00
Halteres revestido 3kg (par)	1	R\$ 44,00	IES (MEC)	R\$ 44,00
Halteres revestido 4kg (par)	1	R\$ 53,00	IES (MEC)	R\$ 53,00
Halteres revestido 5kg (par)	1	R\$ 66,00	IES (MEC)	R\$ 66,00
Impressora multifuncional tipo laser	1	R\$ 2.600,00	IES (MEC)	R\$ 2.600,00
KIT CONE C/ 04 CONES + BARRA	1	R\$ 110,00	IES (MEC)	R\$ 110,00
Microfone tipo had set	2	R\$ 1.500,00	IES (MEC)	R\$ 3.000,00
PROTETOR DE CABECA	6	R\$ 150,00	IES (MEC)	R\$ 900,00
PROTETOR DE TORAX	4	R\$ 180,00	IES (MEC)	R\$ 720,00
REDE DE VOLEY FLUTUANTE 3 METROS	1	R\$ 160,00	IES (MEC)	R\$ 160,00
Relógio Polar: Modelo RS800CX	4	R\$ 2.140,00	IES (MEC)	R\$ 8.560,00
Saco de boxe profiss.(120cm)- lona maritima	1	R\$ 220,00	IES (MEC)	R\$ 220,00
Slide tryex c/ ponteiros injetadas1.7 (c/par meia)	2	R\$ 197,00	IES (MEC)	R\$ 394,00
STEP 95X35X10 POLIPROPILENO C/REGULAGEM	12	R\$ 290,00	IES (MEC)	R\$ 3.480,00
Step tryex ii 3 alturas (15/20/25cm)	6	R\$ 275,00	IES (MEC)	R\$ 1.650,00
Suporte de medicineball duplo de 1 à 5kg	1	R\$ 165,00	IES (MEC)	R\$ 165,00
Suporte de saco p/ parede lateral	1	R\$ 89,00	IES (MEC)	R\$ 89,00
Suporte de saco p/ parede lateral	1	R\$ 98,00	IES (MEC)	R\$ 98,00

SUORTE DE TETO PARA SACO DE BOXE OU SUSPENSO	1	R\$ 52,00	IES (MEC)	R\$ 52,00
Suporte para 10 colchonete de parede	3	R\$ 264,00	IES (MEC)	R\$ 792,00
Suporte para Data Show	4	R\$ 150,00	IES (MEC)	R\$ 600,00
Suporte universal para caixa de som	2	R\$ 100,00	IES (MEC)	R\$ 200,00
TV LED 42' LG 42Ln5400 Full HD Entrada USB 2 HDMI 60Hz	1	R\$ 1.980,00	IES (MEC)	R\$ 1.980,00
<b>Total</b>				<b>R\$70.168,60</b>

Observação: Observação: O material permanente se constitui de artigos essenciais para execução das atividades de Extensão. Eles são equipamentos que irão facilitar os processos de ensino, prontamente, a aprendizagem das atividades de Esporte e Lazer, assim como os procedimentos metodológicos dos ciclos de palestras e dinâmicas de criatividade e expressão. Os materiais, também, irão auxiliar/aprimorar as atividades de Pesquisa e intervenção no contexto da saúde, bem como auxiliará no registro e avaliação das ações. Os mesmos se tornaram patrimônio da IES, integrando o conjunto de materiais disponíveis futuramente para a efetivação de um Ensino acadêmico com qualidade na região do Médio São Francisco.

#### 4.7 Despesas - Bolsistas

Nome do Bolsista		Fonte	Tipo Institucional	Remuneração /Mês	Custo Total
[!] A ser selecionado	01/01/2015 31/12/2016	IES (MEC)	Discente de Graduação	R\$ 400,00	R\$ 9.600,00
[!] A ser selecionado	01/01/2015 31/12/2016	IES (MEC)	Discente de Graduação	R\$ 400,00	R\$ 9.600,00
[!] A ser selecionado	01/01/2015 31/12/2016	IES (MEC)	Discente de Graduação	R\$ 400,00	R\$ 9.600,00
[!] A ser selecionado	01/01/2015 31/12/2016	IES (MEC)	Discente de Graduação	R\$ 400,00	R\$ 9.600,00
[!] A ser selecionado	01/01/2015 31/12/2016	IES (MEC)	Discente de Graduação	R\$ 400,00	R\$ 9.600,00
[!] A ser selecionado	01/01/2015 31/12/2016	IES (MEC)	Discente de Graduação	R\$ 400,00	R\$ 9.600,00
[!] A ser selecionado	01/01/2015 31/12/2016	IES (MEC)	Discente de Graduação	R\$ 400,00	R\$ 9.600,00
[!] A ser selecionado	01/01/2015 31/12/2016	IES (MEC)	Discente de Graduação	R\$ 400,00	R\$ 9.600,00
[!] A ser selecionado	01/01/2015 31/12/2016	IES (MEC)	Discente de Graduação	R\$ 400,00	R\$ 9.600,00
[!] A ser selecionado	01/01/2015 31/12/2016	IES (MEC)	Discente de Graduação	R\$ 400,00	R\$ 9.600,00
[!] A ser selecionado	01/01/2015 31/12/2016	IES (MEC)	Discente de Graduação	R\$ 400,00	R\$ 9.600,00
[!] A ser selecionado	01/01/2015 31/12/2016	IES (MEC)	Discente de Graduação	R\$ 400,00	R\$ 9.600,00
[!] A ser selecionado	01/01/2015 31/12/2016	IES (MEC)	Discente de Graduação	R\$ 400,00	R\$ 9.600,00
[!] A ser selecionado	01/01/2015 31/12/2016	IES (MEC)	Discente de Graduação	R\$ 400,00	R\$ 9.600,00

[!] A ser selecionado	01/01/2015 31/12/2016	IES (MEC)	Discente de Graduação	R\$ 400,00	R\$ 9.600,00
[!] A ser selecionado	01/01/2015 31/12/2016	IES (MEC)	Discente de Graduação	R\$ 400,00	R\$ 9.600,00
<b>Total</b>					<b>R\$144.000,00</b>

#### **Plano de Trabalho do(s) Bolsista(s)**

##### **[!] A ser selecionado**

**Carga Horária Semanal:** 40 hora(s)

##### **Objetivos:**

- Participação em todas as atividades de Esporte e Lazer;
- Auxiliar nos processos de divulgação e recrutamento dos alunos;
- Organizar e atualizar a lista de frequência dos alunos;
- Auxiliar e participar nas atividades do Grupo de Estudo 'Vida Ativa';
- Aferição da Pressão Arterial antes das aulas práticas;
- Participar da equipe de planejamento e organização dos eventos formativos;
- Participação nos projetos de pesquisas, coletas de dados e discussão de resultados;
- Participação nas avaliações físicas e funcionais dos idosos;
- Auxílio na análise dos dados dos referidos testes;
- Participação na elaboração de planos de aulas, registros de pessoal;
- Redação de relatórios (parciais e finais) de atividades;
- Auxílio na organização e registro dos materiais de consumo e permanente.

##### **Atividades a serem desenvolvidas/Mês:**

Cumprirá todo o plano de trabalho especificado no Cronograma de Atividades deste Programa.

##### **[!] A ser selecionado**

**Carga Horária Semanal:** 40 hora(s)

##### **Objetivos:**

- Participação em todas as atividades de Esporte e Lazer;
- Auxiliar nos processos de divulgação e recrutamento dos alunos;
- Organizar e atualizar a lista de frequência dos alunos;
- Auxiliar e participar nas atividades do Grupo de Estudo 'Vida Ativa';
- Aferição da Pressão Arterial antes das aulas práticas;
- Participar da equipe de planejamento e organização dos eventos formativos;
- Participação nos projetos de pesquisas, coletas de dados e discussão de resultados;
- Participação nas avaliações físicas e funcionais dos idosos;
- Auxílio na análise dos dados dos referidos testes;
- Participação na elaboração de planos de aulas, registros de pessoal;
- Redação de relatórios (parciais e finais) de atividades;
- Auxílio na organização e registro dos materiais de consumo e permanente.

##### **Atividades a serem desenvolvidas/Mês:**

Cumprirá todo o plano de trabalho especificado no Cronograma de Atividades deste Programa.

##### **[!] A ser selecionado**

**Carga Horária Semanal:** 40 hora(s)

##### **Objetivos:**

- Participação em todas as atividades de Esporte e Lazer;
- Auxiliar nos processos de divulgação e recrutamento dos alunos;
- Organizar e atualizar a lista de frequência dos alunos;
- Auxiliar e participar nas atividades do Grupo de Estudo 'Vida Ativa';
- Aferição da Pressão Arterial antes das aulas práticas;
- Participar da equipe de planejamento e organização dos eventos formativos;
- Participação nos projetos de pesquisas, coletas de dados e discussão de resultados;
- Participação nas avaliações físicas e funcionais dos idosos;
- Auxílio na análise dos dados dos referidos testes;
- Participação na elaboração de planos de aulas, registros de pessoal;
- Redação de relatórios (parciais e finais) de atividades;
- Auxílio na organização e registro dos materiais de consumo e permanente.

**Atividades a serem desenvolvidas/Mês:**

Cumprirá todo o plano de trabalho especificado no Cronograma de Atividades deste Programa.

**[!] A ser selecionado****Carga Horária Semanal:** 40 hora(s)**Objetivos:**

- Participação em todas as atividades de Esporte e Lazer;
- Auxiliar nos processos de divulgação e recrutamento dos alunos;
- Organizar e atualizar a lista de frequência dos alunos;
- Auxiliar e participar nas atividades do Grupo de Estudo 'Vida Ativa';
- Aferição da Pressão Arterial antes das aulas práticas;
- Participar da equipe de planejamento e organização dos eventos formativos;
- Participação nos projetos de pesquisas, coletas de dados e discussão de resultados;
- Participação nas avaliações físicas e funcionais dos idosos;
- Auxílio na análise dos dados dos referidos testes;
- Participação na elaboração de planos de aulas, registros de pessoal;
- Redação de relatórios (parciais e finais) de atividades;
- Auxílio na organização e registro dos materiais de consumo e permanente.

**Atividades a serem desenvolvidas/Mês:**

Cumprirá todo o plano de trabalho especificado no Cronograma de Atividades deste Programa.

**[!] A ser selecionado****Carga Horária Semanal:** 40 hora(s)**Objetivos:**

- Participação em todas as atividades de Esporte e Lazer;
- Auxiliar nos processos de divulgação e recrutamento dos alunos;
- Organizar e atualizar a lista de frequência dos alunos;
- Auxiliar e participar nas atividades do Grupo de Estudo 'Vida Ativa';
- Aferição da Pressão Arterial antes das aulas práticas;
- Participar da equipe de planejamento e organização dos eventos formativos;
- Participação nos projetos de pesquisas, coletas de dados e discussão de resultados;
- Participação nas avaliações físicas e funcionais dos idosos;
- Auxílio na análise dos dados dos referidos testes;
- Participação na elaboração de planos de aulas, registros de pessoal;
- Redação de relatórios (parciais e finais) de atividades;
- Auxílio na organização e registro dos materiais de consumo e permanente.

**Atividades a serem desenvolvidas/Mês:**

Cumprirá todo o plano de trabalho especificado no Cronograma de Atividades deste Programa.

**[!] A ser selecionado****Carga Horária Semanal:** 40 hora(s)**Objetivos:**

- Participação em todas as atividades de Esporte e Lazer;
- Auxiliar nos processos de divulgação e recrutamento dos alunos;
- Organizar e atualizar a lista de frequência dos alunos;
- Auxiliar e participar nas atividades do Grupo de Estudo 'Vida Ativa';
- Aferição da Pressão Arterial antes das aulas práticas;
- Participar da equipe de planejamento e organização dos eventos formativos;
- Participação nos projetos de pesquisas, coletas de dados e discussão de resultados;
- Participação nas avaliações físicas e funcionais dos idosos;
- Auxílio na análise dos dados dos referidos testes;
- Participação na elaboração de planos de aulas, registros de pessoal;
- Redação de relatórios (parciais e finais) de atividades;
- Auxílio na organização e registro dos materiais de consumo e permanente.

**Atividades a serem desenvolvidas/Mês:**

Cumprirá todo o plano de trabalho especificado no Cronograma de Atividades deste Programa.

**[!] A ser selecionado****Carga Horária Semanal:** 40 hora(s)

**Objetivos:**

- Participação em todas as atividades de Esporte e Lazer;
- Auxiliar nos processos de divulgação e recrutamento dos alunos;
- Organizar e atualizar a lista de frequência dos alunos;
- Auxiliar e participar nas atividades do Grupo de Estudo 'Vida Ativa';
- Aferição da Pressão Arterial antes das aulas práticas;
- Participar da equipe de planejamento e organização dos eventos formativos;
- Participação nos projetos de pesquisas, coletas de dados e discussão de resultados;
- Participação nas avaliações físicas e funcionais dos idosos;
- Auxílio na análise dos dados dos referidos testes;
- Participação na elaboração de planos de aulas, registros de pessoal;
- Redação de relatórios (parciais e finais) de atividades;
- Auxílio na organização e registro dos materiais de consumo e permanente.

**Atividades a serem desenvolvidas/Mês:**

Cumprirá todo o plano de trabalho especificado no Cronograma de Atividades deste Programa.

**[!] A ser selecionado**

**Carga Horária Semanal:** 40 hora(s)

**Objetivos:**

- Participação em todas as atividades de Esporte e Lazer;
- Auxiliar nos processos de divulgação e recrutamento dos alunos;
- Organizar e atualizar a lista de frequência dos alunos;
- Auxiliar e participar nas atividades do Grupo de Estudo 'Vida Ativa';
- Aferição da Pressão Arterial antes das aulas práticas;
- Participar da equipe de planejamento e organização dos eventos formativos;
- Participação nos projetos de pesquisas, coletas de dados e discussão de resultados;
- Participação nas avaliações físicas e funcionais dos idosos;
- Auxílio na análise dos dados dos referidos testes;
- Participação na elaboração de planos de aulas, registros de pessoal;
- Redação de relatórios (parciais e finais) de atividades;
- Auxílio na organização e registro dos materiais de consumo e permanente.

**Atividades a serem desenvolvidas/Mês:**

Cumprirá todo o plano de trabalho especificado no Cronograma de Atividades deste Programa.

**[!] A ser selecionado**

**Carga Horária Semanal:** 40 hora(s)

**Objetivos:**

- Participação em todas as atividades de Esporte e Lazer;
- Auxiliar nos processos de divulgação e recrutamento dos alunos;
- Organizar e atualizar a lista de frequência dos alunos;
- Auxiliar e participar nas atividades do Grupo de Estudo 'Vida Ativa';
- Aferição da Pressão Arterial antes das aulas práticas;
- Participar da equipe de planejamento e organização dos eventos formativos;
- Participação nos projetos de pesquisas, coletas de dados e discussão de resultados;
- Participação nas avaliações físicas e funcionais dos idosos;
- Auxílio na análise dos dados dos referidos testes;
- Participação na elaboração de planos de aulas, registros de pessoal;
- Redação de relatórios (parciais e finais) de atividades;
- Auxílio na organização e registro dos materiais de consumo e permanente.

**Atividades a serem desenvolvidas/Mês:**

Cumprirá todo o plano de trabalho especificado no Cronograma de Atividades deste Programa.

**[!] A ser selecionado**

**Carga Horária Semanal:** 40 hora(s)

**Objetivos:**

- Participação nas atividades da Área II (Interdisciplinar), ênfase na Linha de Medicina;
- Auxiliar nos processos de divulgação e recrutamento dos alunos;
- Organizar e atualizar a lista de frequência dos alunos;
- Auxiliar e participar nas atividades do Grupo de Estudo 'Vida Ativa';
- Participar da equipe de planejamento e organização dos eventos formativos;
- Participação nos projetos de pesquisas, coletas de dados e discussão de resultados;
- Auxílio na análise dos dados dos referidos testes;

- Participação na elaboração e execução do Ciclo de Palestras;
- Redação de relatórios (parciais e finais) de atividades;
- Auxílio na organização e registro dos materiais de consumo e permanente.

**Atividades a serem desenvolvidas/Mês:**

Cumprirá todo o plano de trabalho especificado no Cronograma de Atividades deste Programa.

**[!] A ser selecionado**

**Carga Horária Semanal:** 40 hora(s)

**Objetivos:**

- Participação nas atividades da Área II (Interdisciplinar), ênfase na Linha de Psicologia;
- Auxiliar nos processos de divulgação e recrutamento dos alunos;
- Organizar e atualizar a lista de frequência dos alunos;
- Auxiliar e participar nas atividades do Grupo de Estudo 'Vida Ativa';
- Participar da equipe de planejamento e organização dos eventos formativos;
- Participação nos projetos de pesquisas, coletas de dados e discussão de resultados;
- Participação nas avaliações psicométricas dos idosos;
- Auxílio na análise dos dados dos referidos testes;
- Participação na elaboração e execução do Ciclo de Palestras;
- Redação de relatórios (parciais e finais) de atividades;
- Auxílio na organização e registro dos materiais de consumo e permanente.

**Atividades a serem desenvolvidas/Mês:**

Cumprirá todo o plano de trabalho especificado no Cronograma de Atividades deste Programa.

**[!] A ser selecionado**

**Carga Horária Semanal:** 40 hora(s)

**Objetivos:**

- Participação nas atividades da Área II (Interdisciplinar), ênfase na Linha de Enfermagem;
- Auxiliar nos processos de divulgação e recrutamento dos alunos;
- Organizar e atualizar a lista de frequência dos alunos;
- Auxiliar e participar nas atividades do Grupo de Estudo 'Vida Ativa';
- Participar da equipe de planejamento e organização dos eventos formativos;
- Participação nos projetos de pesquisas, coletas de dados e discussão de resultados;
- Auxílio na análise dos dados dos referidos testes;
- Participação na elaboração e execução do Ciclo de Palestras;
- Redação de relatórios (parciais e finais) de atividades;
- Auxílio na organização e registro dos materiais de consumo e permanente.

**Atividades a serem desenvolvidas/Mês:**

Cumprirá todo o plano de trabalho especificado no Cronograma de Atividades deste Programa.

**[!] A ser selecionado**

**Carga Horária Semanal:** 40 hora(s)

**Objetivos:**

- Participação nas atividades da Área II (Interdisciplinar), ênfase na Linha de Farmácia;
- Auxiliar nos processos de divulgação e recrutamento dos alunos;
- Organizar e atualizar a lista de frequência dos alunos;
- Auxiliar e participar nas atividades do Grupo de Estudo 'Vida Ativa';
- Participar da equipe de planejamento e organização dos eventos formativos;
- Participação nos projetos de pesquisas, coletas de dados e discussão de resultados;
- Auxílio na análise dos dados dos referidos testes;
- Participação na elaboração e execução do Ciclo de Palestras;
- Redação de relatórios (parciais e finais) de atividades;
- Auxílio na organização e registro dos materiais de consumo e permanente.

**Atividades a serem desenvolvidas/Mês:**

Cumprirá todo o plano de trabalho especificado no Cronograma de Atividades deste Programa.

**[!] A ser selecionado**

**Carga Horária Semanal:** 40 hora(s)

**Objetivos:**

- Participação nas atividades da Área II (Interdisciplinar), ênfase na Linha de inclusão cultural e digital ;
- Auxiliar nos processos de divulgação e recrutamento dos alunos;
- Organizar e atualizar a lista de frequência dos alunos;
- Auxiliar e participar nas atividades do Grupo de Estudo 'Vida Ativa';
- Participar da equipe de planejamento e organização dos eventos formativos;
- Participação nos projetos de pesquisas, coletas de dados e discussão de resultados;
- Auxílio na análise dos dados dos referidos testes;
- Participação na elaboração e execução de dinâmicas de expressão, criatividade, atividades culturais e digitais;;
- Redação de relatórios (parciais e finais) de atividades;
- Auxílio na organização e registro dos materiais de consumo e permanente.

**Atividades a serem desenvolvidas/Mês:**

Cumprirá todo o plano de trabalho especificado no Cronograma de Atividades deste Programa.

**[!] A ser selecionado**

**Carga Horária Semanal:** 40 hora(s)

**Objetivos:**

- Participação nas atividades da Área II (Interdisciplinar), ênfase na Linha Atividades de comunicação e fortalecimento da rede;
- Auxiliar nos processos de divulgação e recrutamento dos alunos;
- Auxílio na Organização e atualização de listas de frequência dos alunos;
- Participação nas atividades do Grupo de Estudo 'Vida Ativa';
- Organização e planejamento dos eventos formativos;
- Organização, levantamento e registro dos materiais de consumo e permanente;
- Assessoramento do coordenador do programa "Vida Ativa";
- Comunicação do programa "Vida Ativa" com órgãos e setores públicos das áreas do Esporte & Lazer, assessoramento para o contato do Programa "Vida Ativa" com grupos da Terceira Idade em caráter municipal, regional, nacional e internacional;
- Auxílio na organização do Livro 'Vida Ativa'.

**Atividades a serem desenvolvidas/Mês:**

Cumprirá todo o plano de trabalho especificado no Cronograma de Atividades deste Programa.

**4.8 Despesas - Outras Despesas**

Descrição	Fonte	Custo Total
INSS - 11%	Arrecadação	R\$ 0,00
ISS - 5%	Arrecadação	R\$ 0,00
PATRONAL - 20%	Arrecadação	R\$ 0,00
SubTotal 1		R\$ 0,00
INSS - 11%	IES (MEC)	R\$ 0,00
ISS - 5%	IES (MEC)	R\$ 0,00
PATRONAL - 20%	IES (MEC)	R\$ 0,00
SubTotal 2		R\$ 0,00
INSS - 11%	Terceiros	R\$ 0,00
ISS - 5%	Terceiros	R\$ 0,00
PATRONAL - 20%	Terceiros	R\$ 0,00
SubTotal 3		R\$ 0,00
<b>Total</b>		<b>R\$0,00</b>

---

Local \_\_\_\_\_, 22/04/2014

Coordinador(a)/Tutor(a)

---