

**INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO SUDESTE DE  
MINAS GERAIS – CAMPUS SÃO JOÃO DEL-REI**

**ANEXO I  
Plano Individual Docente (PID)**

SEMESTRE	DOCENTE	<b>Alex Mourão Terzi</b>		
<b>2-2023</b>	DEPARTAMENTO/NÚCLEO	<b>Educação</b>		
	SIAPE	<b>1811450</b>		
	TELEFONE	<b>(32) 99907-9466</b>	E-MAIL	<b>alex.terzi@ifsudestemg.edu.br</b>

Regime de Trabalho :

( x ) Efetivo ( ) Substituto/Temporário

( ) 20h ( ) 40h ( x ) 40h Dedicção Exclusiva

Atividades de Ensino

Disciplina	Turma	Curso	Carga horária (h)	
1	Introdução às teorias do Texto e do Discurso	2º	Letras	<b>2h</b>
2	Oficina III	6º	Letras	<b>4h</b>
3	Oficina V	8º	Letras	<b>4h</b>
4	Bem-estar e Formação Docente	6º	Letras	<b>2h</b>
5	Práticas Meditativas (Mindfulness) e Educação	2º	Esp. Didática e Trabalho Docente	<b>1,5h</b>
			Total:	<b>13,5h</b>

Atividades de preparação e manutenção do ensino:

Ações didático-pedagógicas relacionadas ao estudo;  
Planejamento e elaboração de materiais e de práticas pedagógicas;  
Preparação de aulas teóricas e práticas;  
Produção e correção dos instrumentos de avaliação e registro de atividades acadêmicas.

**4h**

**INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO SUDESTE DE  
MINAS GERAIS – CAMPUS SÃO JOÃO DEL-REI**

Atividades de apoio ao ensino:	
Atividades vinculadas ao atendimento de alunos extraclasse (física ou virtualmente);	4h
Reuniões pedagógicas (Letras, Gestão de TI, Gestão de RG, Gestão de Logística, Especialização de Qualidade de Vida nas Organizações), Núcleo de Educação, Conselhos de Classe; Participação em banca de Trabalhos de Conclusão de Curso – TCC; Atendimento para alunos em regime de exercício domiciliar.	1h
Atividades de orientação:	
Orientação de Trabalhos de Conclusão de Curso – TCC de 7 discentes: 6 da Pós-graduação em Qualidade de Vida nas Organizações e 1 na Pós-graduação em Didática e Trabalho Docente.	2,5h
Coordenação do subprojeto do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência (PIBID) do curso de Letras do IF Sudeste MG – Campus São João del-Rei.	3h
<b>Total da carga horária dedicada a atividades de ensino:</b>	<b>28h</b>

<b>Atividades de pesquisa e inovação</b>	<b>Carga horária (h)</b>
Escrita de trabalhos científicos.	1,5

<b>Atividades de extensão:</b>	<b>Carga horária (h)</b>
<p>Coordenador do Programa de Extensão “Práticas Meditativas (<i>Mindfulness</i>) para formação docente e promoção da qualidade de vida”, submetido ao EDITAL PIAEX/2023 – Campus São João del-Rei, com 3 ações distintas, a seguir descritas:</p> <p>a) “<b>Medita IF</b>”:</p> <p>- Realização, semanalmente, às segundas-feiras, de uma reunião <i>online</i>, via Google Meet da conta institucional do autor do projeto, com duração de 1 hora (17h30 às 18h30), com os participantes do grupo, para oferecimento de uma prática de <i>Mindfulness</i> e de uma</p>	2,5

**INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO SUDESTE DE  
MINAS GERAIS – CAMPUS SÃO JOÃO DEL-REI**

<p>discussão (‘Roda de Conversa’) acerca de um tema referente à meditação; previamente preparado pelo coordenador. Esse procedimento atende ao objetivo de democratizar o acesso à meditação ao público interno do IF Sudeste MG e à comunidade externa, bem como pode se configurar como um espaço para aqueles que já conhecem a prática, por meio de outras experiências, e queiram mantê-la;</p> <p>- Produção de textos, vídeos e áudios, abordando aspectos conceituais e contendo práticas guiadas de <i>Mindfulness</i>, a serem disponibilizados em redes sociais, nos grupos de WhatsApp, de Telegram e no Instagram (@medita.if).</p>	
<p><b>b) “Meditação na UFSJ”:</b></p> <p>- Ocorrência de uma reunião semanal, às quartas-feiras, presencialmente, de 10h30 às 11h30, na UFSJ – Campus Dom Bosco, na qual será ofertada uma prática de meditação e será tratado um tema, previamente preparado.</p> <p>- Produção de textos, vídeos e áudios, abordando aspectos conceituais e contendo práticas guiadas de <i>Mindfulness</i>, a serem disponibilizados no grupo de WhatsApp.</p>	2
<p><b>c) ‘Programa Cultiva+ na Escola Brighenti Cesare’:</b></p> <p>- Formação de um grupo para aplicação do ‘Cultiva+, Programa de Meditação e Estados Mentais Positivos’. O público-alvo específico será constituído por professores dessa escola estadual (com a devida Carta de Anuência) e por alunos do IF Sudeste MG (dos dois bolsistas e outros alunos do curso de Letras, que se interessarem).</p>	2
<p>- Atividades de coordenação e orientação de bolsistas, a seguir descritas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reunião semanal, com discentes (bolsistas e voluntários), para avaliação das etapas do projeto de extensão.</li> <li>• Orientação regular de bolsista vinculado ao projeto.</li> <li>• Produção de Relatórios.</li> <li>• Condução de grupos de estudo e de atividades práticas.</li> <li>• Escrita de artigos vinculados ao projeto.</li> <li>• Participação em eventos.</li> </ul>	2



**INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO SUDESTE DE  
MINAS GERAIS – CAMPUS SÃO JOÃO DEL-REI**

Total da carga horária de atividades de pesquisa e de extensão:	<b>10h</b>
---	------------

Atividades de gestão institucional e representações		Carga horária (h)
1	Membro do Colegiado da Pós-Graduação em Qualidade de Vida nas Organizações	1h
2	Membro do NDE do Curso Tecnólogo em Logística	0,5
3	Membro do Colegiado do Curso de Logística	0,5h
Total da carga horária de atividade de gestão institucional e/ou representações		<b>2h</b>

Atividades de qualificação e/ou capacitação	Carga horária
Não se aplica.	

Justificativas / observações
Não se aplica.

Assinatura do docente: 	Local e data: São João del-Rei, 14 de setembro de 2023.
Assinatura da chefia de núcleo:	Local e data:
Assinatura da chefia imediata:	Local e data: