

Categorias	Tipos de Atividades	Carga Horária Limite	Carga Horária Limite Individual
<b>PALESTRAS E EVENTOS (até 50h)</b>	Congresso (ouvinte / apresentação de trabalho)	Até 20h	Até 5h
	Palestra	Até 20h	Até 2h
	Presença em Defesa de Dissertação e Tese	Até 20h	Até 2h
	Semana Profissional	Até 20h	Até 5h
	Desenvolvimento e Apresentação de Trabalho de Iniciação Científica	Até 20h	Até 4h
	Outros (depende de aprovação)	Até 20h	Até 1h
	<b>TOTAL CATEGORIA</b>		
<b>CURSOS E ESTUDOS DO MEIO (até 50h)</b>	Curso da Área	Até 30h	Até 5h
	Visita Orientada à Espaços Externos Significativos	Até 20h	Até 4h
	Curso de Línguas ou de Especializações na Área (ao menos 100h)	Até 20h	Até 20h
	Visita à Cidade Histórica	Até 30h	Até 4h
	Outros (depende de aprovação)	Até 20h	Até 1h
	<b>TOTAL CATEGORIA</b>		
<b>ATIVIDADES E PRÁTICAS PROFISSIONAIS (até 60h)</b>	Atividade de Monitoria na Faculdade	Até 20h	Até 6h
	Atividade de Extensão	Até 30h	Até 4h
	Participação em Projeto Educativo, Comunitário, Social ou Cultural, como voluntário	Até 30h	Até 10h
	Representação Estudantil (ao menos 2 semestres)	Até 10h	Até 2h
	Publicação de Artigo	Até 20h	Até 4h
	Resenhas de Livros, Filmes e Artigos	Até 10h	Até 1h
	Participação em ONG como ator de projeto realizado	Até 20h	Até 5h
	Apresentação de Projeto na Área de Conhecimento	Até 20h	Até 4h
	Atividades de suporte e orientação a pessoas físicas e jurídicas	Até 20h	Até 5h
	Outros (depende de aprovação)	Até 20h	Até 1h
	<b>TOTAL CATEGORIA</b>		