



UNIDADE CURRICULAR DE EXTENSÃO - UCE							
Código 0099	Componente curricular: Unidade Curricular de Extensão	Carga Horária			Crédito 08	Departamento de Origem DLV	Pré-requisito: Não há
		Teórica 15	Prática 105	Total 120			
Data/hora: Quinta-feira – 10h35-11h40							
Aplicação: () Teórica () Prática (x) Teórico-prática					Avaliado: () Nota (x) Conceito		
EMENTA: Conceito ampliado de saúde: democrático e coletivo. Cultura sensível do autocuidado e do cuidado com o outro. Inteligência emocional. Meditação. Pranayama.							
OBJETIVO GERAL							
❖ Desenvolver ações voltadas para o fortalecimento e para a legitimação de práticas de cuidados humanescentes em saúde nas escolas, por meio das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS).							
OBJETIVOS ESPECÍFICOS							
❖ Promover oficinas e ações para a universidade e para a comunidade externa;							
❖ Incentivar práticas de autocuidado na universidade e na escola;							
❖ Relacionar práticas cotidianas de saúde por meio da ação de extensão;							
❖ Estabelecer a noção de pesquisa-ação-formação existencial.							
IV CONTEÚDO PROGRAMÁTICO							
❖ Objetivo do Projeto de Extensão. Objetivo da UCE. História do NUPICS/Patu.							
❖ A perspectiva holística e o bem viver: conceito ampliado de saúde							
❖ A mente e o corpo no mundo digital							
❖ A inteligência emocional e a meditação							
❖ O pranayama e o ritmo da vida							
❖ A escrita e a escuta: comunicação não-violência e pesquisa-ação-formação existencial							
IV METODOLOGIA							
❖ Discussão de textos básicos sobre as práticas integrativas e complementares;							
❖ Organização e apresentação de ações no CAP e/ou em outros espaços;							
❖ Organização e apresentação de oficinas no CAP e/ou em outros espaços;							
❖ Elaboração dos relatórios crítico-reflexivos finais.							
V PROCEDIMENTOS DE AVALIAÇÃO DA APRENDIZAGEM							
❖ Conceito “satisfatório” ou “insatisfatório”. Critério: participação efetiva nas atividades da UCE do Projeto de Extensão NUPICS/Patu.							
VI REFERÊNCIAS							
BÁSICAS:							
BRASIL. Portaria Nº 849/GS, de 27 de março de 2017. Inclui a Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação , Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares.							
GOLEMAN, Daniel. Inteligência emocional : a teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente.							

Rio de Janeiro: Objetiva, 2012.

HERMÓGENES. Pranayama. In: **Autoperfeição com Hatha Yoga**: um clássico sobre saúde e qualidade de vida. Rio de Janeiro: BestSeller, 2017, pp. 75-101.

COMPLEMENTARES:

ACOSTA, Alberto. **O bem viver**: uma oportunidade para imaginar outros mundos. Tradução de Tadeu Breda. São Paulo: Autonomia literária, Elefante, 2016.

CAPRA, Fritjof. **A teia da vida**: uma nova compreensão científica dos sistemas vivos. São Paulo: Cultrix, 2006.

CAVALCANTI, K. B. **Pedagogia vivencial humanescente**: para sentir pensar os sete saberes na educação. Curitiba: Editora CRV, 2010.

LA TORRE, S. L.; PUNJOL, M. A. P.; MORAES, M. C. **Transdisciplinaridade e ecotransformação**: um novo olhar sobre a educação. São Paulo/SP: Triom, 2008.

PINEAU, Gaston. **As histórias de vida em formação**: gênese de uma corrente de pesquisa-ação-formação existencial. Educação e Pesquisa, v. 32, n. 2, p. 329-243, 2006.

PINEAU, Gaston. **Conquistar seu tempo através da formação dos ritmos da própria vida**. Educar em Revista, Curitiba, v. 37, e77919, 2021.

CRONOGRAMA DE ATIVIDADES TEÓRICAS – 15h

AULA	DATA	CONTEÚDO
1	11/05	Apresentação do PGCC. Objetivo do Projeto de Extensão. Objetivo da UCE. História do Projeto de Extensão NUPICS/Patu.
2	18/05	A perspectiva holística e humanescente da saúde. O bem viver. A importância das Práticas Integrativas e Complementares de Saúde na escola.
3	25/05	A mente e o corpo no mundo digital. A inteligência emocional e a meditação.
4	01/06	Formação para guiar a meditação: o pranayama e o ritmo da vida. A escrita e a escuta: comunicação não-violência e pesquisa-ação-formação existencial.
5	15/06	Preparação das oficinas e das ações
6	22/06	Reunião sobre as ações externas da UCE
7	29/06	Reunião sobre as ações externas da UCE
8	06/07	Reunião sobre as ações externas da UCE
9	13/07	Reunião sobre as ações externas da UCE
10	20/07	Reunião sobre as ações externas da UCE
11	27/07	Reunião sobre as ações externas da UCE
12	03/08	Reunião sobre as ações externas da UCE
13	10/08	III CONLLIT
14	17/08	Reunião sobre as ações externas da UCE
15	24/08	Reunião final sobre as ações desenvolvidas na UCE

Obs: Os encontros para preparação das oficinas e ações do Projeto de Extensão NUPICS ocorrerão quinzenalmente na quinta-feira a partir das 19h00.

ATIVIDADES PRÁTICAS – 105 horas

Carga horária	CONTEÚDO
15 horas	Discussão de filmes e/ou peças teatrais utilizando as redes sociais do projeto
15 horas	Organização e apresentação de oficinas e ações no CAP (e/ou em outros espaços) com a participação dos alunos da universidade e da comunidade externa
20 horas	Execução das práticas na universidade
20 horas	Execução das práticas nas escolas
30 horas	Elaboração dos relatórios crítico-reflexivos
5 horas	Participação como ouvinte e dando suporte aos eventos