



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE
CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

EDITAL N.º 003/2019/SESP, DE 01 DE MARÇO DE 2019.

Isenção de pagamento de inscrição de Atividades Esportivas – 2019.1

O SECRETÁRIO DE ESPORTE, no uso de suas atribuições, estabelece as normas para seleção de estudantes para obtenção de isenção de pagamento de taxas de inscrição nas atividades esportivas do Centro de Desportos (CDS/UFSC) para o **semestre 2019.1**.

1. DO OBJETIVO

1.1 O objetivo deste processo seletivo é conceder isenção de pagamento da taxa de inscrição nos Projetos de Extensão nas atividades esportivas do Centro de Desportos (CDS/UFSC) a estudantes regularmente matriculados nos cursos de graduação presencial da UFSC oriundos de família com renda familiar bruta mensal de até 1,5 salários mínimo *per capita*.

2. DOS CRITÉRIOS PARA INSCRIÇÃO

2.1 Ter matrícula regular em curso de graduação presencial do Campus Florianópolis.

2.2 Cursar a carga horária semanal mínima do período letivo, estabelecida no projeto pedagógico do respectivo curso.

2.3 Possuir cadastro PRAE com status de análise concluída ou validação de renda deferida pelo Serviço de Atenção Sócio assistencial da CoAes/PRAE.

2.4 Não usufruir de vaga em outro projeto de extensão de atividade esportiva do Centro de Desportos para o semestre **2019.1**.

2.5 Possuir renda familiar bruta mensal de até 1,5 salários mínimo *per capita*.

2.6 Preencher os requisitos de cada modalidade, expostos neste edital, não sendo permitida troca de turmas.

2.7 Não possuir pendência com o setor financeiro da PRAE.



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

3. DAS INSCRIÇÕES

3.1 A inscrição dos(as) estudantes deverá ser realizada de acordo com o seguinte procedimento:

3.1.1 Período de inscrição: **11/03/2019 a 13/03/2019 das 08 h às 11h30min e das 14 h às 17h30min.**

3.1.2 O(a) estudante poderá realizar inscrição em apenas uma turma oferecida neste edital. A correta seleção da turma é de inteira responsabilidade do(a) estudante.

3.1.3 Não serão aceitas inscrições enviadas via SPA, fax, e-mail, sedex, ou similares.

3.1.4 **As inscrições deverão ser feitas de forma presencial.** Os estudantes devem entregar na Secretaria de Esporte - SESP, ao lado do prédio da Prefeitura Universitária, localização no sítio <http://sesp.ufsc.br/>, durante o período de inscrição, o **formulário de “Solicitação de Inscrição em Isenção de Taxa de Atividades Esportivas”** disponível em www.prae.ufsc.br/formularios, com os respectivos anexos solicitados no formulário.

4. DOS CRITÉRIOS PARA SELEÇÃO

4.1 Preenchidos os requisitos estabelecidos nos itens “2” e “3” do presente Edital, a classificação final dos (as) candidatos(as) por Modalidade/Turma será feita na ordem crescente da menor para a maior renda per capita, até o limite de vagas estipulado por este Edital.

5. DO NÚMERO DE VAGAS

5.1 As vagas ofertadas são **distribuídas por Modalidade/Turma** aos estudantes oriundos de família com renda familiar bruta mensal de até 1,5 salários mínimos *per capita*.



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE
CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

6. DA RELAÇÃO DE MODALIDADES E TURMAS OFERECIDAS PELO CDS À PRAE

6.1 ATLETISMO, DESENVOLVIMENTO HUMANO E SAÚDE

O projeto busca oportunizar a comunidade, além do desfrute de uma Pista Sintética de Atletismo, um esporte que tem como característica fundamental a vivência com os movimentos humanos básicos, esperando oportunizar o desenvolvimento humano, promoção da saúde dos participantes e a participação em eventos tendo como ferramentas as vivências e aprendizagem das provas atléticas do Atletismo.

Coordenador: Jolmerson de Carvalho

Contato: jolmerson.carvalho@gmail.com

Atestado Médico: É obrigatório Atestado Médico, a ser entregue até 25/03/2019, para o Prof. Jolmerson.

Traje/Acessórios: Calção/Short, camiseta/agasalho e tênis.

Turmas	Faixa Etária (mínima e máxima)	Dias da Semana	Horários	Local	Número de Vagas
1	14 a 55 anos	2ª, 4ª e 6ª feira	17:45 às 20:30	Pista de Atletismo da UFSC	5

6.2 CONDICIONAMENTO FÍSICO – Programa de Condicionamento Físico relacionado à Saúde

Atividades físicas serão desenvolvidas 2 vezes por semana. Serão realizadas atividades de musculação, caminhadas/corridas, ginástica localizada, exercícios em circuito, para o desenvolvimento da aptidão cardiorrespiratória, força/resistência muscular localizada, flexibilidade, coordenação, ritmo e equilíbrio. As sessões serão compostas de 3 partes: Aquecimento (10 a 15 minutos); Parte principal (30 a 40 minutos) e Volta à Calma (5 a 10 minutos). Para verificar o efeito



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

do programa sobre a aptidão física relacionada à saúde dos participantes, no início e final dos semestres serão realizadas medidas antropométricas e testes motores, quando oportuno.

Coordenadora: Kelly Samara da Silva

Contato: E-mail: kelly.samara@ufsc.br

Pré-Requisitos: Poderão participar do projeto pessoas da Comunidade Universitária e Comunidade em Geral, de ambos os sexos.

Atestado Médico: Entregar Atestado médico de que está apto(a) a fazer atividade física, no máximo, até 15 dias após o início das aulas.

Traje/Acessórios: Roupa de ginástica, tênis e toalha.

Turmas	Faixa Etária (mínima e máxima)	Dias da Semana	Horários	Local	Número de Vagas
2	18 a 59 anos	3ª e 5ª feira	18:20 às 19:20	Laboratório de Musculação – Bloco 6	2
3	18 a 59 anos	3ª e 5ª feira	19:20 às 20:20	Laboratório de Musculação – Bloco 6	2

6.3 Cuidado com a Saúde - PROCOR - PROGRAMA DE REABILITAÇÃO CARDIORESPIRATÓRIA

O Programa de Prevenção e Reabilitação Cardiorrespiratória (PROCOR) do CDS/UFSC tem como objetivo oferecer à comunidade, em geral e acadêmica, a possibilidade de participação em um programa de treinamento físico (aeróbico e de força), direcionado ao tratamento de pacientes com doenças cardiovasculares e metabólicas ou com fatores de risco associados.

Coordenadora: Prof. Drª. Aline Mendes Gerage da Silva

Responsável pela Atividade: Aline M Gerage, Rodrigo Delevatti, Luiz Guilherme A Guglielmo, Antônio R P Moro



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE
CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

Contato: aline.gerage@ufsc.br; rodrigo.dellevatti@ufsc.br, luiz.guilherme@ufsc.br,
renato.moro@ufsc.br

Pré-Requisitos:

- 1) Ter entre 45 e 75 anos;
- 2) Possuir doença arterial coronariana, hipertensão arterial, diabetes e/ou fatores de risco associados (ex: obesidade, dislipidemia), o que será confirmado na primeira semana de aulas a partir de anamnese e solicitação de exames;
- 3) Apresentar liberação médica, preferencialmente emitida por cardiologista, atestando aptidão para a prática de atividades físicas.

Atestado Médico: Sim, devendo ser apresentado até a segunda semana de aula. O mesmo deverá ser emitido, preferencialmente, por médico cardiologista, há, no máximo 2 meses antes do início das aulas.

Traje/Acessórios: Roupas e calçados adequados para a prática de exercícios físicos.

Turmas	Faixa Etária (mínima e máxima)	Dias da Semana	Horários	Local	Número de Vagas
4	45 a 75 anos	2ª, 4ª e 6ª feira	17:00 às 18:00	Laboratório de Ergonomia – PROCOR – Bloco 5	2
5	45 a 75 anos	2ª, 4ª e 6ª feira	18:00 às 19:00	Laboratório de Ergonomia - PROCOR – Bloco 5	2
6	45 a 75 anos	2ª, 4ª e 6ª feira	19:00 às 20:00	Laboratório de Ergonomia - PROCOR – Bloco 5	2



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE
CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

6.4 Cuidado com a Saúde - PARKINSON - EXERCÍCIOS CONTRA RESISTÊNCIA PARA PESSOAS COM DOENÇA DE PARKINSON

EXERCÍCIOS CONTRA RESISTÊNCIA PARA PESSOAS COM DOENÇA DE PARKINSON: Exercícios de musculação visando melhoria da força e resistência muscular, equilíbrio, coordenação e convívio social.

Coordenadora: Aline Rodrigues Barbosa

Contato: aline.r.barbosa@ufsc.br

Atestado Médico: Apresentar no momento da inscrição.

Traje/Acessórios: Roupa apropriada para prática de atividade física.

Turma	Faixa Etária (mínima e máxima)	Dias da Semana	Horários	Local	Número de Vagas
7	Não há	2ª, 4ª e 6ª feira	16:00 às 18:00	Laboratório de Musculação	2

6.5 Dança - BALÉ CLÁSSICO BÁSICO – Iniciantes

Curso básico de balé clássico para **moças e rapazes**. Aprendizado da linguagem clássica e fundamentos básicos de técnicas do Balé. Desenvolvimento da coordenação motora, flexibilidade, resistência, fortalecimento muscular, velocidade dos movimentos e equilíbrio. Aquisição de leveza nos portes de braços e conhecimento dos passos de fácil combinação em exercícios de transferência de peso, liberação da perna de ação e coordenação motora. Progressão de acordo com a turma, respeitando os limites individuais do corpo para o desenvolvimento da técnica em giros, saltos, adágios e baterias. Possibilidade de entrar em técnica de pontas para moças e técnica específica masculina para rapazes.



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE
CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

Coordenadora: Profa. Cristiane Ker

Responsável pela Atividade: Profa. Luciana Fiamoncini

Contato: E-mail: projeto praticas corporais.ufsc@gmail.com / Tel.: (48) 3721-4778

Traje/Acessórios: Roupas leves, confortáveis e adequadas à prática corporal.

Turma	Faixa Etária (mínima e máxima):	Dias da Semana	Horários	Local	Número de Vagas
8	A partir de 18 anos	2ª feira	8:20 às 10:00	Laboratório de Dança - Bloco 5B	2
9	A partir de 18 anos	5ª feira	10:10 às 11:50	Laboratório de Dança - Bloco 5B	2

6.6 Dança - BALÉ CLÁSSICO INTERMEDIÁRIO

Aula clássica de ballet em nível intermediário para moças e rapazes. Essa turma irá desenvolver a barra completa, firmeza e agilidade nas trocas de perna em jetés, frappes, rond en l'air e grand battements. No centro, adágios, pequenos tendus, gran battements com arabesque e atitude. Giros de segunda e quarta posições de pés. Pequenos saltos, bateria vollé e grand jeté, em raias, diagonais e en menage.

Coordenadora: Profa. Cristiane Ker

Responsável pela Atividade: Profa. Luciana Fiamoncini

Contato: projeto praticas corporais.ufsc@gmail.com, (48) 3721-4778

Pré-Requisitos: Ter algum conhecimento prévio do Balé.

Traje/Acessórios: Roupas leves, confortáveis e adequadas à prática corporal.



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

Turma	Faixa Etária (mínima e máxima)	Dias da Semana	Horários	Local	Número de Vagas
10	A partir de 18 anos	4ª feira	13:30 às 15:10	Laboratório de Dança - Bloco 5B	2

6.7 Dança - ENTREPULSO - GRUPO DE DANÇA CONTEMPORÂNEA

O **Entrepulso** é um grupo de dança contemporânea que estuda possibilidades de conexão do corpo em movimento, com objetivo de estudar protocolo de ação e composição coreográfica. A vertente do trabalho passa pelo contemporâneo (Graham e Cunningham), educação somática (Laban, Bartenieff e BMC), dança teatro (Jooss e Bausch) e contato improvisação (Paxton e Scotton). O grupo também desenvolve atividade artística com apresentações em eventos acadêmicos e festivais competitivos.

Todos os inscritos participarão dos encontros dançados, porém para as apresentações artísticas, agendadas, participará aquele que demonstrar disponibilidade e comprometimento, avaliado caso a caso pelo proponente do grupo.

Coordenadora: Profa. Cristiane Ker

Responsável pela Atividade: Profa. Luciana Fiamoncini

Contato: e-mail: projetopraticascorporais.ufsc@gmail.com, (48) 3721-4778

Traje/Acessórios: Roupa leve, confortável e adequada à prática corporal.



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

Turma	Faixa Etária (mínima e máxima):	Dias da Semana	Horários	Local	Número de Vagas
11	A partir de 14 anos	3ª feira	13:30 às 15:10	Laboratório de Dança - Bloco 5B	2

6.8 Dança - JAZZ CLÁSSICO – Iniciantes

O Jazz é uma forma de expressão pessoal criada e sustentada pelo improviso. Na sua origem a Dança Jazz tem raízes essencialmente populares. Com uma evolução inicial paralela à da música Jazz, surgiu nos E.U.A no final do século passado com influência das Danças Africanas.

Neste nível iniciante serão abordadas as técnicas da Dança Jazz nas manifestações corporais acompanhada de música, por meio de atividades coletivas, com diferentes passos e combinações, respeitando a individualidade de cada um, havendo progressões de acordo com a evolução da turma.

A experiência proposta compõe-se por: movimentações básicas da dança, incentivo à criatividade, elementos de teatralidade e de performance na dança, musicalidade, ritmo, preparação do corpo para dança, bem como a abordagem de algumas peculiaridades das técnicas de Dança Jazz e as influências do Ballet e, criação de sequências e coreografias.

Coordenadora: Profa. Cristiane Ker

Responsável pela Atividade: Profa. Luciana Fiamoncini

Contato: projetopraticascorporais.ufsc@gmail.com, (48) 3721-4778

Traje/Acessórios: Roupa leve, confortável e adequada à prática corporal.



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

Turma	Faixa Etária (mínima e máxima):	Dias da Semana	Horários	Local	Número de Vagas
12	A partir de 14 anos	3ª feira	17:10 às 18:30	Laboratório de Ginástica - Bloco 5A	2

6.9 Dança - JAZZ FUNK I – Iniciantes

O Jazz é uma forma de expressão pessoal criada e sustentada pelo improviso. Na modalidade Jazz Funk ocorre a junção de Danças Urbanas com o Jazz, muito utilizado em videoclipes de músicas do gênero pop.

Em nível iniciante, serão abordadas as técnicas da Dança Jazz com influências das Danças Urbanas acompanhada de música, por meio de atividades coletivas, com diferentes passos e combinações, respeitando a individualidade de cada um, havendo progressões de acordo com a evolução da turma.

A experiência proposta compõe-se por: movimentações básicas da dança, incentivo à criatividade, elementos de teatralidade e de performance na dança, musicalidade, ritmo, preparação do corpo para dança, bem como a abordagem de algumas peculiaridades das técnicas de Dança Jazz e as influências das Danças Urbanas e, criação de sequências e coreografias.

Coordenadora: Profa. Cristiane Ker

Responsável pela Atividade: Profa. Luciana Fiamoncini

Contato: projeto praticas corporais.ufsc@gmail.com, (48) 3721-4778

Traje/Acessórios: Roupa leve, confortável e adequada à prática corporal.



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

Turma	Faixa Etária (mínima e máxima):	Dias da Semana	Horários	Local	Número de Vagas
13	A partir de 14 anos	4ª feira	19:20 às 21:00	Laboratório de Ginástica - Bloco 5A	2

6.10 Dança - JAZZ FUNK II – Iniciados

O Jazz é uma forma de expressão pessoal criada e sustentada pelo improviso. Na modalidade Jazz Funk ocorre a junção de Danças Urbanas com o Jazz, muito utilizado em videocliques de músicas do gênero pop.

As sessões de nível iniciado, terão um grau maior de complexidade em que serão compostas movimentações mais elaboradas da dança, incentivo à criatividade, elementos de teatralidade e de performance na dança, musicalidade, ritmo, preparação do corpo para dança, bem como, a abordagem de peculiaridades das técnicas de Dança Jazz com influências das Danças Urbanas e criação de sequências coreográficas.

Coordenadora: Profa. Cristiane Ker

Responsável pela Atividade: Profa. Luciana Fiamoncini

Contato: E-mail: projtopraticascorporais.ufsc@gmail.com / Tel.: (48) 3721-4778

Pré-Requisitos: Esta turma se trata de alunos de nível iniciados. Poderão se inscrever pessoas que participaram de pelo menos 2 semestres da modalidade, ou que tenham experiência de pelo menos 1 ano com a dança Jazz. Se não se encaixa nestes quesitos, mas acredita estar apto para o nível iniciado, poderá ser feito um teste antes do início das aulas. Para tanto, entre em contato pelo e-mail: brunal.e@hotmail.com ou projtopraticascorporais.ufsc@gmail.com.

Traje/Acessórios: Roupa leve, confortável e adequada à prática corporal.



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

Turma	Faixa Etária (mínima e máxima):	Dias da Semana	Horários	Local	Número de Vagas
14	A partir de 14 anos	5ª feira	19:20 às 21:00	Laboratório de Dança - Bloco 5A	2

6.11 Dança - VIVÊNCIAS EM DANÇAS PARAENSES

As danças paraenses possuem forte influência das mitologias e do imaginário popular da floresta. Em sua expressão artística as movimentações narram com poesia e beleza os mitos e o cotidiano das comunidades do interior do Pará que contam histórias de mistério, paixões e terror. Durante o semestre se dá ênfase em três modalidades desenvolvidas no estado do Pará o Lundum Marajoara, o Siriá e o Carimbó danças típicas muito difundidas hoje no mundo pelas suas cores fortes, quentes, conhecidas pelo sinuoso e hipnotizante rebolado com o quadril e o jogo lúdico com grandes saias.

Coordenadora: Profa. Cristiane Ker

Responsável pela Atividade: Profa. Luciana Fiamoncini

Contato: E-mail: projtopraticascorporais.ufsc@gmail.com / Tel.: (48) 3721-4778

Traje/Acessórios: Roupa leve, confortável e adequada à prática corporal.

Turma	Faixa Etária (mínima e máxima):	Dias da Semana	Horários	Local	Número de Vagas
15	A partir de 16 anos	6ª feira	10:10 às 11:50	Laboratório de Ginástica - Bloco 5A	2



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

6.12 DANÇA BRASILEIRA FORRÓ PÉ DE SERRA I E II

Este projeto de extensão “Dança Brasileira Forró Pé de Serra I e II” é oferecido aqui no CDS/UFSC há 17 anos. Já ensinamos por volta de umas 2000 pessoas a dançar Forró. O nosso compromisso é ensinar de forma simples e, com isso, fortalecer a naturalidade rítmica do Forró pé de serra, autêntico, original. Aquele em que se dança a dois unidos de corpo e alma, num mesmo ritmo, cadência. Partimos do pressuposto que todas as pessoas sabem dançar - é só começar; que não existe erro; que o Forró é alegria - expressão genuína de cultura brasileira. Que a alegria também se aprende (é mais inteligente que ser triste). As aulas tornam-se, também, espaço de sociabilidade, pois o Forró é muito mais que dança - é uma Festa - pretendemos que todas as aulas sejam uma Festa; que a camaradagem na aprendizagem possibilita a todos se tornarem amigos e, assim, os vínculos sócio afetivos extrapolam a sala de dança; torna-se oportunidade para se conhecer pessoas de diferentes origens, de diferentes cursos da UFSC, de fora da UFSC, de fora do Brasil, de diferentes idades, de diferentes regiões, de diferentes classes sociais. Essas diferenças, essa mistura, é uma característica importante da nossa cultura que valorizamos. O lúdico (ritmo x harmonia e imaginação) é pressuposto teórico e recurso didático; dessa forma marcamos uma estética cheia de expressões humanas, de leveza e, por tudo, de ALEGRIA. Ensinamos a dança brasileira Forró pé de serra seguindo a sua essência de festa com o xote, xaxado, baião, arrasta pé e o forró universitário. Em síntese, vislumbramos a dança muito mais que deslocamentos e gestos, mas promoção e celebração da vida.

Coordenadora: Prof.^a Dra. Iracema Soares de Sousa

Contato: cemassaa@yahoo.com.br

Pré-Requisitos:

Para o Forró I: Gostar de dançar e estar a fim de aprender a conhecer a cultura brasileira dessa dança.

Para o Forró II: Já saber dançar o Forró Pé de Serra. A pessoa que se inscrever e não conseguir atender a este pré-requisito será transferido para a turma Forró I.

Atestado Médico: Quem se inscrever assume que está em boas condições de saúde para o exercício de uma dança intensa (em geral) e podem realizar as atividades sem riscos de adoecer e/ou passar dificuldades de ordem médica.



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

Traje/Acessórios: Sem restrições de trajes, mas, todos dançam descalços/as ou com sapatilha própria de dança, somente usada para isso e sem salto. Estarem cheirosos é uma condição de conforto, necessária.

Turmas	Faixa Etária (mínima e máxima):	Dias da Semana	Horários	Local	Número de Vagas
16 Forró I	A partir de 16 anos	3ª e 5ª feira	18:30 às 19:50	Laboratório de Dança - Bloco 5B	3
17 Forró II	A partir de 16 anos	3ª e 5ª feira	20:00 às 21:30	Laboratório de Dança - Bloco 5B	3

6.13 DANÇA CIGANA ARTÍSTICA I – Iniciantes (Feminino)

As Danças Ciganas são danças diversas, por terem recebido influência da cultura de diversos povos, manifestam-se de diferentes formas em cada grupo ou território. Serão trabalhadas diferentes danças ciganas ao longo do semestre, cada qual com suas particularidades e similaridades. Além disso, está inserido o estudo e a manipulação de alguns elementos utilizados na Dança Cigana Artística e suas possíveis correspondências ritualísticas. As aulas se propõem introduzir a história e cultura cigana; introduzir as danças ciganas e o seu bailar (passos básicos, postura e movimentação de saia); introdução de elementos na dança (flor, leque, pandeiro e xale) e trabalhar desenvoltura, capacidade de improvisação e expressão.

Coordenadora: Profa. Cristiane Ker

Responsável pela Atividade: Profa. Luciana Fiamoncini

Contato: projetopraticascorporais.ufsc@gmail.com, (48) 3721-4778

Pré-Requisitos: Participantes somente do sexo feminino.

Traje/Acessórios: Roupa leve, confortável e adequada à prática corporal.



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

Turma	Faixa Etária (mínima e máxima):	Dias da Semana	Horários	Local	Número de Vagas
18	A partir de 15 anos	3ª feira	14:20 às 16:00	Laboratório de Dança - Bloco 5A	2

6.14 DANÇA CIGANA ARTÍSTICA II – Iniciadas (Feminino)

Nessas aulas serão aprofundadas técnicas de dança cigana, abordadas danças ciganas de diferentes territórios e além de trabalhar fusões de danças ciganas entre si e com outras técnicas de dança e de composição coreográfica. As Danças Ciganas são danças diversas, por terem recebido influência da cultura de diversos povos, manifestam-se de diferentes formas em cada grupo ou território.

Coordenadora: Profa. Cristiane Ker

Responsável pela Atividade: Profa. Luciana Fiamoncini

Contato: projeto praticas corporais.ufsc@gmail.com, (48) 3721-4778

Pré-Requisitos: Somente para alunas que frequentaram mais de dois semestres de dança cigana no âmbito do Projeto Práticas Corporais.

Traje/Acessórios: Roupa leve, confortável e adequada à prática corporal.

Turma	Faixa Etária (mínima e máxima):	Dias da Semana	Horários	Local	Número de Vagas
19	A partir de 15 anos	6ª feira	18:30 às 21:10	Laboratório de Dança - Bloco 5B	2



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

6.15 DANÇA CONTEMPORÂNEA + CONTATO E IMPROVISAÇÃO

Oficina de dança contemporânea no movimento de fundamentos corporais que permitem ao participante observar o seu corpo e sensações por meio dos padrões neurológicos básicos apontados por Irmgard Bartenieff, discípula de Rudolf von Laban. O contato improvisação encontra aqui a si mesmo, com o espaço próximo a seu corpo e com o outro improvisador, em dinâmicas de toque, proposições de mapas do corpo humano e jogos coletivos. Proposta de conectar exercícios preparatórios e básicos do corpo em movimento somático, laboratórios de mapa corporal e contato improvisação, com ênfase na reeducação corporal e fluidez de movimento. Propõe-se a investigação cíclica da sensação do corpo nas ações de balançar o seu centro de peso, ondular a coluna e impulsionar o centro de levitação; estudo de obras coreográficas do gênero e movimento expressivo em grupo.

Coordenadora: Profa. Cristiane Ker

Responsável pela Atividade: Profa. Luciana Fiamoncini

Contato: projeto praticas corporais.ufsc@gmail.com, (48) 3721-4778

Traje/Acessórios: Roupa leve, confortável e adequada à prática corporal.

Turma	Faixa Etária (mínima e máxima):	Dias da Semana	Horários	Local	Número de Vagas
20	A partir de 18 anos	3ª feira	10:10 às 11:50	Laboratório de Dança - Bloco 5A	2



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE
CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

6.16 Ginástica - VIDA ATIVA – Programa de orientação e ginástica para adultos (30 a 65 anos)

Proporcionar informações e atividades físicas orientadas visando a promoção da saúde e melhoria da qualidade de vida de adultos da comunidade universitária e da região de abrangência da UFSC (para a faixa etária de 30 a 65 anos, de ambos os sexos).

Promover a prática de atividades físicas orientadas através de programa de exercícios, caminhadas, step, atividades recreativas, ginástica aeróbica de baixo impacto, alongamentos e técnicas de relaxamento.

Coordenadora: Maria Fermínia Luchtemberg de Bem

Contato: ferminiaufsc@hotmail.com

Atestado Médico: Necessário atestado Médico.

Deverá ser entregue na primeira semana de atividade.

Traje/Acessórios: Confortável para executar as atividades e exercícios físicos.

Turma	Faixa Etária (mínima e máxima)	Dias da Semana	Horários	Local	Número de Vagas
21	30 a 65 anos	3ª e 5ª feira	18:30 às 19:30	Laboratório de Ginástica - Bloco 5A	2

6.17 Ginástica - VIVÊNCIAS CORPORAIS (40 a 65 anos)

O projeto tem como objetivo proporcionar vivências corporais às pessoas da comunidade acima de quarenta anos de idade. São realizadas diversas atividades físicas, tais como: dança, caminhadas, exercícios localizados, alongamentos e jogos recreativos.

Coordenadora: Lisiane Schilling Poeta

Contato: lisianepoeta@hotmail.com / 3721-9927



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE
CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

Atestado Médico: Necessário atestado Médico. Apresentar até segunda semana de aula.

Traje/Acessórios: Roupas para prática de atividade física (bermuda, camiseta, tênis).

Turma	Faixa Etária (mínima e máxima)	Dias da Semana	Horários	Local	Número de Vagas
22	40 a 65 anos	3ª e 6ª feira	9:10 às 10:00	Laboratório de Dança – Bloco 5A	3

6.18 MUSCULAÇÃO - Academia de Musculação para a Comunidade

A Academia de Musculação da UFSC tem como objetivo oportunizar a prática de exercícios localizados por meio de acompanhamento individualizado, buscando melhora na saúde.

Coordenador: Ricardo Dantas de Lucas

Contato: ricardo.dantas@ufsc.br, (48) 3721-4775

Atestado Médico: Entregar Atestado médico de que está apto(a) a fazer atividade física, no máximo, até 15 dias após o início das aulas.

Traje/Acessórios: Traje adequado para atividade física/ Toalha de rosto.



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

Turmas	Faixa Etária (mínima e máxima)	Dias da Semana	Horários	Local	Número de Vagas
23	18 a 70 anos	3ª e 5ª feira	7:30 às 08:20	Laboratório de Musculação – Bloco 6	2
24	18 a 70 anos	2ª e 4ª feira	15:10 às 16:00	Laboratório de Musculação – Bloco 6	2
25	18 a 70 anos	3ª e 5ª feira	13:30 às 14:20	Laboratório de Musculação – Bloco 6	2
26	18 a 70 anos	2ª e 4ª feira	18:00 às 18:50	Laboratório de Musculação – Bloco 6	2

6.19 PILATES SOLO PARA A COMUNIDADE

A proposta pedagógica trabalhada neste curso tem como eixo fundamental conhecer o corpo e suas possibilidades de autorregulação (transformação) em busca do equilíbrio geral e harmônico. Busca-se a unidade entre corpo e mente. Este Método foi concebido por Joseph Pilates (início do séc. XX) e promove, rapidamente, com prática sistemática, um alinhamento corporal geral pelo controle preciso do corpo. O centro forte (*Power house*) define e sustenta este alinhamento. Na prática do método Pilates adquire-se aumento da elasticidade, fortalecimento uniforme dos músculos e vigor orgânico, em geral, e, como não causa fadiga, a consequência também é não se produzir lesões. Qualquer pessoa pode praticar. Os resultados são visíveis em curto prazo: adequação postural (alinhando e estabilizando quadril e a coluna vertebral) com mais controle muscular total; maior consciência respiratória e espacial; sono mais reparador e mais disposição para a vida. As práticas baseiam-se nos conhecimentos sobre propriocepção (consciência corporal), fluidez orgânico-fisiológica, coordenação motora (expressão harmônica), vigor orgânico (estados físico–emocionais = tensão-relaxação), respiração (autoconhecimento) e na contextualização do corpo (ser humano) como síntese histórica. Ou seja, o método abrange bases filosóficas orientais e conhecimentos científicos variados. São exercícios sequenciais praticados no chão ou com o auxílio de aparelhos. Neste curso utiliza-se o Pilates solo (ele iniciou o Método no solo) com uma sequência de exercícios



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

sistemizados que foram organizados para atender a esta proposta. Esta sequência, desenvolvida aqui, é uma síntese da relação teoria x prática, prática x teoria, processo esse que já ocorre há 16 anos no CDS/UFSC. Observamos, nesses anos de estudos dessa prática, que é possível a autotransformação de cada pessoa numa superação libertadora, principalmente das dores adquiridas nos contextos da produção da vida (dores na coluna vertebral e/ou outras expressões). Tudo está elaborado a partir dos ensinamentos do seu fundador, Joseph H. Pilates. Ensina-se, aqui, o método original.

Coordenadora: Prof^a Dr^a Iracema Soares de Sousa

Contato: cemassaa@yahoo.com.br

Pré-Requisitos: Estar disposto a trabalhar corpo e mente – respiração sistemática com bastante concentração e participar efetivamente das aulas (não faltar).

Atestado Médico: Não é necessário atestado Médico.

Quem se inscreve neste curso assume que não possui nenhuma limitação orgânico-fisiológica (de saúde em geral) que possa impedir a realização de exercícios de média à intensa solicitação e que tem condições de se exercitar sem prejuízos, de nenhuma ordem.

Traje/Acessórios: Roupa confortável. Temos colchonetes, mas, podem trazer tapete pessoal.

Turmas	Faixa Etária (mínima e máxima):	Dias da Semana	Horários	Local	Número de Vagas
27	A partir de 16 anos	2ª e 4ª feira	20:10 às 21:30	Laboratório de Dança – Bloco 5B	2
28	A partir de 16 anos	2ª e 4ª feira	10:10 às 11:30	Laboratório de Dança – Bloco 5A	2



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE
CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

6.20 YOGA

Conhecimento e vivência do Yoga como experiência de autoconhecimento, desenvolvimento corporal e aprendizagem de uma ética universal (*yamas e niyamas*), baseada na auto-observação, auto-controle, disciplina, percepção e integração ao todo.

Experimentação de técnicas posturais (*asanas*), de concentração (*dharana*), meditação (*dhyana*), respiração (*pranayamas*), abstração dos sentidos (*pratyahara*) e relaxamento (*yoga nidra*) com o objetivo de alcançar um estado completo de bem estar, paz interior e iluminação (*samadhi*).

Coordenadora: Profa. Cristiane Ker

Contato: projetopraticascorporais.ufsc@gmail.com, (48) 3721-4778

Atestado Médico: Necessário somente em casos de gestantes, cardíacos, pressão alta e/ou, com outras doenças graves que possuem implicações e restrições em relação à prática corporal.

Traje/Acessórios: Roupa leve, confortável e adequada à prática corporal. Obrigatório trazer o *mat* (Tapete para Yoga) para a prática.

Turmas	Faixa Etária (mínima e máxima):	Dias da Semana	Horários	Local	Número de Vagas
29	A partir de 15 anos	4ª feira	13:30 às 15:10	Laboratório de Dança - Bloco 5A	2
30	A partir de 15 anos	6ª feira	10:10 às 11:50	Laboratório de Dança - Bloco 5A	2
31	A partir de 15 anos	4ª feira	8:20 às 10:00	Laboratório de Dança - Bloco 5A	2



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

7. RESULTADOS

7.1 A divulgação do resultado da seleção será realizada no dia **18 de março de 2019**, no site <http://sesp.ufsc.br/>, não havendo lista de espera.

8. DA MATRÍCULA

8.1 Após o resultado da seleção, os estudantes, selecionados neste edital, deverão se matricular presencialmente na Secretaria de Esporte - SESP, ao lado do prédio da Prefeitura Universitária, localização no sítio <http://sesp.ufsc.br/>, impreterivelmente nos dias **18, 19 e 20 de março**, das **08 h às 11h30min** e das **14 h às 17h30min**.

9. DAS DISPOSIÇÕES FINAIS

9.1 Este edital poderá ser revogado ou anulado a qualquer tempo, no todo ou em parte, por motivo de interesse público, sem que isso implique direito de indenização de qualquer natureza.

9.2 Todas as informações fornecidas pelo(a) estudante estarão sujeitas à verificação e, comprovada a não veracidade das informações, a qualquer tempo, o estudante perderá o direito ao auxílio, além de estar sujeito às penalidades previstas.

9.3 É de inteira responsabilidade do(a) estudante acompanhar as publicações no site <http://sesp.ufsc.br/>, conferir os dados do seu cadastro e o resultado deste Edital.

9.4 Não será encaminhada correspondência de cunho individual sob forma de e-mail, aviso, lembrete ou assemelhados sobre prazos e procedimentos constantes no presente Edital.

9.5 A conclusão da análise do Cadastro PRAE pelo Serviço de Atenção Socioassistencial da CoAes/PRAE não garante por si só o direito a este auxílio para o estudante.

9.6 Os casos omissos serão resolvidos pela Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis – PRAE e Secretaria de Esportes - SESP.

9.7 É de inteira responsabilidade do(a) estudante manter atualizados os dados do seu Cadastro PRAE e informar, de modo oficial e imediato, o Serviço de Atenção Socioassistencial da CoAes/PRAE sobre as mudanças em sua condição financeira e/ou social.

Juliano Fernandes da Silva

Secretario de Esporte