



**UNIVERSIDADE CESUMAR – UNICESUMAR**

NÚCLEO DE EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA

PLANO DE ENSINO		CURRÍCULO 2018	SÉRIE/ ANO 1º/2021
CURSO	ENGENHARIA DE SOFTWARE		
DISCIPLINA	GO PROJETO DE VIDA		
CARGA HORÁRIA		TURMAS	
20		1	
COORDENADOR		TITULAÇÃO	
Flavia Lumi Matuzawa		Mestre	

**EMENTA**

Construindo seu projeto de vida. O que é o projeto de vida. Estado atual e estado desejado. Equilibrando os pilares da vida. Espiritualidade e fé como valores pessoais. Autorresponsabilidade. Construindo o projeto de vida.

**COMPETÊNCIAS**

Elaborar e gerenciar o planejamento estratégico pessoal e de carreira profissional.

**HABILIDADES A SEREM DESENVOLVIDAS**

Reconhecer o conceito referente ao projeto de vida na identificação do estado atual e estado desejado.

Compreender a importância da espiritualidade na consolidação do projeto de vida.

Entender a relação existente entre autorresponsabilidade e o protagonismo na gestão estratégica pessoal e profissional.

Desenvolver pensamento sistêmico na gestão dos diferentes pilares da vida.

Elaborar o projeto de vida considerando as diferentes etapas e pilares, permitindo a consolidação do planejamento estratégico pessoal.



## CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

### Construindo seu projeto de vida

O que é o projeto de vida

Estado atual e estado desejado

Equilibrando os pilares da vida

Espiritualidade e fé como valores pessoais

Autorresponsabilidade

Construindo o projeto de vida

## METODOLOGIA DA DISCIPLINA

A disciplina conta com os seguintes recursos:

Projeto GO: é disponibilizado ao aluno um programa que permite o gerenciamento do tempo e de sua rotina acadêmica.

Livro físico e virtual: o livro “Projeto de Vida - Construindo o Sucesso no dia a dia” é ofertado na forma física e também virtual com unidades de estudo que apresentam o conteúdo programático.

Aulas: são disponibilizadas aulas temáticas produzidas de acordo com o conteúdo programático da disciplina com possibilidade de acesso *online* sob demanda.

Studeo (ambiente virtual de aprendizagem): espaço onde o aluno assiste às aulas, envia e recebe mensagens, realiza atividades, bem como as provas e acessa informações e orientações disponibilizadas pela tutoria.

Nesse contexto, o aluno terá à sua disposição tutores para esclarecimento de dúvidas acerca dos conteúdos trabalhados, bem como para a discussão dos mesmos quando julgar necessário.

## AVALIAÇÃO DA DISCIPLINA

O sistema de avaliação da disciplina é composto por diferentes atividades que integralizam a média final do aluno.

Atividade MAPA (Material de Avaliação Prático da Aprendizagem): É uma atividade avaliativa, composta por diferentes instrumentos, que possibilita ao aluno colocar em prática os conhecimentos adquiridos na disciplina.

Prova: É obrigatória com período de realização conforme estabelecido em calendário acadêmico. Para os alunos que não obtiverem nota suficiente para aprovação ou não a realizarem, é possível



realizar a Prova Substitutiva, que deve ser solicitada eletronicamente no ambiente virtual. Os prazos para solicitação e realização desta prova constam no calendário acadêmico.

A média final para aprovação é igual ou superior a 6,0.

#### BIBLIOGRAFIA BÁSICA DA DISCIPLINA NO CURSO

PEREIRA, Luciano Santana. **Projeto de Vida - Construindo o Sucesso no dia a dia**. Maringá-PR: UniCesumar, 2018. (Institucional)

CORTELLA, Mario Sérgio. MANDELLI, Pedro. **Vida e Carreira: um equilíbrio possível?** Campinas SP: Papirus 7 Mares, 2015. (Pearson)

GRAMIGNA, Maria Rita. **Modelo de competências e gestão de talentos**. 2. ed. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2007. (Pearson)

XAVIER, Ricardo de Almeida Prado. **Sua Carreira: planejamento e gestão**. São Paulo: Financial Times - Prentice Hall, 2006. (Pearson)

#### BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR DA DISCIPLINA NO CURSO

BOOG, Gustavo G. BOOG, Magdalena. **Manual de treinamento e desenvolvimento: processos e operações**. 6 ed. São Paulo: Pearson Education do Brasil, 2013. (Pearson)

DEGEN, Ronald, Jean. **O Empreendedor: empreender como opção de carreira**. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2009. (Pearson)

COSTA, Liliane Carneiro. **Momento da Decisão**. São Paulo: Financial Times - Prentice Hall, 2006. (Pearson)

SILVA, Altair José da (org.). **Gestão de desempenho, treinamento e desenvolvimento pessoal**. São Paulo: Pearson Education do Brasil, 2015. (Pearson)

CAPRONI, Paula J. **Treinamento gerencial: Como dar um salto significativo em sua carreira profissional**. São Paulo: Makron Books, 2002. (Pearson)

#### PERIÓDICOS QUE PODEM SER CONSULTADOS PARA A DISCIPLINA NO CURSO

Revista VOCÊ S/A: [www.vocesa.com.br](http://www.vocesa.com.br)>

Revista HSM: [www.hsm.com.br](http://www.hsm.com.br)>

Site Consultores: [www.consultores.com.br](http://www.consultores.com.br) >



**GRADUAÇÃO**  
DIRETORIA

Instituto Brasileiro de Coaching: <<http://www.ibccoaching.com.br>>

Federação Brasileira de Coaching Integral Sistêmico: <<https://www.febracis.com.br>>

Site ABRH: <[www.abrh.com.br](http://www.abrh.com.br)>

#### APROVAÇÃO DO COLEGIADO DO CURSO

*Flavia Lumi Matuzawa*

---

**Flavia Lumi Matuzawa**  
**Coordenação de Curso**  
**NEAD-Unicesumar**