

UNIVERSIDADE DO ESTADO DE SANTA CATARINA  
PRÓ-REITORIA DE EXTENSÃO, CULTURA E COMUNIDADE

FORMULÁRIO-SÍNTESE DA PROPOSTA - SIGProj  
EDITAL EDITAL PAEX-PROCEU/UDESC nº 01/2019

Uso exclusivo da Pró-Reitoria (Decanato) de Extensão

<b>PROCESSO N°:</b>
<b>SIGProj N°: 340954.1907.291425.16102019</b>

**PARTE I - IDENTIFICAÇÃO**

<b>TÍTULO: Pa-Kua - Boas práticas orientais para restaurar o equilíbrio da vida e superar seus limites</b>
--

**TIPO DA PROPOSTA:**

<input type="checkbox"/> Curso	<input type="checkbox"/> Evento	<input type="checkbox"/> Prestação de Serviços
<input checked="" type="checkbox"/> Programa	<input type="checkbox"/> Projeto	

**ÁREA TEMÁTICA PRINCIPAL:**

<input type="checkbox"/> Comunicação	<input type="checkbox"/> Cultura	<input type="checkbox"/> Direitos Humanos e Justiça	<input checked="" type="checkbox"/> Educação
<input type="checkbox"/> Meio Ambiente	<input type="checkbox"/> Saúde	<input type="checkbox"/> Tecnologia e Produção	<input type="checkbox"/> Trabalho
<input type="checkbox"/> Desporto			

<b>COORDENADOR: Rogério Bodemüller Junior</b>
---

<b>E-MAIL: rogerio.bodemuller@udesc.br</b>
--

<b>FONE/CONTATO: (48)996204821 / (48)999229475</b>
--

**UNIVERSIDADE DO ESTADO DE SANTA CATARINA**  
**PRÓ-REITORIA DE EXTENSÃO, CULTURA E COMUNIDADE**

**FORMULÁRIO DE CADASTRO DE PROGRAMA DE EXTENSÃO**

Uso exclusivo da Pró-Reitoria (Decanato) de Extensão

<b>PROCESSO N°:</b>
<b>SIGProj N°: 340954.1907.291425.16102019</b>

---

## 1. Introdução

---

### 1.1 Identificação da Ação

<b>Título:</b>	Pa-Kua - Boas práticas orientais para restaurar o equilíbrio da vida e superar seus limites
<b>Coordenador:</b>	Rogério Bodemüller Junior / Técnico
<b>Tipo da Ação:</b>	Programa
<b>Ações Vinculadas:</b>	Não existem ações vinculadas
<b>Edital:</b>	EDITAL PAEX-PROCEU/UDESC nº 01/2019
<b>Faixa de Valor:</b>	
<b>Instituição:</b>	UDESC - Universidade do Estado de Santa Catarina
<b>Unidade Geral:</b>	CEAD - Centro de Educação à Distância
<b>Unidade de Origem:</b>	DPAD - Departamento de Pedagogia a Distância
<b>Início Previsto:</b>	01/02/2020
<b>Término Previsto:</b>	31/01/2022
<b>Possui Recurso Financeiro:</b>	Sim
<b>Gestor:</b>	Rogério Bodemüller Junior / Técnico
<b>Órgão Financeiro:</b>	Conta Única

### 1.2 Detalhes da Proposta

<b>Carga Horária Total da Ação:</b>	1828 horas
<b>Justificativa da Carga Horária:</b>	Ação 1 - Projeto 'Pa-Kua Alto Vale' pelo menos duas aulas por semana, de cada modalidade, e uma aula quinzenal de meditação (54h/mês) Duração de 23 meses

TOTAL = 1242h

Ação 2 - Projeto 'Defesa pessoal feminina' um dia por semestre, com duração de 6h cada dia (6h/semestre) em cada uma das escolas participantes.

Duração de 23 meses

TOTAL = 264h

Ação 3 - Projeto 'Arqueria para cegos' dois dias por mês, com duração de 4h cada dia (8h/mês), participação do 'LEdI vai à escola' (4h/mês) e oficinas de qualificação (2h/mês).

Duração de 23 meses

TOTAL = 322h

**Periodicidade:**

Anual

**A Ação é Curricular?**

Não

**Abrangência:**

Estadual

**Estado Atendido:**

Santa Catarina

**Municípios Atendidos:**

Sao Jose

Timbo

Florianopolis

Ilhota

Guabiruba

Ibirama

Blumenau

Brusque

Canoinhas

Campos Novos

Balneario Camboriu

**Tem Limite de Vagas?**

Sim

**Número de Vagas:**

1000

**Local de Realização:**

Ação 1 - Projeto 'Pa-Kua Alto Vale':

Centro de Educação Superior do Alto Vale do Itajaí - Rua Dr. Getúlio Vargas, 2822 – Bela Vista, Ibirama - (CEAVI – UDESC).

Ação 2 - Projeto 'Defesa pessoal feminina':

Escolas de Pa-Kua das cidades participantes.

Ação 3 - Projeto 'Arqueria para cegos':

Associação Catarinense para Integração do Cego - ACIC - Rodovia Virgílio Várzea, 1300, Bairro Saco Grande – Florianópolis – SC.

**Período de Realização:**

Durante todo o período do programa.

Ação 1 - Projeto 'Pa-Kua Alto Vale':

Pelos menos duas aulas por semana de cada modalidade com instrutor qualificado.

Ação 2 - Projeto 'Defesa pessoal feminina':

Um encontro por semestre em cada uma das cidades participantes.

Um dentro do mês de Março, mês da mulher, e outro em Agosto, junto com a campanha Agosto Violeta, do governo de SC, no combate à violência contra as mulheres.

Ação 3 - Projeto 'Arqueria para cegos':

Encontros quinzenais a serem realizados após a qualificação dos instrutores, além das participações do projeto 'LEdI vai à escola' e oficinas de qualificação de instrutores de artes marciais.

**Tem Inscrição?**

Sim

**Início das Inscrições:**

01/02/2020

**Término das Inscrições:**

30/01/2022

**Contato para Inscrição:**

Ação 1 - Projeto 'Pa-Kua Alto Vale':

Com os bolsistas ou com o coordenador da ação.

Centro de Educação Superior do Alto Vale do Itajaí - Rua Dr. Getúlio Vargas, 2822 – Bela Vista, Ibirama - (CEAVI – UDESC).

Ação 2 - Projeto 'Defesa pessoal feminina':

Com os bolsistas ou com o coordenador da ação.

Centro de Educação Superior do Alto Vale do Itajaí - Rua Dr. Getúlio Vargas, 2822 – Bela Vista, Ibirama - (CEAVI – UDESC).

Ação 3 - Projeto 'Arqueria para cegos':

Com os bolsistas, com o coordenador da ação ou com o CCEL (Centro de Cultura Esporte e Lazer) da ACIC.

Associação Catarinense para Integração do Cego - ACIC - Rodovia Virgílio Várzea, 1300, Bairro Saco Grande – Florianópolis – SC.

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

Não

### 1.3 Público-Alvo

Ação 1 - Projeto 'Pa-Kua Alto Vale':

Comunidade em geral do município de Ibirama e região do Alto Vale do Itajaí.

Ação 2 - Projeto 'Defesa pessoal feminina':

Mulheres e LGBTQ+ dos municípios e regiões cobertos pelo projeto.

Ação 3 - Projeto 'Arqueria para cegos':

Deficientes visuais e cegos, familiares que convivem com os mesmos, estudantes das escolas participantes e profissionais de artes marciais, da região da Grande Florianópolis.

**Nº Estimado de Público:** 1550

**Discriminar Público-Alvo:**

	A	B	C	D	E	Total
Público Interno da Universidade/Instituto	25	100	0	25	0	150
Instituições Governamentais Federais	0	0	0	0	0	0
Instituições Governamentais Estaduais	0	0	0	0	100	100
Instituições Governamentais Municipais	0	0	0	0	100	100
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	100	100
Organizações Sindicais	0	0	0	0	0	0
Grupos Comunitários	0	0	0	0	100	100
Outros	0	0	0	0	1.000	1.000
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>25</b>	<b>1.400</b>	<b>1.550</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
Associação Catarinense para Integração do Cego	ACIC	Externa à IES	Organização Não Governamental (ONGs/OSCIPs)	Auxiliar na qualificação dos instrutores para o trabalho com deficientes visuais e também ceder espaço para o Projeto 'Arqueria para cegos'. A Declaração de Interesse no Desenvolvimento de Ação Extensionista será adicionada tão logo o Diretor da CCEL/ACIC retorne do Parajasc.
Centro de Educação Superior do Alto Vale do Itajaí	CEAVI/ UDESC	Interna à IES	UDESC - CEAVI	Auxiliar na divulgação, no fornecimento de materiais e ceder espaço para os Projetos 'Pa-Kua Alto Vale' e 'Defesa pessoal feminina'.
Associação Brasileira de Pa-Kua	ABPK	Externa à IES	Organização Não Governamental (ONGs/OSCIPs)	Fornecer e qualificar um Mestre de Pa-Kua para vir a cidade a cada três meses e auxiliar no crescimento dos alunos e aperfeiçoamento da prática. Ceder espaço para o projeto 'Defesa pessoal feminina'.

Associação Brusquense de Pa-Kua	ABqPK	Externa à IES	Organização Não Governamental (ONGs/OSCIPs)	Fornecer artes (para banners, flyers, etc.) para as divulgações das atividades. Fornecer Mestres de Pa-Kua para intercâmbio em atividades. Ceder espaço para o projeto 'Defesa pessoal feminina'.
Rede Feminina de Combate ao Câncer de Ibirama	RFCC-I	Externa à IES	Organização Não Governamental (ONGs/OSCIPs)	Auxiliar na divulgação do Projeto 'Defesa pessoal feminina' e receber as doações de roupas recebidas pela inscrição dos eventos. A Declaração de Interesse no Desenvolvimento de Ação Extensionista foi confeccionada pela presidente e se encontra nos anexos. Será assinada pela mesma e novamente anexada tão logo ela o fizer.
Centro de Atenção Psicossocial de Ibirama	CAPS-I bi	Externa à IES	Instituição Governamental Municipal	Auxiliar na divulgação do programa dentro da comunidade de Ibirama e também fornecer transporte aos frequentadores do CAPS para as aulas do Projeto 'Pa-Kua Alto Vale'.
Laboratório de Educação Inclusiva	LEdI	Interna à IES	UDESC - CEAD - DPAD	Auxiliar na qualificação dos instrutores para o trabalho com deficientes visuais e também levar o Projeto 'Arqueria para cegos' para dentro das escolas através do Projeto 'LEdI vai à escola'.
Pa Kua Acessorios LTDA-ME	Acessórios	Externa à IES	Organização de Iniciativa Privada	Fornecer materiais (camisetas, uniformes, armas e demais materiais) relacionados ao Pa-Kua.

### 1.5 Caracterização da Ação

<b>Área de Conhecimento:</b>	Ciências Humanas » Educação » Tópicos Específicos de Educação » Educação Especial
<b>Área Temática Principal:</b>	Educação
<b>Área Temática Secundária:</b>	Saúde
<b>Linha de Extensão:</b>	Temas específicos / Desenvolvimento humano

## 1.6 Descrição da Ação

### Resumo da Proposta:

O programa tem seu objetivo baseado na fenomenologia, que valoriza a vivência como processo de aprendizagem, vinculando a prática como 'long life learning process'. Desta forma, o Pa-Kua será a ferramenta do educador para o processo de desenvolvimento do aluno, desenvolvendo diversas virtudes físicas, mentais e psicofísicas, além de proporcionar à comunidade de pesquisadores na área de educação inclusiva, atividade física adaptada, e proteção da mulher, dados para apoiar suas atividades, promovendo, desta forma, um processo de integração recíproca entre campos de conhecimento.

Este programa será constituído pelos seguintes projetos:

Ação 1 - Projeto 'Pa-Kua Alto Vale' - Rogério Bodemüller Junior (coordenador)

Cujo objetivo principal é continuar com as aulas regulares que há quase dois anos tem sido ministradas na região, levando os benefícios de cada modalidade a cada um de seus praticantes.

Ação 2 - Projeto 'Defesa Pessoal Feminina' - Rogério Bodemüller Junior (coordenador)

Busca manter as aulas que já tem ocorrido semestralmente em várias cidades de SC, auxiliando tecnicamente e trazendo empoderamento a cada mulher e LGBTQ+.

Ação 3 - Projeto 'Arqueria para Cegos' - Rogério Bodemüller Junior (coordenador)

De forma inovadora na região, será ministrado aulas de arco e flecha para deficientes visuais, além de trabalhar na conscientização nas escolas e oferecer oficinas de adaptação de práticas para professores de artes marciais.

### Palavras-Chave:

Pa-Kua, Defesa pessoal feminina, Yoga, Arqueria, Cegos

### Informações Relevantes para Avaliação da Proposta:

O programa de extensão 'Pa-Kua' já vem sendo realizado em Ibirama e região durante toda a vigência do edital PAEX 2017, realizado em 2018 e 2019, além de alguns eventos realizados em 2017. Dentre os principais eventos realizados, além da participação dos SEPEX destes respectivos anos, foram a participação:

- no encontro regional de CAPS, além de aulas semanais oferecidas exclusivamente a eles;
- na semana acadêmica de Educação Física do CEFID;
- oficina de Tai-Chi para o CRAS;
- oficinas de defesa pessoal feminina em todas as escolas de Pa-Kua de SC;
- oficinas de Arqueria na Uniasselvi, Senai e CEAVI;
- aulas para os coordenadores de grupos de idosos de Ibirama, em parceria com o Departamento do Idoso;
- participações em eventos do CDL-Ibirama;
- eventos em parcerias com as Secretarias da Educação, Saúde, Esporte e Assistência Social de Ibirama;
- participação do encontro das escolas de Pa-Kua do Vale do Itajaí;
- oficina de yoga em dupla;
- oficina de meditação;

- participação na Semana da Primavera, desenvolvida pelo CEAVI;
- participação em Itinerâncias, com cursos e oficinas, desenvolvidas pela Associação Brasileira de Pa-Kua;
- entre outros eventos em escolas, empresas e com a comunidade do Alto Vale do Itajaí.

Além disso, atividades de extensão voltadas ao Pa-Kua já vem sendo realizadas há alguns anos em outras universidades, tal como o projeto 'Pa-Kua', ministrado de 2008 a 2013 na UFSC e a disciplina 'Pa-Kua - Armas de Corte', ministrado entre os anos 1998 e 2002 na UFSM. Além destes, diversos projetos sociais são ministrados no Brasil, tal como o projeto 'Pa-Kua para surdos' na escola Salomão Watnick em Porto Alegre/RS e o projeto 'Tai Chi para a Melhor Idade' de Campos Novos/SC.

### 1.6.1 Justificativa

O ser humano é um ser altamente sociável e que nutre uma necessidade constante de estar em contato com as pessoas e se sentir parte do grupo que lhe cerca. Porém, existem diversos grupos de pessoas que, por motivos diversos, têm problemas com alguns aspectos que permitem uma boa convivência em grupo, como: autoestima, disciplina, motivação, saúde, realização pessoal e deficiências físicas.

Exemplos desses grupos são crianças e adolescentes, os quais possuem essa necessidade de socialização aguçada. Segundo Florentino e Saldanha (2007), 'a necessidade de pertencer a um grupo é muito forte na adolescência'. Outro grande exemplo são os deficientes visuais, que precisam se adaptar à ambientes hostis e sem acessibilidade, muitas vezes fazendo com que se isolem em suas próprias bolhas.

O CEAVI-UDESC situa-se numa região em que se concentra uma grande quantidade de adolescentes e adultos jovens, sendo este a faixa etária com maior quantidade de alunos no Pa-Kua no Brasil. Não há nas proximidades um significativo oferecimento de atividades físicas para a comunidade, principalmente para as mulheres. Além disso, o esporte se apresenta como uma atividade de aprendizagem coletiva, em que predomina a relação de uma pessoa com as outras (KREBS, 1995).

Já o CEAD-UDESC, situa-se numa região que fornece melhor acessibilidade aos deficientes, mas que mesmo assim muito ainda há de ser feito. Um exemplo são os próprios moradores com parentes com deficiências visuais que se quer sabem da existência da ACIC e de todas as ferramentas e profissionais que ela proporciona, ou mesmo do LEdl e de todos os projetos que ele possui ou auxilia.

As artes marciais trazem muitos benefícios, como melhor coordenação motora, mais condicionamento físico, e aprendizado de um método de defesa pessoal. Além das práticas terapêuticas, que trabalham a respiração, equilíbrio e concentração. Com este intuito, seguem justificativas específicas de cada projeto:

Ação 1 - Projeto 'Pa-Kua Alto Vale': demanda da comunidade, como comprova os dois anos de aulas já realizadas, os vários eventos já participados e as centenas de pessoas já atendidas.

Ação 2 - Projeto 'Defesa pessoal feminina': segundo o sistema 'Segurança em Números', do portal da Secretaria de Segurança Pública de SC (SSP, 2017), o estado registrou de janeiro à junho de 2017 15.887 casos de violência contra a mulher, sendo 4.127 só no Vale do Itajaí. Além disto, segundo dados de 2016 da ONG GGB (GGB, 2017), a cada 25 horas um LGBT+ é morto no Brasil, sendo seis registrados no último ano em Santa Catarina. Esses dados demonstram a necessidade do 'empoderamento feminino', sendo uma das formas as aulas de defesa pessoal, que trabalham técnicas de defesa contra agressores, segurança, autoconfiança e autoestima.

Ação 3 - Projeto 'Arqueria para Cegos': desafio proposto e muito bem aceito pelo Centro de Cultura Esporte e Lazer (CCEL) da ACIC), buscará desafiar os alunos e mostrar à comunidade que é possível sim um cego atirar de arco e flecha, similar à modalidade paraolímpica, mas com a fundamentação da arqueria chinesa, trazendo maior visibilidade às necessidades deste público e difundindo as possibilidades



atividades que eles possuem.

Todas as ações desenvolverão questões de:

- saúde e educação através do ensino e prática de atividades físicas saudáveis e não competitivas,
- cultura e meio ambiente através do trabalho com os fundamentos da MTC (Medicina Tradicional Chinesa) que presa por uma alimentação saudável e uma vida de corpo e mente sã,
- direitos humanos e justiça através das aulas de defesa pessoal e da aplicação dos preceitos das artes marciais, inclusive para mulheres e LGBT+ que sofreram agressões,
- além de tecnologia e produção pelo desenvolvimento e adaptação de equipamentos de artes marciais e arqueria para o cegos,
- e trabalho e comunicação pela qualificação de alunos e integrantes da comunidade para ensinarem e repassarem o conhecimento Pa-Kua e qualificações de profissionais de artes marciais para a adaptação das suas práticas.

Além disto, uma pessoa que pratica atividade física é comprovadamente mais saudável e conseqüentemente terá uma qualidade de vida muito superior à comunidade em geral, podendo se dedicar aos estudos, profissão e produzindo muito mais. Por exemplo, um aluno que pratica uma atividade física como yoga, arte marcial ou arqueria, estará mais disposto, tranquilo e menos disperso para prestar atenção e participar de uma aula. Desta forma, este programa de extensão visa apoiar a comunidade na prática de atividades físicas saudáveis, complementando a formação disciplinar e favorecendo a inclusão social e disciplina através de atividades físicas, alcançando as comunidades locais com seus benefícios diretos e indiretos.

### **1.6.2 Fundamentação Teórica**

As artes marciais têm como filosofia trabalhar mente e corpo para a apropriação de técnicas que permitam um lutador submeter o outro. Essas artes buscam a superação das dificuldades da dualidade mente e corpo durante suas práticas corporais através da educação. A relação entre memória e corpo, segundo Bergson (1999), apresenta uma perspectiva de superação da dualidade mente-corpo. A compreensão da relação entre memória e corpo contribui para se pensar a atividade física junto à cultura corporal de movimento.

Através da prática física, se diminui a probabilidade de desenvolvimento de LER (lesão por esforço repetitivo) e DORT (distúrbio ósteo-muscular relacionado ao trabalho), permitindo ficar livre dessas dores que diminuem nosso rendimento, além de melhorar a postura, resultando numa melhor qualidade de vida.

Hoje é consenso entre médicos, fisioterapeutas e outros profissionais da saúde, que a melhor maneira de nos mantermos saudáveis é através da prevenção. A atividade física é um pilar fundamental para isso, aliado com hábitos de alimentação e recreação. A prevenção também é a forma mais econômica de mantermos nossa saúde e desempenho, pois os custos de exames, procedimentos médicos e gastos com planos de saúde é muito maior do que o investimento em atividades físicas.

As aulas de Pa-Kua melhoram a autoestima, pois ajudam a modelar o corpo, e fazem com que a pessoa se sinta melhor. Uma pessoa motivada é mais colaborativa e segura, o que facilita seu relacionamento com todos ao seu redor, clientes e colegas de trabalho. Abaixo segue um pouco mais sobre o que é Pa-Kua e as respectivas aulas que serão ministradas, com seus objetivos e resultados esperados naqueles que praticam.

#### **PA-KUA**

Pa-Kua é um conhecimento chinês milenar que se baseia no estudo das mutações da natureza. Para seu aprendizado e aplicação se utilizam diferentes elementos: o Yin e o Yang, Céu, Homem e Terra, 5 elementos e 8 Estados de Mutações.

O objetivo do Pa-Kua é fornecer aos seus praticantes as ferramentas com as quais possam lograr uma

harmonia diária que possibilite assim o desenvolvimento de uma vida mais saudável e feliz com os outros e consigo mesmo.

Pa-Kua traduz-se num conhecimento que visa entender a realidade concreta e subjetiva que está a nossa volta. Além de criar oportunidades para que elas percebam as diferentes possibilidades de interação que podemos ter com essas realidades, formando assim pessoas mais conscientes de sua participação no processo histórico do qual fazem parte.

O Pa-Kua vem com uma proposta diferente do usual rendimento obrigatório comparativo que é comumente encontrado dentro do mundo das artes marciais. Ao invés disso, o Pa-Kua propõe um desenvolvimento individual interior em que a comparação para determinação do rendimento é feita introspectivamente por cada praticante, ou seja, você hoje melhor que você ontem. Subvertendo assim, a lógica de desportivização das artes marciais e permitindo ao aluno focar em seu desenvolvimento como ser completo, fugindo também da dicotomia corpo/mente.

As práticas são fundamentadas em conceitos que por momentos lembram as práticas da Bioenergética (Lowen A., 1976), mas que, no entanto, são muito mais antigas que a mesma. Por isso, permitem que o praticante possa resolver problemas de ordem psicomotoras através das práticas corporais uma vez que elas proporcionam ao aluno uma melhor percepção do seu próprio corpo no espaço e do seu “se-movimentar” (Kunz E. 1994, 2006), excelente, por exemplo, para o desenvolvimento de pessoas que possuem uma percepção dita como limitada. Em outras palavras, ele é capaz de dialogar com o mundo tendo o movimento como linguagem principal.

#### AULAS

As aulas são transmitidas em grupo, regularmente durante a semana, são planejadas de acordo com as necessidades e limitações de cada pessoa. Dessa forma, alunos de várias graduações podem trabalhar no mesmo horário, sabendo que o ministrante dará atenção a cada um de forma específica. Essa interação ajuda inclusive no desenvolvimento dos alunos, para que aprendam a lidar e se adaptar a pessoas diferentes.

Dentro de Pa-Kua não trabalhamos competições entre os alunos. A única competição é a do aluno com ele mesmo, tentando sempre melhorar e ultrapassar seus próprios limites. Para as crianças, a prática de Pa-Kua, faz com que se desenvolvam tanto pelo aspecto físico quanto psicológico, trabalhando exercícios de coordenação motora, alongamentos e também tendo noções de disciplina e respeito com os demais.

#### QUEM PODE PRATICAR?

Toda e qualquer pessoa pode praticar Pa-Kua, independente de idade, sexo ou limitações, já que é uma prática que visa trabalhar gradualmente de acordo com as características de cada um. É importante lembrar que a evolução do aluno é dada pela sua comparação de ontem e hoje e não em comparação com os colegas.

#### PA-KUA PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES

O Pa-Kua tem uma forte característica em ser “não competitiva”, não existem torneios nem competições. Este conhecimento milenar tem como principal objetivo que a criança possa desenvolver naturalmente suas habilidades psicomotoras e emocionais para um melhor crescimento.

O Pa-Kua transmitido como uma brincadeira faz da criança uma pessoa capaz de aumentar suas qualidades intelectuais e voltá-las para o estudo escolar. Nas aulas, o principal é o relacionamento harmonioso com a família, pois o ministrante é um colaborador (junto com os pais e os professores) para guiar a criança em sua etapa de crescimento ao longo de sua vida.

É importante destacar que geralmente é muito divertido para as crianças aprender Pa-Kua, já que tudo é aprendido de maneira muito simples, concisa e direta, destacando a enorme responsabilidade do orientador para o crescimento evolutivo dos seus alunos. Alta porcentagem de crianças que praticam Pa-Kua obtêm melhores resultados no estudo escolar já que a prática da arte marcial, bem entendida, ajuda a melhorar o nível de concentração geral.

Em um mundo tão competitivo, as aulas de Pa-Kua brindam a criança com um entorno amigável e pleno de estímulos para seu desenvolvimento individual e dentro de seu grupo de amigos.

## MODALIDADES

O Pa-Kua foi estruturado e é transmitido através de nove modalidades (Acrobacia, Armas de Corte, Arqueria Chinesa, Arte Marcial, Cosmodinâmica (Tai-Chi), Energia, Reflexologia, Ritmo e Sintonia (Yoga)), cursos marciais e cursos terapêuticos (MOYANO, SANDRI 2011), sendo que alguns destes serão ministrados neste programa, descritos abaixo.

## ARQUERIA

O arco sem dúvida é uma das armas nobres do Pa-Kua, uma que equilibra eficiência de combate com a possibilidade de iniciar um caminho de autoconhecimento e domínio do corpo e mente através de sua prática.

Algumas escolas consideram o arco como a arma suprema, ainda mais importante do que a espada, pois permite o ataque à longa distância. Na realidade, essa escolha deve ser realizada pelo guerreiro, mas não há dúvida que tanto o arco como a espada são as armas mais nobres da humanidade, inclusive para serem usadas em conjunto; como se sucedeu em alguns dos momentos mais decisivos da história, onde um guerreiro atacava primeiramente com seu arco a distância e na sequência rapidamente sacava sua espada para combater corpo a corpo com seus oponentes.

Após anos de pesquisa, preparação, prática e treinamento, a Liga Internacional de Pa-Kua começou a ensinar a arte da Arqueria Chinesa, revivendo essas antigas técnicas de tiro e infundindo com o conhecimento Pa-Kua. A Liga Internacional de Pa-Kua tem, assim, um papel histórico no renascimento de um conhecimento antigo, tornando-se, possivelmente, a única escola que mantém vivas as muitas técnicas tradicionais de tiro com uma flecha chinesa, bem como ajuda a propagar sua prática na América do Sul.

Como se pratica?

Sempre com a supervisão de um Orientador e, observando-se regras rígidas para manter a segurança de todos, o aluno realiza exercícios de fortalecimento e treino de tiros com diferentes posturas. Além disso, conhece a história da arma, executa exercícios para relaxamento, bem como técnicas de meditação.

Os resultados esperados nos praticantes:

- Melhora a concentração e foco;
- Melhora o controle respiratório;
- Alivia o estresse do dia a dia;
- Melhora a agilidade, destreza e precisão;
- Desenvolve tanto força quanto destreza;
- Correção postural.

## ARTE MARCIAL

A Arte Marcial Pa-Kua desenvolve um treinamento completo, que trabalha, de maneira simultânea, força física e refinadas técnicas envolvendo golpes de punho e perna, pontos sensíveis, alavancas, torções, lances, entre outras variadas movimentações. Esta prática garante ao estudante um melhor entendimento de si mesmo e de seu ambiente. Isso é possível através de uma filosofia totalmente não competitiva, onde o verdadeiro inimigo a ser vencido somos nós mesmos. Cada aluno deve enfrentar os próprios limites e medos em cada aula, e superá-los sem comparar-se aos companheiros de treino. Isso permite que qualquer pessoa, de qualquer idade ou gênero, possa praticar nossa Formação Marcial.

A parte técnica é caracterizada por movimentos circulares e utilização da força do oponente contra ele mesmo. A ênfase encontra-se na harmonia física e mental, que se expressa por meio de movimentos fluidos e rígidos, fortes e suaves, de acordo com a necessidade. Cada uma das oito faixas contempla aspectos diferentes da Arte Marcial, fazendo com que o faixa preta nesta prática seja um guerreiro completo e pleno em suas próprias capacidades, seguro de si mesmo.

Como se pratica?

Em turmas ou grupos, com orientação específica, gradualmente são desenvolvidas técnicas, partindo-se dos movimentos mais básicos nas menores graduações até os movimentos precisos e complexos das altas graduações. O ensino sempre é focado no desenvolvimento do praticante, segundo seu ritmo e seu

desempenho, para buscar uma melhora contínua na sua saúde e vitalidade.

Os resultados esperados nos praticantes:

- Aprender a defender-se;
- Maior força física e mental;
- Aumento da flexibilidade;
- Maior consciência do próprio corpo;
- Melhora a autoestima e confiança em si mesmo;
- Consolida o caráter e a personalidade do praticante;
- Estimula os valores de ser um guerreiro, tais como honra, honestidade e valentia.

#### TAI-CHI (COSMODINÂMICA)

Por milhares de anos a humanidade observou os planetas e as mudanças das estações em busca de uma maior compreensão do mundo em que vive. Adaptaram então seu próprio ciclo de vida aos ciclos naturais, conseguindo viver em equilíbrio com as forças da natureza. Porém, a tecnologia fez com que o homem moderno se esquecesse dessa importante relação, provocando grande desequilíbrio em sua vida e no ambiente em que vive.

Torna-se fundamental, portanto, o retorno ao antigo conhecimento da Cosmodinâmica, também conhecido Pa-Kua Tai Chi, onde aprendemos a se sincronizar com a dinâmica do universo e assim encontrar maior força interior e equilíbrio. Seu estudo incorpora movimentos lentos e suaves que são usados como forma de relaxamento e desenvolve o controle de cada parte do corpo. Através da prática das formas se aprende de maneira instintiva técnicas de defesa pessoal.

Como se pratica?

De forma lenta e com o acompanhamento do Orientador se aprendem as formas que se praticam com inúmeras variantes. Exercita-se a concentração realizando a prática em forma individual e grupal.

Os resultados esperados nos praticantes:

- Melhora a saúde;
- Revitaliza a Energia;
- Alivia dores nas articulações;
- Reduz a ansiedade;
- Maior serenidade no dia-a-dia;
- Aprender as técnicas de defesa pessoal de maneira suave e pacífica.

#### YOGA (SINTONIA)

Em sua constante busca por respostas, os antigos perceberam que a chave da compreensão do Universo está no estudo de si mesmo, em conseguir sintonizar nossas vibrações internas com o mundo que nos circunda. É imprescindível, portanto, trabalhar na harmonização entre mente e corpo, praticando exercícios e meditações onde essa relação fosse desenvolvida. Em nossa escola esse estudo tem o nome de Pa-Kua Sintonia, popularmente conhecido como Yoga Chinesa, um caminho de autoconhecimento através de alongamentos, posturas, técnicas respiratórias e meditação.

Sintonia garante uma excelente fonte de condicionamento físico. Os movimentos tonificam e fortalecem o corpo, desenvolvendo a massa magra enquanto queima-se grande quantidade de calorías. Os exercícios de alongamentos aumentam a flexibilidade, protegem o corpo de lesões e garantem um raio de movimentos ampliados, enquanto os exercícios respiratórios oxigenam o corpo e regulam os batimentos cardíacos e o sistema cardiovascular. O estudante também aprenderá técnicas para aliviar o stress e atingir um estado de calma e tranquilidade no seu dia-a-dia.

Como se pratica?

Durante a primeira parte da aula os alunos realizam posições em sequência e de forma repetitiva a fim de alongar e tonificar o corpo como um todo. Na segunda parte da aula, busca-se entrar em um estado meditativo, para aliviar o stress diário e alcançar um estado de relaxamento.

Os resultados esperados nos praticantes:

- Controle do estresse;
- Obtenção de relaxamento e tranquilidade;
- Melhoria da postura física;

- Maior alongamento e flexibilidade;
- Harmonização do metabolismo;
- Modelação muscular;
- Reencontro com o “eu” e controle do ego.

## ACROBACIA

Na China, existem registros da presença da acrobacia desde antes da dinastia Han ocidental, cerca de 2500 anos atrás. Na dinastia Tang, por exemplo, acrobacia fazia parte dos festivais de colheita. Desafiar as leis da gravidade com o corpo continua sendo uma parte importante da atual cultura Chinesa.

Pa-Kua Acrobacia é uma modalidade que desenvolve a força corporal, a elasticidade e o equilíbrio, trabalhando diversos grupos musculares importantes para as práticas de inversões, rolamentos e outras posturas.

A prática desenvolve um forte senso de percepção e conexão entre a mente e o corpo. Tudo é ensinado de acordo com as habilidades do estudante, que ganhará toda força e habilidade necessárias antes de passar para o próximo estágio do treinamento.

Quando se sentir preparado, progressivamente irá aprender a fazer: verticais, pontes, estrelas, rolamentos, saltos e muito mais enquanto supera seus medos e inseguranças. Além disso, é muito divertido para amigos trabalharem juntos ajudando uns aos outros, treinando posições de equilíbrio de duas ou mais pessoas.

Como se pratica?

Nas aulas, realiza-se um treinamento físico intenso, com a execução de exercícios em tensão dinâmica observando cada grupo muscular. Praticam-se progressivamente as habilidades com seu corpo: parada de mão, estrela, rondo, esquadra etc. Elaboram-se poses com companheiros, buscando equilíbrio e trabalho em conjunto. Qualquer pessoa pode participar, não obstante sua capacidade física ou habilidade. Neste sentido, é especialmente aconselhável para as pessoas que demonstram menor destreza e domínio do corpo.

Os resultados esperados nos praticantes:

- Aumento da massa muscular;
- Maior equilíbrio físico e mental;
- Melhoria na expressão corporal;
- Maior controle dos próprios medos;
- Diminui a timidez e aumenta a auto-confiança;
- Desenvolvimento da confiança em trabalhos de grupo.

### 1.6.3 Objetivos

O programa tem seu objetivo baseado na fenomenologia, que valoriza a vivência como processo de aprendizagem, vinculando a prática como 'long life learning process' (Merleau-Ponty, 1972). Desta forma, o objetivo do programa, através de seus ministrantes, ser a ferramenta do educador para o processo de desenvolvimento do aluno, desenvolvendo diversas virtudes físicas, mentais e psicofísicas, além de proporcionar à comunidade de pesquisadores na área de educação inclusiva, atividade física adaptada, e proteção da mulher, dados para apoiar suas atividades, promovendo, desta forma, um processo de integração recíproca entre campos de conhecimento.

Este programa será constituído pelos seguintes projetos, com seus objetivos específicos:

Ação 1 - Projeto 'Pa-Kua Alto Vale':

Objetiva dar continuidade às modalidade de Pa-Kua, permitindo que a comunidade, independente de idade, sexo, limitações ou poder aquisitivo, tenha acesso a práticas marciais e terapêuticas e tenha os benefícios da realização de atividade física regular.

Ação 2 - Projeto 'Defesa pessoal feminina':

Objetiva ensinar mulheres e LGBTQ+ a se defenderem de forma simples, rápida e efetiva contra situações

de abuso e violência, além de incentivar a praticarem uma arte marcial sem medo de serem julgadas ou discriminadas.

Ação 3 - Projeto 'Arqueria para cegos':

Objetiva qualificar profissionais de artes marciais para o trabalho com eles, trazer maior visibilidade às necessidades deste público e difundir as possibilidades de atividades que eles possuem.

#### **1.6.4 Metodologia e Avaliação**

Ação 1 - Projeto 'Pa-Kua Alto Vale':

Este projeto está dividido em duas sub-ações:

1.1 - aulas de regulares de modalidades de Pa-Kua (Arte Marcial, Yoga, Acrobacia e Tai-Chi) em Ibirama e região, permitindo que a comunidade, independente de idade, sexo, ou poder aquisitivo, tenha acesso a novas práticas marciais e terapêuticas e tenha os benefícios da realização de atividade física regular.

1.2 - aulas de meditação aos alunos/atletas de Badminton do Programa 'Treinamento e Disseminação Esportiva para a Comunidade: Badminton e Taekendo', do CEAVI da UDESC, coordenado pelo professor Pablo Schoeffel, a fim de que desenvolvam habilidades de meditação, concentração e foco oriundas de técnicas do Pa-Kua, a fim de melhorar sua performance em treinos de Badminton e o consequente reflexo para a vida do praticante.

Ação 2 - Projeto 'Defesa pessoal feminina':

Neste projeto acontecerão oficinas em todas as cidades de SC que possuem escolas de Pa-Kua, sendo atualmente onze (Ibirama, Blumenau, Brusque, Campos Novos, Balneário Camboriú, Guabiruba, Ilhota, Florianópolis, São José, Timbó e Canoinhas), onde mulheres e LGBT+ aprenderão a se defender de forma simples, rápida e efetiva contra situações de abuso e violência através de parcerias com as escolas de Pa-Kua da cidade. Além disso, as inscrições para estas oficinas serão doações que serão redirecionadas à grupos de mulheres ou às cedex da RFCC da região.

Ação 3 - Projeto 'Arqueria para Cegos':

Este projeto será dividido em quatro sub-ações:

3.1 - qualificação dos instrutores de arqueria através da participação de cursos, seminários e demais eventos que forneçam ferramentas e técnicas para que possam melhor trabalhar com deficientes visuais e cegos.

3.2 - as aulas de tiro de arco e flecha propriamente dita, que será ministrada na cede da ACIC para os seus associados.

3.3 - participações de ações do projeto 'LEdl vai à escola' com o objetivo de levar esclarecimento aos alunos das escolas de Florianópolis e região, e auxiliar no trabalho com este público.

3.4 - oficinas de qualificação de profissionais de artes marciais, e similares, na adaptação de suas práticas para grupos diferenciados.

As aulas terão um excelente efeito de motivação para as pessoas, que devem encara-lo como um benefício que a instituição lhes proporciona. Uma pessoa motivada é mais colaborativa e segura, o que facilita seu relacionamento com todos ao seu redor, clientes e colegas de trabalho.

#### **1.6.5 Relação Ensino, Pesquisa e Extensão**

Os projetos promovem a articulação plena entre o ensino, pesquisa e a extensão. O ensino está presente no vínculo das atividades de repassar conhecimento e efetuar os treinamentos e poderá integrar-se a esse programa através da pesquisa e prática de conceitos de centro de massa, equilíbrio e atividade física adaptada, vinculado à disciplina do currículo de Educação Física.

Além disto, também trabalhará a educação inclusiva, foco do LEdl, pertencente ao departamento de Pedagogia do CEAD.

A extensão está presente fortemente devido à integração com a comunidade em ações diretas nos

projetos 'Pa-Kua Alto Vale', 'Defesa pessoal feminina' e 'Arqueria para cegos'. Além disso, os espaços, tatames e vários equipamentos para as aulas ficarão disponíveis para outras práticas e projetos que tiverem tal necessidade e cumprirem com os requisitos estipulados.

A pesquisa está vinculada com os projetos 'Defesa pessoal feminina' e 'Arqueria para cegos', onde deverá ter um estudo sobre ambos públicos, sendo que os projetos estudarão áreas como educação inclusiva, atividade física adaptada e proteção da mulher, trazendo dados para apoiar suas atividades, motivações e direitos, promovendo, desta forma, um processo de integração recíproca entre campos de conhecimento.

A extensão irá sair dos muros da instituição para atender a comunidade, desenvolver capacidades intelectuais dos acadêmicos e permitir parcerias para desenvolvimento.

#### **1.6.6 Avaliação**

##### **Pelo Público**

Formulários de avaliações para o público atingido pelos projetos.

##### **Pela Equipe**

Haverá reuniões periódicas com a equipe para avaliar o andamento das atividades e identificar lições aprendidas, propondo melhorias para as próximas atividades.

#### **1.6.7 Referências Bibliográficas**

BERGSON, H. Matéria e memória. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

BERNERT, Caroline Marciano Barbosa ; CAMARGO, Rachel Schettert De ; SANTOS, Sizar Christofen Bach Dos . Utilização do Tai Chi Método Pa-Kua como forma de tratamento fisioterapêutico em idosos institucionalizados. 2015. 200 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Fisioterapia) - Centro Universitário Autônomo do Brasil, Curitiba, 2015.

FLORENTINO, José. SALDANHA, Ricardo P. Esporte, educação e inclusão social: reflexões sobre a prática pedagógica em Educação Física. Efdeportes Revista Digital - Buenos Aires - ano 12 - n. 112 - Setembro de 2007.

GGB, ONG Grupo Gay da Bahia. Estatísticas. Disponível em: <<https://homofobiamata.wordpress.com/>>. Acesso em: 14 set. 2017

KREBS, R. J. Desenvolvimento Humano: Teoria e Estudos. Santa Maria: Casa Editorial, 1995b. São José

KUNZ, Elenor; SOUZA, Maristela da Silva. Unidade didática 1: atletismo. In: KUNZ, Elenor (Org.). Didática da educação física 1. 4. ed. Ijuí: Unijuí, 2006

LOWEN, Alexander ; LOWEN, Leslie . The Way to Vibrant Health. Hinesburg: The Alexander Lowen Foundation, 2012. 180 p.

MERLEAU-PONTY, Maurice. Ciências do homem e fenomenologia. São Paulo: Saraiva, 1972. 77 p.

MOYANO, Nicolás Darío ; SANDRI, Fernando Martín . Liga Internacional de Pa-Kua: 35 Aniversário. Santos/SP: Bueno Editora, 2011. 200 p.

SSP, Secretaria de Segurança Pública. Segurança em Números. Disponível em: <<http://www.ssp.sc.gov.br/>>. Acesso em: 10 set. 2017

#### **1.6.8 Observações**

Os equipamentos e materiais adquiridos por este programa poderão ser disponibilizados para outras

práticas interessadas. Até o momento, os equipamentos poderão ser também utilizados:

- no projeto 'Escotismo na universidade', do prof. Adilson Vahldick (do curso de Engenharia de Software),
- no projeto 'Treinamento e Disseminação Esportiva para a Comunidade: Badminton e Taekendo', do prof. Pablo Schoeffel (do curso de Engenharia de Software),
- na prática de judo pela Associação Judô Samurai de Santo Amaro da Imperatriz,
- na prática de Aikido pelo Shugyo Dojô de Palhoça, e
- na prática de capoeira e parkour pelo técnico Jean Carlos Oliveira de Abreu, do SETIC.

Diversas grupos de pessoas se beneficiarão com o programa, sendo cada projeto focado em um público. Por exemplo, as mulheres, LGBT+ no projeto 'Defesa Pessoal Feminina', os deficientes visuais no projeto 'Arqueria para Cegos', além de toda a comunidade que participará do projeto 'Pa-Kua Alto Vale' e dos demais.

Vale salientar também a interação e participação de outros departamento (Engenharia de Software), de outro centro da UDESC (CEAVI), as parcerias com instituições públicas e particulares realizadas e também a realização de eventos em várias cidades, inclusive divulgando a universidade em comunidades que não possuem um centro ou polo da UDESC.

Além disto, as aulas de Pa-Kua qualificaram e continuarão qualificando seus alunos para que eles mesmo possam dar continuidade nas práticas como também levar a prática para outras comunidades, possibilitando a continuidade mesmo sem o apoio do programa da universidade.

Por fim, a indissociabilidade (ensino, pesquisa e extensão) se demonstra através das aulas e oficinas que serão ministradas e as duas grandes áreas de pesquisa que serão realizadas, possibilitando que professores e acadêmicos de vários cursos, bolsistas, voluntários de várias cidades e várias comunidades sejam contemplados

## 1.7 Divulgação/Certificados

<b>Meios de Divulgação:</b>	Cartaz, Folder, Internet, Imprensa
<b>Outros meios de Divulgação:</b>	Serão divulgadas as ações do programa nas mídias sociais do Departamento de Extensão do CEAVI e do CEAD.
<b>Contato:</b>	Rogério Bodemüller Junior (rogerio.bodemuller@udesc.br)
<b>Emissão de Certificados:</b>	Participantes, Equipe de Execução
<b>Qtde Estimada de Certificados para Participantes:</b>	1500
<b>Qtde Estimada de Certificados para Equipe de Execução:</b>	50
<b>Total de Certificados:</b>	1550
<b>Menção Mínima:</b>	
<b>Frequência Mínima (%):</b>	75
<b>Justificativa de Certificados:</b>	Certificados para os bolsistas, para os colaboradores e ministrantes envolvidos nas ações do programa e também aos participantes das oficinas e aulas regulares, caso seja do interesse do mesmo, por exemplo, para validar como carga horária complementar.

## 1.8 Outros Produtos Acadêmicos



<b>Gera Produtos:</b>	Sim
<b>Produtos:</b>	Artigo Completo Oficina Programa de Rádio Programa de TV
<b>Descrição/Tiragem:</b>	Artigo com descrição e análise estatística dos resultados obtidos com a avaliação dos alunos de arqueria (Projeto 'Arqueria para Cegos'). Publicidade em jornal, rádio, TV e minicursos para as aulas de defesa pessoal feminina (Projeto 'Defesa pessoal feminina')

## 1.9 Anexos

Nome	Tipo
anexo_i___acic___justificativa.pdf	ANEXO I - Declaração de Interesse no Desenvolvimento de Ação Extensionista
anexo_i___rfcc.pdf	ANEXO I - Declaração de Interesse no Desenvolvimento de Ação Extensionista
anexo_i___caps.pdf	ANEXO I - Declaração de Interesse no Desenvolvimento de Ação Extensionista
anexo_i___abqpk.pdf	ANEXO I - Declaração de Interesse no Desenvolvimento de Ação Extensionista
anexo_i___abpk___acessorios.pdf	ANEXO I - Declaração de Interesse no Desenvolvimento de Ação Extensionista
anexo___identificacao_das_acoes_vinculadas.xlsx	Identificação das Ações Vinculadas

## 2. Equipe de Execução

### 2.1 Membros da Equipe de Execução

#### Docentes da UDESC

Nome	Regime - Contrato	Instituição	CH Total	Funções
Geisa Letícia Kempfer Bock	40 horas	UDESC	460 hrs	Colaborador

#### Discentes da UDESC

Nome	Curso	Instituição	Carga	Funções
Bolsista Ficticio 1	História	UDESC	2868 hrs	Bolsista de Extensão
Bolsista Ficticio 2	História	UDESC	2868 hrs	Bolsista de Extensão

Juliana de Andrade Ventura	Biblioteconomia	UDESC	1028 hrs	Ministrante
Natalia Fabris	Bacharelado Em Artes Visuais	UDESC	1028 hrs	Ministrante

#### **Técnico-administrativo da UDESC**

Nome	Regime de Trabalho	Instituição	Carga	Função
Débora Marques Gomes	40 horas	UDESC	460 hrs	Colaborador
Rogério Bodemüller Junior	40 horas	UDESC	2408 hrs	Coordenador(a), Gestor

#### **Outros membros externos a UDESC**

Nome	Instituição	Carga	Função
Bruna Luciane Varela de Moura	Escola de Pa-Kua Kobrasol	1028 hrs	Ministrante
Camila Daros Dalmolin	Escola de Pa-Kua Campos Novos	1028 hrs	Ministrante
Daniela de Souza	Escola de Pa-Kua Guabiruba	1028 hrs	Ministrante
Danielly Daniella Borguezan dos Santos	Escola de Pa-Kua Balneário Camboriú	1028 hrs	Ministrante
Giovani Rabello Junior	Escola de Pa-Kua Blumenau	1028 hrs	Ministrante
Jean Carlos de Souza	Escola de Pa-Kua Guabiruba	1028 hrs	Ministrante
Mayla Mendel de Sylos	Escola de Pa-Kua Florianópolis	1028 hrs	Ministrante
Rafael Pieper	ABqPK	1028 hrs	Ministrante
Sila Georges Agiru Judick Siebert	Pa-Kua Alto Vale	1948 hrs	Ministrante
Veni Veci Borguezan dos Santos	Escola de Pa-Kua Balneário Camboriú	1028 hrs	Ministrante

#### **Coordenador:**

Nome: Rogério Bodemüller Junior

RGA:

CPF: 05521992901

Email: rogerio.bodemuller@udesc.br

Categoria: Técnico Administrativo

Fone/Contato: (48)996204821 / (48)999229475

**Gestor:**

Nome: Rogério Bodemüller Junior

RGA:

CPF: 05521992901

Email: rogerio.bodemuller@udesc.br

Categoria: Técnico Administrativo

Fone/Contato: (48)996204821 / (48)999229475

**2.2 Cronograma de Atividades****Atividade:**

Ação 1 - Projeto 'Pa-Kua Alto Vale'

Aulas das modalidades de Pa-Kua nos locais definidos pelos parceiros, comunicação com os participantes, planejamento das atividades e organização dos equipamentos.

Aula de meditação para os alunos do badminton.

**Início:**

Fev/2020

**Duração:**

23 Meses

**Somatório da carga horária dos membros:** 160 Horas/Mês**Responsável:** Rogério Bodemüller Junior (C.H. 40 horas/Mês)**Membros Vinculados:**

Bolsista Fictício 2 (C.H. 80 horas/Mês)

Sila Georges Agiru Judick Siebert (C.H. 40 horas/Mês)

**Atividade:**

Ação 2 - Projeto 'Defesa pessoal feminina':

Aula de defesa pessoal feminina para mulheres e LGBTQ+ nos municípios participantes

**Início:**

Mar/2020

**Duração:**

1 Dia

**Somatório da carga horária dos membros:** 60 Horas Total**Responsável:** Rogério Bodemüller Junior (C.H. 4 horas Total)**Membros Vinculados:**

Bolsista Fictício 1 (C.H. 4 horas Total)

Bolsista Fictício 2 (C.H. 4 horas Total)

Bruna Luciane Varela de Moura (C.H. 4 horas Total)

Camila Daros Dalmolin (C.H. 4 horas Total)

Daniela de Souza (C.H. 4 horas Total)

Danielly Daniella Borguezan dos Santos (C.H. 4 horas Total)

Giovani Rabello Junior (C.H. 4 horas Total)

Jean Carlos de Souza (C.H. 4 horas Total)

Juliana de Andrade Ventura (C.H. 4 horas Total)

Mayla Mendel de Sylos (C.H. 4 horas Total)

Natalia Fabris (C.H. 4 horas Total)

Rafael Pieper (C.H. 4 horas Total)

Sila Georges Agiru Judick Siebert (C.H. 4 horas Total)

Veni Veci Borguezan dos Santos (C.H. 4 horas Total)

**Atividade:**

Ação 2 - Projeto 'Defesa pessoal feminina':

Aula de defesa pessoal feminina para mulheres e LGBTQ+ nos municípios participantes

**Início:** Ago/2020 **Duração:** 1 Dia  
**Somatório da carga horária dos membros:** 60 Horas Total  
**Responsável:** Rogério Bodemüller Junior (C.H. 4 horas Total)  
**Membros Vinculados:** Bolsista Fictício 1 (C.H. 4 horas Total)  
Bolsista Fictício 2 (C.H. 4 horas Total)  
Bruna Luciane Varela de Moura (C.H. 4 horas Total)  
Camila Daros Dalmolin (C.H. 4 horas Total)  
Daniela de Souza (C.H. 4 horas Total)  
Danielly Daniella Borguezan dos Santos (C.H. 4 horas Total)  
Giovani Rabello Junior (C.H. 4 horas Total)  
Jean Carlos de Souza (C.H. 4 horas Total)  
Juliana de Andrade Ventura (C.H. 4 horas Total)  
Mayla Mendel de Sylos (C.H. 4 horas Total)  
Natalia Fabris (C.H. 4 horas Total)  
Rafael Pieper (C.H. 4 horas Total)  
Sila Georges Agiru Judick Siebert (C.H. 4 horas Total)  
Veni Veci Borguezan dos Santos (C.H. 4 horas Total)

---

**Atividade:** Ação 2 - Projeto 'Defesa pessoal feminina':  
Aula de defesa pessoal feminina para mulheres e LGBTQ+ nos municípios participantes

**Início:** Mar/2021 **Duração:** 1 Dia  
**Somatório da carga horária dos membros:** 60 Horas Total  
**Responsável:** Rogério Bodemüller Junior (C.H. 4 horas Total)  
**Membros Vinculados:** Bolsista Fictício 1 (C.H. 4 horas Total)  
Bolsista Fictício 2 (C.H. 4 horas Total)  
Bruna Luciane Varela de Moura (C.H. 4 horas Total)  
Camila Daros Dalmolin (C.H. 4 horas Total)  
Daniela de Souza (C.H. 4 horas Total)  
Danielly Daniella Borguezan dos Santos (C.H. 4 horas Total)  
Giovani Rabello Junior (C.H. 4 horas Total)  
Jean Carlos de Souza (C.H. 4 horas Total)  
Juliana de Andrade Ventura (C.H. 4 horas Total)  
Mayla Mendel de Sylos (C.H. 4 horas Total)  
Natalia Fabris (C.H. 4 horas Total)  
Rafael Pieper (C.H. 4 horas Total)  
Sila Georges Agiru Judick Siebert (C.H. 4 horas Total)  
Veni Veci Borguezan dos Santos (C.H. 4 horas Total)

---

**Atividade:** Ação 2 - Projeto 'Defesa pessoal feminina':  
Aula de defesa pessoal feminina para mulheres e LGBTQ+ nos municípios participantes

**Início:** Ago/2021 **Duração:** 1 Dia  
**Somatório da carga horária dos membros:** 60 Horas Total  
**Responsável:** Rogério Bodemüller Junior (C.H. 4 horas Total)  
**Membros Vinculados:** Bolsista Fictício 1 (C.H. 4 horas Total)

Bolsista Ficticio 2 (C.H. 4 horas Total)  
Bruna Luciane Varela de Moura (C.H. 4 horas Total)  
Camila Daros Dalmolin (C.H. 4 horas Total)  
Daniela de Souza (C.H. 4 horas Total)  
Danielly Daniella Borguezan dos Santos (C.H. 4 horas Total)  
Giovani Rabello Junior (C.H. 4 horas Total)  
Jean Carlos de Souza (C.H. 4 horas Total)  
Juliana de Andrade Ventura (C.H. 4 horas Total)  
Mayla Mendel de Sylos (C.H. 4 horas Total)  
Natalia Fabris (C.H. 4 horas Total)  
Rafael Pieper (C.H. 4 horas Total)  
Sila Georges Agiru Judick Siebert (C.H. 4 horas Total)  
Veni Veci Borguezan dos Santos (C.H. 4 horas Total)

---

**Atividade:** Ação 2 - Projeto 'Defesa pessoal feminina':  
Definição de local para os eventos, logística com os equipamentos, planejamento das atividades e divulgação entre grupos de mulheres e LGBTQ+ das cidades participantes.

**Início:** Fev/2020 **Duração:** 23 Meses

**Somatório da carga horária dos membros:** 660 Horas/Mês

**Responsável:** Rogério Bodemüller Junior (C.H. 44 horas/Mês)

**Membros Vinculados:**  
Bolsista Ficticio 1 (C.H. 44 horas/Mês)  
Bolsista Ficticio 2 (C.H. 44 horas/Mês)  
Bruna Luciane Varela de Moura (C.H. 44 horas/Mês)  
Camila Daros Dalmolin (C.H. 44 horas/Mês)  
Daniela de Souza (C.H. 44 horas/Mês)  
Danielly Daniella Borguezan dos Santos (C.H. 44 horas/Mês)  
Giovani Rabello Junior (C.H. 44 horas/Mês)  
Jean Carlos de Souza (C.H. 44 horas/Mês)  
Juliana de Andrade Ventura (C.H. 44 horas/Mês)  
Mayla Mendel de Sylos (C.H. 44 horas/Mês)  
Natalia Fabris (C.H. 44 horas/Mês)  
Rafael Pieper (C.H. 44 horas/Mês)  
Sila Georges Agiru Judick Siebert (C.H. 44 horas/Mês)  
Veni Veci Borguezan dos Santos (C.H. 44 horas/Mês)

---

**Atividade:** Ação 3 - Projeto 'Arqueria para Cegos'  
Aulas de arqueria na ACIC e participação do 'LEdI vai à escola'.

**Início:** Fev/2020 **Duração:** 23 Meses

**Somatório da carga horária dos membros:** 100 Horas/Mês

**Responsável:** Rogério Bodemüller Junior (C.H. 10 horas/Mês)

**Membros Vinculados:**  
Bolsista Ficticio 1 (C.H. 70 horas/Mês)  
Débora Marques Gomes (C.H. 10 horas/Mês)  
Geisa Letícia Kempfer Bock (C.H. 10 horas/Mês)

**Atividade:** Ação 3 - Projeto 'Arqueria para Cegos'  
Qualificação dos instrutores no trabalho com deficientes visuais e cegos.  
Oficiais para profissionais de artes marciais.

**Início:** Fev/2020 **Duração:** 23 Meses

**Somatório da carga horária dos membros:** 40 Horas/Mês

**Responsável:** Rogério Bodemüller Junior (C.H. 10 horas/Mês)

**Membros Vinculados:** Bolsista Fictício 1 (C.H. 10 horas/Mês)  
Débora Marques Gomes (C.H. 10 horas/Mês)  
Geisa Letícia Kempfer Bock (C.H. 10 horas/Mês)

Responsável	Atividade	2020											
		Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez
Rogério Bodemüller Junior	Ação 1 - Projeto 'Pa-Kua Alto Vale' Aulas ...	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Rogério Bodemüller Junior	Ação 2 - Projeto 'Defesa pessoal feminina':...	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Rogério Bodemüller Junior	Ação 3 - Projeto 'Arqueria para Cegos' Aul...	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Rogério Bodemüller Junior	Ação 3 - Projeto 'Arqueria para Cegos' Qua...	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Rogério Bodemüller Junior	Ação 2 - Projeto 'Defesa pessoal feminina':...	-	-	X	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Rogério Bodemüller Junior	Ação 2 - Projeto 'Defesa pessoal feminina':...	-	-	-	-	-	-	-	X	-	-	-	-

Responsável	Atividade	2021											
		Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez
Rogério Bodemüller Junior	Ação 1 - Projeto 'Pa-Kua Alto Vale' Aulas ...	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Rogério Bodemüller Junior	Ação 2 - Projeto 'Defesa pessoal feminina':...	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Rogério Bodemüller Junior	Ação 3 - Projeto 'Arqueria para Cegos' Aul...	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Rogério Bodemüller Junior	Ação 3 - Projeto 'Arqueria para Cegos' Qua...	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Rogério Bodemüller Junior	Ação 2 - Projeto 'Defesa pessoal feminina':...	-	-	X	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Rogério Bodemüller Junior	Ação 2 - Projeto 'Defesa pessoal feminina':...	-	-	-	-	-	-	-	X	-	-	-	-

### 3. Receita

#### 3.1 Arrecadação

Não há Arrecadação.

#### 3.2 Recursos da IES (UDESC)

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

Rubricas	Valor(R\$)
Material de Consumo (3390-30)	3.000,00
Passagens e Despesas com Locomoção (3390-33)	0,00
Diárias - Pessoal Civil (3390-14)	0,00
Outros Serviços de Terceiros - Pessoa Física (3390-36)	7.000,00

Outros Serviços de Terceiros - Pessoa Jurídica (3390-39)	0,00
Equipamento e Material Permanente (4490-52)	10.000,00
Encargos Patronais (3390-47)	0,00
<b>Subtotal</b>	<b>R\$ 20.000,00</b>
<b>Total:</b>	<b>R\$ 20.000,00</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 (UDESC): Bolsas + Outras Rubricas)	20.000,00
Subtotal 3 (Recursos de Terceiros)	0,00
<b>Total</b>	<b>20.000,00</b>

Elementos da Receita (Sem Bolsa)	R\$
Subtotal 1 (Arrecadação)	0,00
Subtotal 2 (Recursos da IES (UDESC): Rubricas)	20.000,00
Subtotal 3 (Recursos de Terceiros)	0,00
<b>Total</b>	<b>20.000,00</b>

## 4. Despesas

Elementos de Despesas	Arrecadação (R\$)	IES (UDESC)(R\$)	Terceiros (R\$)	Total (R\$)
Bolsa - Auxílio Financeiro a Estudantes (3390-18)	0,00	0,00	0,00	0,00
Bolsa - Auxílio Financeiro a Pesquisadores (3390-20)	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Subtotal 1</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
Diárias - Pessoal Civil (3390-14)	0,00	0,00	0,00	0,00
Material de Consumo (3390-30)	0,00	3.000,00	0,00	3.000,00
Passagens e Despesas com Locomoção (3390-33)	0,00	0,00	0,00	0,00
Outros Serviços de Terceiros - Pessoa Física (3390-36)	0,00	7.000,00	0,00	7.000,00
Outros Serviços de Terceiros - Pessoa Jurídica (3390-39)	0,00	0,00	0,00	0,00
Equipamento e Material Permanente (4490-52)	0,00	10.000,00	0,00	10.000,00
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>20.000,00</b>	<b>0,00</b>	<b>20.000,00</b>
<b>Total</b>	<b>0,00</b>	<b>20.000,00</b>	<b>0,00</b>	<b>20.000,00</b>

Valor total solicitado em Reais: R\$ 20.000,00

**Vinte Mil Reais**

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 – Pessoa Física, Outros Serviços de Terceiros – 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

Não há Diárias.

#### 4.2 Despesas - Material de Consumo

Descrição	Qtde	Unidade	Custo Unitário	Fonte	Custo Total
Tatame eva piso de borracha 100x100x3cm	50	Unidade(s)	R\$ 60,00	IES (UDESC)	R\$ 3.000,00
<b>Total</b>					<b>R\$3.000,00</b>

#### 4.3 Despesas - Passagens

Não há Passagem.

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

Descrição	Fonte	Custo Total
Contratação de PF para ministrar oficinas.	IES (UDESC)	R\$ 7.000,00
<b>Total</b>		<b>R\$7.000,00</b>

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

Não há Serviço de Terceiros - Pessoa Jurídica.

#### 4.6 Despesas - Equipamento e Material Permanente

Descrição	Qtde	Custo Unitário	Fonte	Custo Total
Equipamento de Arqueria	10	R\$ 1.000,00	IES (UDESC)	R\$ 10.000,00
<b>Total</b>				<b>R\$10.000,00</b>

#### 4.7 Despesas - Bolsistas

Nome do Bolsista	Início/Término	Fonte	Tipo Institucional	Remuneração/Mês	Custo Total
Bolsista Ficticio 1	01/02/2020 31/01/2022	IES (UDESC)	Discente de Graduação	0,00	0,00



Bolsista Ficticio 2	01/02/2020 31/01/2022	IES (UDESC)	Discente de Graduação	0,00	0,00
<b>Total</b>				<b>R\$0,00</b>	

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

##### Bolsista Ficticio 1

**Carga Horária Semanal:** 0 hora(s)

**Objetivos:**

Auxiliar no projeto 'Arqueria para Cegos'.

Deverá estar disposto a trabalhar com este tipo de público, onde irá se qualificar e auxiliar nos trabalhos realizados.

**Atividades a serem desenvolvidas/Mês:**

Para o projeto 'Arqueria para Cegos', divulgação do projeto entre a comunidade, principalmente entre os grupos de deficientes visuais. Deverá auxiliar no planejamento das atividades, trabalhar na divulgação entre grupos, tratar da comunicação com os alunos, participar das oficinas de formação, também ir às escolas, organização, limpeza e manutenção dos equipamentos e auxílio durante as aulas ministradas, de 02/2020 a 01/2022.

##### Bolsista Ficticio 2

**Carga Horária Semanal:** 0 hora(s)

**Objetivos:**

Auxiliar no projeto 'Pa-Kua Alto Vale'.

Deverá possuir experiência, ou pelo menos conhecimento, em artes marciais e estar disposto a treinar regularmente as modalidades ministradas no projeto, além de ministrar as aulas que estiver qualificado e auxiliar na manutenção do espaço.

Auxiliar nos projetos 'Defesa pessoal feminina'

Deverá ter carisma, empatia e paciência, pois possivelmente irá trabalhar pessoas que sofreram abusos.

**Atividades a serem desenvolvidas/Mês:**

Comunicação com os parceiros para definir os locais de prática, divulgação das aulas, comunicação com os participantes, planejamento das atividades, organização, limpeza e manutenção dos equipamentos e auxílio durante as aulas ministradas, de 02/2020 a 01/2022.

Para o projeto 'Defesa pessoal feminina', definir local para os eventos, logística com os equipamentos, planejamento das atividades e divulgação entre grupos de mulheres e LGBT+ das cidades atendidas, de 02/2020 a 01/2022.

#### 4.8 Despesas - Outras Despesas

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

#### 4.9 Despesas - Resolução de Destinação Específica da IES (UDESC)

Discriminação	R\$
<b>Total</b>	<b>0,00</b>

#### 5. Critérios para Avaliação da Ação (Reservado à Comissão de Extensão)

Seleção no Centro		Pontuação	
1.	Atuação transformadora e de impacto sobre questões regionais prioritárias.		
2.	Interação concreta com a comunidade e seus segmentos significativos.		
3.	Relevância social, ambiental, artístico, cultural, científica e/ou econômica.		
4.	Atendimento às áreas temáticas: comunicação, cultura, direitos humanos, educação, meio ambiente, saúde, tecnologia e trabalho.		
5.	Caráter interdisciplinar, interdepartamental, intercentros, interinstitucional.		
6.	Pertinência técnica e metodológica da ação.		
7.	Articulação entre ensino, pesquisa e produção artístico-cultural.		
8.	Divulgação do Curso, Centro e Instituição.		
9.	Compatibilidade entre os recursos solicitados e as exigências da atividade.		
10.	Possibilidade de impactos das ações do projeto, no processo de qualificação social dos estudantes e dos cursos envolvidos na execução.		
<b>Total</b>			

Cada item receberá pontuação até 1 (um).

Os itens acima deverão ser utilizados para a análise de cada atividade recebendo a pontuação adequada.

Parecer do Departamento:

\_\_\_\_\_  
Relator(a)

\_\_\_\_\_  
Chefe do Departamento

Data de aprovação:

Parecer da Comissão de Extensão:

\_\_\_\_\_  
Relator(a)

\_\_\_\_\_  
Presidente da Comissão

Data de aprovação:

Parecer do Conselho de Centro:

\_\_\_\_\_  
Relator(a)

\_\_\_\_\_  
Presidente do Conselho

Data de aprovação na unidade executora:

RESERVADO À PROEX:

Data de Entrada:     /     /

Aprovado em:         /     /

Não Aprovado:     (   )

Justificativa:

\_\_\_\_\_  
Relator(a)

---

\_\_\_\_\_, 06/09/2020  
Local

\_\_\_\_\_  
**Rogério Bodemüller Junior**  
Coordenador(a)/Tutor(a)