



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA  
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE ENFERMAGEM



Plano de Ensino modificado em caráter excepcional devido à pandemia COVID-19 conforme: Lei 13.979, de 6 de fevereiro de 2020. Decreto Estadual nº 587, de 30 de abril de 2020, Portaria MEC 544 de 16 de junho de 2020, Resolução Normativa 140/2020/Cun, de 24 de julho de 2020 e Portaria nº 379/2020/GR de 09/11/2020.

**PLANO DE ENSINO – (2020.1)**

**1 - IDENTIFICAÇÃO**

<b>COD IGO</b>	<b>NOME DA DISCIPLINA</b>	<b>Nº DE CREDITOS</b>
NFR - 5111	Aprendizagem Vivencial I	02

<b>TURMA:</b>	2020-2
<b>SALA DE AULA:</b>	Moodle
<b>DIA DA SEMANA</b>	Segunda-feira
<b>HORÁRIO DA DISCIPLINA:</b>	16:20 às 18:00 horas

**2 - PRÉ-REQUISITOS**

<b>DISCIPLINA (s) – NÃO SE APLICA</b>	<b>CÓDIGO</b>

**3 - CARGA HORÁRIA**

<b>TEÓRICA</b>	<b>TEÓRICO-PRÁTICA</b>	<b>TOTAL</b>	<b>SEMANAL</b>
36h	-	36h	2h

**4 – PROFESSORES**

<b>Nome:</b>	<b>E-mail:</b>
<b>Responsável/coordenador:</b> Dra. Michelle Kuntz Durand	michelle.kuntz.durand@ufsc.br

**5 - HORÁRIOS DE AULA E ATENDIMENTO DO PROFESSOR E/OU COORDENADOR**

<b>HORARIO:</b> 14:00 as 17:00h (terça) – Profª Michelle	Necessário fazer agendamento prévio por e-mail: <a href="mailto:michelle.kuntz.durand@ufsc.br">michelle.kuntz.durand@ufsc.br</a>
--	--

## 6 - EMENTA

Dinâmicas de autoconhecimento, desenvolvimento de autopercepção com resgate da sua própria sensibilidade, resignificando suas emoções e vivências.

## 7- COMPETÊNCIAS GERAIS E ESPECÍFICAS

- ✓ Refletir as emoções e sentimentos relacionados ao seu momento de vida;
- ✓ Perceber, avaliar e tomar consciência de si mesmo;
- ✓ Desenvolver capacidades para administrar as tensões;
- ✓ Assumir responsabilidades;
- ✓ Tomar decisões;
- ✓ Desenvolver a inteligência emocional nas dimensões de autoaceitação e de ação consciente e intuitiva.

## 8- CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

Data	Atividades Síncronas ou Assíncronas	Prof. responsável	Conteúdo/Atividade
<b>1ª SEMANA</b>			
01/02	Atividade Síncrona	Profª Michelle Profª Adriana	Acolhimento dos graduandos, promovendo o diálogo frente ao atual cenário pandêmico; apresentação e discussão do Plano de Ensino da Disciplina e contrato inicial (horário, participação, sigilo e solidariedade).
<b>2ª SEMANA</b>			
08/02	Atividade Assíncrona	Profª Michelle	Construção do diário pessoal sobre o significado de sentimentos e emoções nas interações familiares, com amigos, colegas, parceiros, entre outros.
<b>3ª SEMANA</b>			
Atividade complementar a atividade do dia 8/2: Sequência no diário pessoal - "Atividade livre em qualquer dia e horário da semana"			
<b>4ª SEMANA</b>			
22/02	Atividade Síncrona	Profª Michelle Profª Adriana	Aula teórica sobre a definição do que é emoção e sentimento. O que é e para que servem as emoções e os sentimentos.
<b>5ª SEMANA</b>			
01/03	Atividade Assíncrona	Profª Michelle	Filme Divertidamente e leitura.
<b>6ª SEMANA</b>			
08/03	Atividade Síncrona	Profª Michelle	Atividade sobre o filme Divertidamente.
<b>7ª SEMANA</b>			
15/03	Atividade Síncrona	Profª Michelle	Aula teórica sobre reprogramação emocional.
<b>8ª SEMANA</b>			

**FERIADO**

22/03	Atividade Assíncrona	Profª Michelle	Compreendendo as emoções e sentimentos: o que é e para que servem as emoções e os sentimentos – <b>MEDO, CULPA, AMOR, TRISTEZA</b> (textos/vídeos disponibilizados no moodle)
<b>9ª SEMANA</b>			
29/03	Atividade Síncrona	Profª Michelle	Discussão sobre a compreensão das emoções e sentimentos: o que é e para que servem as emoções e os sentimentos <b>MEDO, CULPA, AMOR, TRISTEZA</b>
<b>10ª SEMANA</b>			
05/04	Atividade Assíncrona	Profª Michelle	Compreendendo emoções e sentimentos: autoconsciência dos sentimentos negativos e positivos-Interação químico-física <b>ALEGRIA, SAUDADE, RAIVA, VERGONHA, NOJO</b> (textos/vídeos disponibilizados no moodle)
<b>11ª SEMANA</b>			
12/04	Atividade Síncrona	Profª Michelle	Discussão sobre a compreensão das emoções e sentimentos: autoconsciência dos sentimentos negativos e positivos - Interação químico-física: <b>ALEGRIA, SAUDADE, RAIVA, VERGONHA, NOJO.</b>
<b>12ª SEMANA</b>			
19/04	Atividade Assíncrona	Profª Michelle	Reverberando sentimentos (dedicação, paciência, determinação, coragem, superação, tolerância, perseverança, reconciliação, amizade, bondade), buscando refletir sobre o cotidiano (filme e leitura)
<b>13ª SEMANA</b>			
26/04	Atividade Síncrona	Profª Michelle	Fórum de trocas sobre os filmes/ sentimentos.
<b>14ª SEMANA</b>			
03/05	Atividade Assíncrona	Profª Michelle	Inteligência emocional
<b>15ª SEMANA</b>			
10/05	Atividade Assíncrona	Profª Michelle	Construção do Mapa da vida, trazendo noções da inteligência emocional no cotidiano, a ser discutido no último dia de aula 17/05.
<b>16ª SEMANA</b>			
17/05	Atividade Síncrona	Profª Michelle	Encerramento com a apresentação do mapa da vida e perspectivas de inteligência emocional no cotidiano. Avaliação do semestre .

## 7 - METODOLOGIA

### 9.1 - DAS ATIVIDADES TEÓRICAS

As aulas serão ministradas virtualmente a partir de momentos síncronos e assíncronos. As webconferências terão momentos de acolhimento das emoções, discussão, reflexão e construção de sínteses a partir das discussões do grupo. Serão disponibilizados textos de apoio que ficarão à disposição do acadêmico no Moodle. Além disso, teremos atividades interativas no moodle; estudo independente e cine debate.

As atividades Síncronas ocorrerão no horário da disciplina.

### 9.2 - DAS ATIVIDADES TEÓRICO- PRÁTICAS

Não se aplica

## 8 - AVALIAÇÃO/RECUPERAÇÃO

### 10.1 - FORMAS DE AVALIAÇÃO E PESO CORRESPONDENTE

A avaliação das atividades desenvolvidas na disciplina adotará a perspectiva da avaliação formativa e cumulativa, considerando as estratégias de aprendizagem de cada acadêmico. Para tanto, será utilizado como referência a participação nos momentos síncronos, o desenvolvimento das atividades propostas de forma assíncrona, como jogos, leitura de textos, construção do diário e também serão consideradas as atitudes frente a si mesmo, aos colegas e aos professores.

Composição da média final na disciplina: Avaliação atitudinal (Instrumento de Autoavaliação); Diário e Mapa da Vida.

### 10.2 - FORMAS DE RECUPERAÇÃO (caso haja)

Não se aplica

## 11- OBSERVAÇÕES

- a) Todas as atividades da disciplina estão regulamentadas pela Resolução 17/CUN/97 - Regulamento dos Cursos de Graduação da UFSC, disponível em <http://www.mtm.ufsc.br/ensino/Resolucao17.html>
- b) Eventuais problemas com a internet entre em contato com o professor e nas atividades síncronas caso a conexão dos professores apresente problemas persistentes por mais de 10 minutos, a atividade será considerada encerrada e os acadêmicos receberão orientações, via moodle, posteriormente.
- c) Em relação à frequência será seguido a Resolução nº 017/CUn/97, Capítulo IV, Seção I, Art. 69, § 2º - será obrigatória a frequência às atividades correspondentes a cada disciplina, ficando nela reprovado o aluno que não comparecer, no mínimo, a 75% (setenta e cinco por cento) das mesmas. Nas atividades assíncronas a frequência será computada a partir da entrega das atividades Diário e Mapa da Vida. Nas atividades síncronas a frequência será realizada por meio da listagem dos presentes.

## 12 - BIBLIOGRAFIA BÁSICA

BOFF, L. **A águia e a galinha**: uma metáfora da condição humana. Disponível em:

<http://espacoviverzen.com.br/wp-content/uploads/2017/09/LeonardoBoffAAguiaeaGalinha.pdf>

BOFF, L. **Saber cuidar**: ética do humano, compaixão pela terra. Disponível em:

<https://renasf.fiocruz.br/sites/renasf.fiocruz.br/files/artigos/BOFF%20Leonardo.%20Saber%20cuidar.%20%C3%A9tica%20do%20humano%20compaix%C3%A3o%20pela%20terra.pdf>

GOLEMAN, D. **Inteligência emocional**: a teoria revolucionária que redefine o que é ser. Disponível em:

[https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4133507/mod\\_resource/content/2/Inteligencia-emocional-Daniel-Goleman.pdf](https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4133507/mod_resource/content/2/Inteligencia-emocional-Daniel-Goleman.pdf)

### **13 - BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR**

Serão disponibilizados *online* Artigos científicos complementares conforme plano de aula.

### **14 - ANEXOS**

Não se aplica

### **15 – HOMOLOGAÇÃO DO PLANO**

Plano aprovado pelo Núcleo Docente Estruturante (NDE)

**Formatado:** Recuo: À esquerda: 2,23 cm, Sem marcadores ou numeração