

## **ANEXOS**

**ANEXO A – Exemplo de Projeto de Monografia**



CENTRO UNIVERSITÁRIO UNIVATES  
CURSO DE DIREITO

Nome da Instituição e do  
Curso, em maiúsculo, fonte  
12, centralizado.

Título maiúsculo, negrito,  
centralizado, fonte 14.

**A RELAÇÃO ENTRE SAÚDE-LAZER E QUALIDADE DE VIDA  
DOS DOCENTES DO CURSO DE DIREITO DA UNIVATES/RS**

Rosibel Carrera Casara

Nome do(a) autor(a) do  
projeto, fonte 12, centralizado.

Local da Instituição e data  
da entrega do projeto, fonte  
12, centralizados.

Lajeado, mês e ano

↑  
3 cm  
↓

Rosibel Carrera Casara

Nome do(a) autor(a) do projeto, fonte 12, centralizado.

## A RELAÇÃO ENTRE SAÚDE-LAZER E QUALIDADE DE VIDA DOS DOCENTES DO CURSO DE DIREITO DA UNIVATES/RS

Título maiúsculo, negrito, centralizado, fonte 14.

Projeto de Monografia apresentado na disciplina de Trabalho de Curso I – Projeto de Monografia, do Curso de Direito do Centro Universitário Univates, como avaliação do semestre.

Dados sobre o tipo de trabalho, nome da disciplina, do Curso e da Instituição, além do objetivo do trabalho. Fonte 12.

Professora: Beatris Francisca Chemin

Nome do professor da disciplina. Caso seja projeto de aluno de graduação que será analisado pelo Comitê de Ética em Pesquisa, aqui vai o nome do orientador da futura monografia/artigo.

Lajeado, mês e ano

Local da Instituição e data da entrega do projeto, fonte 12, centralizados.

*Beatris Francisca Chemin*

↑  
2 cm  
↓

**SUMÁRIO**

8 cm

Título maiúsculo, centralizado, em negrito, fonte 14.

Itens do sumário do projeto, em letra 12.

**1 INTRODUÇÃO.....3**

**1.1 Tema.....3**

**1.1.1 Delimitação do tema .....3**

**1.2 Problema.....4**

**1.3 Hipótese.....4**

**1.4 Objetivos.....5**

**1.4.1 Objetivo geral.....5**

**1.4.2 Objetivos específicos.....5**

**1.5 Justificativa.....5**

**2 ESTRUTURA PROVISÓRIA DA MONOGRAFIA.....6**

**3 REFERENCIAL TEÓRICO.....7**

**3.1 Direitos sociais constitucionais.....8**

**3.1.1 Direitos sociais.....9**

**3.1.2 Direitos sociais na Constituição Federal.....10**

**3.2 Direito social à saúde.....11**

**3.2.1 Noções gerais.....11**

**3.3 Direito social ao lazer.....12**

**3.3.1 Noções gerais e conceitos.....13**

**4 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....14**

**4.1 Tipo de pesquisa.....14**

**4.2 Método.....15**

**4.3 Instrumentais técnicos.....15**

**5 CRONOGRAMA DE EXECUÇÃO DA MONOGRAFIA...17**

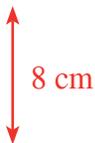
**REFERÊNCIAS.....18**

**APÊNDICE.....19**

3 cm

2 cm

2 cm



8 cm

# A RELAÇÃO ENTRE SAÚDE-LAZER E QUALIDADE DE VIDA DOS DOCENTES DO CURSO DE DIREITO DA UNIVATES/RS

Título maiúsculo, centralizado, em negrito, letra tamanho 14.

Pequena introdução para situar o assunto do projeto, apresentando separadamente, em forma de itens, os seus elementos: tema, delimitação do tema, problema, hipótese, objetivos, justificativa. Também é possível apresentar esses elementos em texto corrido, sem título separado nos itens. A palavra 'introdução' é escrita em letra 12, negritada, maiúscula, alinhada à margem esquerda, sem ponto entre o indicador numérico e a palavra em si.

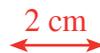
## 1 INTRODUÇÃO

A Constituição Federal de 1988, em seu art. 6º, dispõe, dentre outros, como direitos sociais a saúde e o lazer. Nesse âmbito, não há clareza se a saúde é pressuposto de lazer, se o lazer é pressuposto de saúde, ou, ainda, se, ao concretizar um deles, as pessoas têm consciência de que há/não há ligação um com o outro e qual a relação de cada um deles com qualidade de vida.

Ressalta-se que os direitos sociais são direitos fundamentais que visam, sobretudo, à igualdade entre as diversas categorias populacionais existentes no país. A sociedade, especialmente a partir da maior difusão do conhecimento, tem papel essencial na concretização desses direitos sociais, o que viabiliza o estudo da relação saúde-lazer com qualidade de vida, tomando-se por base levantamento de dados com o quadro docente do curso de Direito da Univates.



3 cm



2 cm

### 1.1 Tema

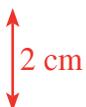
Os direitos sociais à saúde e ao lazer.

O tema é o objeto, o assunto, a área que se deseja investigar. A palavra é escrita em letra 12, só com a inicial maiúscula, em negrito; não há ponto entre o último indicador numérico e a palavra Tema.

#### 1.1.1 Delimitação do tema

A relação saúde-lazer e a qualidade de vida dos docentes do Curso de Direito da Univates/RS, tomando-se por base suas atividades pessoais, sociais e profissionais do semestre A/2007.

Quando o tema não é claro o suficiente, é necessário restringi-lo para ser melhor compreendido, e essa delimitação do tema pode ser sob o ponto de vista espacial, temporal, modal ou outro.



2 cm

## 1.2 Problema

Qual a relação entre saúde-lazer e qualidade de vida por parte dos professores na sua vida de docentes do Curso de Direito do Centro Universitário Univates, tomando-se por base as suas atividades pessoais, sociais e profissionais realizadas no semestre A/2007?

O problema envolve “o **quê**” o pesquisador quer investigar e normalmente é elaborado em forma de pergunta. Essa pergunta deve ser clara, precisa, empírica, passível de solução e viável.

## 1.3 Hipótese

Pela correria dos tempos modernos cheios de afazeres, as atividades do cotidiano dos docentes relacionadas à qualidade de vida estão mais próximas da saúde do que do lazer.

A hipótese, quando existe no projeto, ou hipóteses, é(são) a(s) possível(is) e provável(is) resposta(s) para o problema.

## 1.4 Objetivos

### 1.4.1 Objetivo geral

Verificar a relação existente entre os direitos sociais à saúde e ao lazer, dispostos no art. 6º da Constituição Federal de 1988, e a qualidade de vida do corpo docente do Curso de Direito da Univates.

Os objetivos esclarecem o que você deseja alcançar com a pesquisa. Em regra, são redigidos numa única frase, que começa com um verbo no infinitivo indicando uma ação.

Ele está ligado com a ideia global e abrangente do tema a ser pesquisado e define o que você deseja alcançar com a execução do projeto.

### 1.4.2 Objetivos específicos

- a) identificar os principais direitos sociais constitucionais;
- b) descrever conceitos e noções gerais sobre o direito social à saúde;
- c) descrever conceitos e noções gerais sobre o direito social ao lazer;
- d) verificar se há relação entre qualidade de vida e os direitos à saúde e lazer, a partir de levantamento de dados com os professores do Curso de Direito da Univates, tomando-se por base suas atividades no semestre A/2007.

Possuem caráter concreto, instrumental e específico, relacionado às etapas, às fases do desenvolvimento do trabalho, que levarão à concretização do objetivo geral e que mantêm relação com a sequência do planejamento e metodologia adotada.

## 1.5 Justificativa

A pertinência do estudo saúde-lazer e qualidade de vida do corpo docente do Curso de Direito da Univates, nas atividades desenvolvidas na vida de cada um, no semestre A/2007, está direta e intrinsecamente engajada nas dimensões sociais e

econômicas vislumbradas no momento atual. Há muito que o homem busca uma vida longa e, principalmente, saudável e prazerosa. Por isso, nessa busca incessante por um melhor viver, acabou criando mecanismos que facilitam o dia-a-dia; entretanto, como resultado dessa busca desenfreada pelo progresso, deixou sequelas no seu modo de viver. Gerações possuem dificuldade de preservar o corpo e a mente, pois se considerava que o progresso traria junto o bem-estar físico e mental na mesma proporção que o desenvolvimento tecnológico.

Envolve as razões, os motivos da importância e validade do tema a ser pesquisado: **por quê?**

Com o passar do tempo, a qualidade de vida foi deixada de lado, achando-se que, somente graças à tecnologia e à transnacionalização, a saúde e o lazer como direitos sociais estariam protegidos e efetivados. Em cadeia, surge uma população esgotada e sufocada pela correria incessante de seu dia-a-dia, deixando de lado o cuidado com a saúde, bem como o necessário lazer, ocasionando doenças comuns, como o estresse, entre diversos segmentos humanos.

Acompanhando o desenvolvimento tecnológico, econômico e social, há a preocupação do legislador, dos profissionais da saúde e do direito em atenuar o desequilíbrio que se gerou entre progresso/desenvolvimento e saúde física e mental das pessoas, formalizando-os como direitos sociais no art. 6º da Constituição Federal de 1988.

Há de se destacar que é crescente a preocupação com a relação saúde-lazer na busca por uma qualidade de vida satisfatória. Cada vez mais as pessoas esperam viver mais e com qualidade física e mental, não adiantando viver durante anos sem saúde e muito menos sem momentos de lazer.

Portanto, o trabalho pretende mostrar a relevância da aplicação dos direitos sociais à saúde e ao lazer na qualidade de vida dos pesquisados, ao mesmo tempo em que, a partir desse resultado, busca conscientizar as pessoas mais próximas da importância da concretização desses direitos na vida de cada um.

## 2 ESTRUTURA PROVISÓRIA DA MONOGRAFIA

### 1 INTRODUÇÃO

### 2 DIREITOS SOCIAIS CONSTITUCIONAIS

#### 2.1 Evolução dos direitos sociais

#### 2.2 Dimensões/gerações de direitos

#### 2.3 Conceito de direitos sociais

#### 2.4 Direitos sociais na Constituição Federal de 1988.

### 3 DIREITO SOCIAL À SAÚDE

#### 3.1 Noções gerais e conceitos

#### 3.2 A saúde na Constituição Federal de 1988 e em outros diplomas.

##### 3.2.1 A saúde na CF/1988

##### 3.2.2 A saúde em outros diplomas legais

### 4 DIREITO SOCIAL AO LAZER

#### 4.1 Noções gerais e conceitos

#### 4.2 O lazer na Constituição Federal de 1988 e em outros diplomas.

##### 4.2.1 O lazer na CF/1988

##### 4.2.2 O lazer em outros diplomas legais

### 5 A RELAÇÃO ENTRE SAÚDE-LAZER E QUALIDADE DE VIDA DOS DOCENTES DO CURSO DE DIREITO DA UNIVATES/RS

#### 5.1 Procedimentos metodológicos

#### 5.2 Coleta dos dados

#### 5.3 Análise dos dados

### 6 CONCLUSÃO

### REFERÊNCIAS

### APÊNDICE

### 3 REFERENCIAL TEÓRICO

Tem sido crescente a preocupação das pessoas com sua saúde e lazer na busca por uma qualidade de vida satisfatória. Cada vez mais elas desejam viver mais e com qualidade física e mental. Assim, o presente projeto, a partir do estudo de dispositivos legais e doutrinários e de levantamento de dados, tem como objetivo verificar a relação existente entre os direitos

É a primeira versão do sumário da pesquisa (em caso de monografia, dissertação, tese), que resume uma síntese das principais partes/seções a serem desenvolvidas depois, em cada seção/capítulo do trabalho. Embora seja parte facultativa, recomenda-se a sua utilização, pelos benefícios que traz em alguns projetos.

É a parte que apresenta de forma breve o resumo de algumas idéias das fontes e obras consultadas sobre o tema do projeto de monografia. É um texto ordenado, parecido com uma paráfrase ou resenha crítica do material consultado. O referencial teórico também é conhecido como **revisão teórica, revisão de literatura** etc.

A introdução da revisão teórica diz brevemente do que esta vai tratar, expondo, no mínimo, o objetivo geral do projeto e a sequência de cada capítulo/seção. Não se usa citação direta em introdução.

sociais à saúde e ao lazer, constantes do art. 6º da Constituição Federal de 1988, e a qualidade de vida do corpo docente do Curso de Direito da Univates, tomando-se por base as suas atividades pessoais, familiares e profissionais no semestre A/2007.

Dessa forma, discorrer-se-á, primeiramente, acerca dos direitos sociais e sua evolução constitucional; no item seguinte, sobre o direito social à saúde; posteriormente, sobre o direito social ao lazer, para, finalmente, descrever como será feita coleta de dados com o grupo pesquisado.

### 3.1 Direitos sociais constitucionais

Os direitos sociais constitucionais fazem parte do rol dos direitos e garantias fundamentais dos cidadãos brasileiros, sendo elementos primordiais na efetivação do Estado Democrático de Direito. Assim, neste item, serão identificadas noções sobre direitos sociais e como estes são formalizados na Constituição Federal.

Breve introdução para o capítulo, dizendo qual seu objetivo específico.

#### 3.1.1 Direitos sociais

Os direitos sociais, conforme **Gomes (2005)**, constituem o núcleo normativo do Estado Democrático de Direito, tal como estabelece o preâmbulo da Constituição Federal, visando a assegurar o exercício dos direitos sociais e individuais.

**Citação indireta** pelo sistema autor-data. Sobrenome do autor, quando fizer parte da redação normal do parágrafo, fora de parênteses, é só com a inicial maiúscula, seguido do ano de publicação da obra entre parênteses.

Ainda na visão do autor, o Estado Democrático de Direito se assenta na democracia e na efetividade dos direitos fundamentais: “direitos civis e políticos, incorporados pelos sociais, porque não há direito à vida sem o provimento das condições mínimas de uma existência digna” (GOMES, 2005, p. 40).

**Citação direta curta** até 3 linhas: com aspas, corpo 12, igual à letra do parágrafo. Sobrenome do autor dentro dos parênteses: maiúsculo, seguido do ano e da página do texto de onde foi retirada a passagem.

Entretanto, há entendimentos que dizem que esses direitos são meros programas de ação governamental:

**Citação direta longa** com mais de 3 linhas: corpo 10, espaço simples, sem aspas, com recuo de 4 cm da margem esquerda.

Há teorias que sustentam que os direitos sociais não são verdadeiros direitos, constituindo, na verdade, meros programas de ação governamental. Afinal, as disposições constitucionais respectivas não apontam o responsável por sua efetivação, não definindo, ademais, e concretamente, a prestação de vida. Não definem sequer, de uma maneira geral, a precisa prestação reclamada do estado para a sua solução (CLÉVE, 2006, p. 32).

4 cm



Os direitos elencados no art. 1º, inc. IV da Constituição Federal de 1988 (CF/1988) são considerados direitos fundamentais do homem, caracterizando-se como verdadeiras liberdades positivas, cuja finalidade é a melhoria nas condições de vida dos hipossuficientes (MORAES, 2003).

**Citação indireta:** sobrenome do autor dentro dos parênteses todo maiúsculo, seguido do ano de publicação.

Como dispõe Alighieri apud Gomes (2005, p. 43), “o direito é uma proporção real e pessoal de homem a homem; desde que essa medida e essa proporção sejam respeitadas, a sociedade está sã e salva; se são violadas, a sociedade se decompõe”.

Citação de um autor por outro: usa-se o ‘apud’. Significa que o último autor referido (Gomes) é aquele que você está consultando e que citou o outro (Alighieri). Nas referências, ao final, vão os dados completos da obra de Gomes.

A CF/1988 trouxe consigo diversos direitos, entre eles a saúde e o lazer<sup>1</sup> porém não basta olhar um direito social isoladamente:

No sistema autor-data de citações, são permitidas notas de rodapé, nas quais se fazem explicações, comentários, citações complementares etc.

De que vale o direito à locomoção sem o direito à moradia adequada? De que vale o direito à liberdade de expressão sem o acesso à instrução e educação básica? De que valem os direitos políticos sem o direito do trabalho? De que vale o direito ao trabalho sem um salário justo, capaz de atender às necessidades humanas básicas? De que vale o direito à liberdade de associação sem direito à saúde? (GOMES, 2005, p.40).

4 cm



Nesse sentido, faz-se necessário analisar especialmente os direitos sociais à saúde e ao lazer, acreditando-se que a satisfação de um direito depende da observância do outro para a concretização da qualidade de vida e da dignidade da pessoa.

Usam-se colchetes com 3 pontos dentro para explicar que se está citando apenas uma parte da ideia do autor.

### 3.1.2 Direitos sociais na Constituição Federal

Os direitos sociais elencados na CF/1988 são garantias inerentes a todos brasileiros. Para Gomes (2005, p. 41), “[...] emerge a premente necessidade de se consolidar e efetivar, no Brasil, os direitos fundamentais sociais, como condição de existência do paradigma de Estado Democrático de Direito, instituído com a carta de 1988”.

[...]

A nota de rodapé fica separada do texto por um traço que avança 3 cm dentro da página. Ela é justificada à esquerda e à direita. O recuo da segunda linha e das seguintes acompanha o da primeira. Sua digitação é em fonte 10, espaço simples. Se for citação direta, é sempre entre aspas.

<sup>1</sup> CF/1988, “Art. 6º São direitos sociais a educação, a saúde, o trabalho, a moradia, o lazer, a segurança, a previdência social, a proteção à maternidade e à infância, a assistência aos desamparados, na forma desta Constituição”.

## 3.2 Direito social à saúde

A saúde está prevista em igualdade de importância com os outros direitos fundamentais e primordiais à vida digna de todo ser humano; sua relevância começa ainda na antiguidade e perpassa dispositivos da CF/1988 e outros diplomas legais. Assim, este tópico terá como objetivo descrever noções gerais e conceitos sobre saúde, bem como sua formalização nos diversos diplomas legais.

### 3.2.1 Noções gerais e conceitos

Especialmente com a Revolução Industrial, houve mudanças significativas no modo de tratar a saúde. Para Scliar (2002), esse período trouxe benefícios à saúde, mas também acarretou diversos problemas que exigiram um olhar crítico-social sobre o corpo social com o fim de buscar soluções.

No século XIX, o Estado foi demandado pela prestação de saúde do povo, ou seja, “os próprios interessados na manutenção da filosofia liberal, no tratamento liberal da economia, advogaram a presença do Estado, pediram que o Estado garantisse a saúde dos seus empregados” (DALLARI, 2007, texto digital).

O direito social à saúde veio para resguardar as pessoas frente às doenças existentes, buscando prevenir e curar os males psíquicos e físicos que afligem a população em geral. Com o passar dos tempos, o ser humano tem sido vítima de inúmeras moléstias, fazendo com que a busca de alternativas viáveis para obstar o sofrimento e efetivar a cura fossem intensificadas, trazendo de volta a tão almejada qualidade de vida:

Proporcionar saúde significa, além de evitar doenças e prolongar a vida, assegurar meios e situações que ampliem a qualidade da vida ‘vivida’, ou seja, ampliem a capacidade de autonomia e o padrão de bem-estar que, por sua vez, são valores socialmente definidos, importando em valores e escolhas (BUSS, 2006, texto digital).

[...]

## 3.3 Direito social ao lazer

O direito social ao lazer veio evidenciar a importância da relação harmoniosa entre tempo, atitude e trabalho na vida dos

Citação direta curta até 3 linhas tirada da **internet**: com aspas, corpo 12, igual à letra do parágrafo. Sobrenome do autor dentro dos parênteses: maiúsculo, seguido do ano e da expressão ‘texto digital’ se não houver identificação da página no texto.

Citação direta longa com mais de 3 linhas, tirada da **internet**: corpo 10, espaço simples, sem aspas, com recuo de 4 cm da margem esquerda. Sobrenome do autor dentro dos parênteses: maiúsculo, seguido do ano e da expressão ‘texto digital’ se não houver identificação da página no texto.

seres humanos. Portanto, este capítulo objetivará descrever noções e conceitos de lazer, além de tratar sobre a sua formalização na Constituição Federal e em outros diplomas legais.

[...]

Inobstante o lazer e a saúde estarem relacionados ao meio de vida das pessoas, como instrumentos e pressupostos de uma existência com qualidade de vida, fica difícil considerar um deles sem o outro. Afinal, qualidade de vida pode existir sem saúde e lazer? Será que a saúde se confirma sem a devida reserva de tempo ao lazer, ou será que é possível existir lazer quando não se tem saúde? Na verdade, o que é qualidade de vida? O detalhamento dessas e de outras questões será desenvolvido na futura monografia.

## 4 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

### 4.1 Tipo de pesquisa

A pesquisa, quanto ao modo de abordagem, será qualitativa, cuja reunião auxilia no entendimento do que se deseja para o futuro estudo: a pesquisa qualitativa trabalha com o exame rigoroso da natureza, do alcance e das interpretações possíveis para o fenômeno estudado, segundo Mezzaroba e Monteiro (2004), ou seja, ela “proporciona melhor visão e compreensão do contexto do problema, enquanto a pesquisa quantitativa procura quantificar os dados e, normalmente, aplica alguma forma de análise estatística” (MALHOTRA, 2006, p. 155).

Quanto ao objetivo geral, a pesquisa será descritiva, segundo o último autor, para quem esse tipo de pesquisa se presta para estudar características de grupo, como será o caso dos professores do Curso de Direito.

### 4.2 Método

Já quanto ao método, será o dedutivo:

O método dedutivo parte de argumentos gerais para argumentos particulares. Primeiramente, são apresentados os argumentos que se consideram verdadeiros e inquestionáveis para, em seguida, chegar às conclusões formais, já que essas conclusões ficam restritas única e exclusivamente à lógica das premissas estabelecidas (MEZZAROBA; MONTEIRO, 2004, p. 65).

Indicam os modos como o pesquisador pretende trabalhar na investigação e exposição do trabalho: **como? com o quê? onde? quanto? quando?** São descritos os procedimentos, o tipo de pesquisa, os métodos, os caminhos a seguir.

Citação com 2 ou mais autores: quando estiverem **dentro** de parênteses, os sobrenomes são em maiúsculo e separados por ponto-e-vírgula, seguidos do ano e da página.

Referido método será utilizado por estar diretamente engajado nos objetivos a serem alcançados, ou seja, partirá do geral, com o estudo abrangente do que é saúde, lazer e qualidade de vida, vistos pelo ângulo da doutrina e da legislação, para o particular (levantamento de dados), que servirá para verificar se há relação entre qualidade de vida e os direitos à saúde e lazer no corpo docente do Curso de Direito da Univates.

### 4.3 Instrumentais técnicos

Trata-se de pesquisa bibliográfica e documental, em que serão utilizadas fontes doutrinárias e legislação, além de levantamento de dados com os docentes do Curso de Direito:

Descrevem as técnicas de pesquisa, os procedimentos técnicos de coleta e análise de dados.

4 cm  

 O método de levantamento envolve um questionário estruturado que os entrevistados devem responder e que foi feito para elucidar informações específicas. Assim, esse método de obter informações se baseia no interrogatório dos participantes, aos quais se fazem várias perguntas sobre seu comportamento, intenções, atitudes, percepção, motivações e características demográficas e de estilo de vida. Essas perguntas podem ser formuladas verbalmente, por escrito ou por computador, e as respostas podem ser obtidas de qualquer uma dessas formas (MALHOTRA, 2006, p. 182).

Portanto, a coleta de dados terá como base um questionário estruturado, com questões fechadas e abertas (APÊNDICE A), aplicado ao universo dos 27 professores do Direito do Centro Universitário Univates que trabalharam no Curso no semestre A/2007, referente às suas atividades pessoais, sociais e profissionais desenvolvidas naquele período, a fim de verificar qual a relação entre qualidade de vida e o tempo/atividades de saúde e de lazer. Serão questionados basicamente aspectos como estes: a) o que os professores entendem por lazer; b) o que entendem por saúde; c) se há relação entre saúde e lazer; d) quais as atividades desenvolvidas no semestre A/2007 relacionadas à qualidade de vida.

É um texto ou documento elaborado pelo próprio autor do projeto. Aqui é um questionário.

Para que o questionário seja condizente com os objetivos da pesquisa, serão seguidas determinadas etapas na confecção das questões:

A concepção de um questionário será apresentada em uma série de etapas: (1) especificar a informação necessária; (2) especificar o tipo de método de entrevista; (3) determinar o conteúdo de perguntas individuais; (4) planejar as perguntas de forma a superar a incapacidade e a falta de vontade do entrevistado de responder; (5) decidir sobre a estrutura da pergunta; (6) determinar o enunciado da pergunta; (7) organizar a pergunta na ordem adequada; (8) identificar o formato e o layout; (9) reproduzir o questionário; (10) fazer um pré-teste do questionário (MALHOTRA, 2006, p. 291).

Segundo **Gates e Macdaniel (2003, p. 322)**, “o questionário proporciona padronização e uniformidade no processo de coleta de dados. Padroniza a colocação de palavras e a sequência das perguntas”. Cabe ainda salientar que o questionário será enviado por e-mail, visando a uma maior rapidez, praticidade e liberdade de expressão ao público alvo, além de ser economicamente mais viável.

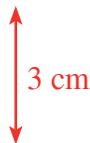
Citação com 2 autores: quando estiverem **fora** dos parênteses, os sobrenomes são só com a inicial maiúscula e ligados pela conjunção “e”.

## 5 CRONOGRAMA DE EXECUÇÃO DA MONOGRAFIA (B/2007)

Metas	Jul.	Ago.	Set.	Out.	Nov.
Coleta de material bibliográfico, leitura e fichamento	X	X	X	X	
Aplicação do questionário		X			
Redação do primeiro capítulo	X	X			
Redação do segundo capítulo		X	X		
Redação do terceiro capítulo			X		
Análise e formatação dos dados			X	X	
Redação do quarto capítulo				X	
Redação da introdução e da conclusão				X	
Revisão da redação e das normas técnicas				X	X
Entrega e defesa da monografia					X
Entrega da versão definitiva					X

Indica a previsão do tempo necessário para cada etapa do trabalho; qual o tempo previsto para passar de uma fase à outra: **quando?**

Há Projetos que são apresentados também com **orçamento** (**quanto** será gasto com o quê e **quem** vai pagar essas despesas). Ver item 2.1.8 do Manual.



**REFERÊNCIAS**

Título do livro em **negrito**

Editora

Título de artigo de revista ou capítulo de livro.

Nome da revista em destaque

BRASIL. Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil**. 35. ed. São Paulo: Saraiva, 2006.

Ano

Edição

Local de publicação

BUSS, Paulo M. Promoção da saúde e qualidade de vida. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 5, n. 1, 2000. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232000000100014&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232000000100014&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 14 maio 2007.

Abrangem as obras/ autores/fontes efetivamente utilizados e referidos na elaboração do projeto de pesquisa. São apresentadas em ordem alfabética por sobrenome de autor, alinhadas apenas à margem esquerda, digitadas em espaço simples e com 2 espaços simples entre uma e outra referência, já começando a digitar a próxima referência na linha do 2º espaço. As referências possuem normas técnicas de apresentação: ver detalhes da ABNT no Cap. 8 do *Manual da Univates para trabalhos acadêmicos*.

CLÈVE, Clemerson M. A. **A eficácia dos direitos fundamentais sociais**. São Paulo: Revista dos Tribunais, 2006.

DALLARI, Sueli G. Direito à saúde. **Direitos humanos net**. 2007. Disponível em: <<http://www.dhnet.org.br/educar/redeedh/bib/dallari3.htm>>. Acesso em: 24 abr. 2007.

<> devem aparecer no uso de endereço de internet

2 autores: a separação entre um e outro é por ponto-e-vírgula

GATES, Roger; MCDANIEL, Carl. **Pesquisa de marketing**. São Paulo: Thomson, 2003.

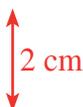
Data de acesso ao texto pelo aluno.

Subtítulo do livro, sem destaque (depois de ponto-e-vírgula)

GOMES, Dinaura G. P. **Direitos Fundamentais sociais**: uma visão crítica da realidade brasileira. São Paulo: Revista dos Tribunais, 2005.

Só o título em destaque; o subtítulo não.

MALHOTRA, Naresh K. **Pesquisa de marketing**: uma orientação aplicada. 4. ed. Porto Alegre: Bookman, 2006.



MEZZAROBA, Orides; MONTEIRO, Cláudia Servilha.  
**Manual de metodologia da pesquisa no Direito.** 2. ed. São Paulo: Saraiva, 2004.

OMS. **Constituição da Organização Mundial de Saúde.**  
Disponível em: <<http://www.fd.uc.pt/CI/CEE/OI/OMS/OMS.htm>>. Acesso em: 23 maio 2007.

SCLIAR, Moacyr (Org.). **Do mágico ao social.** Trajetória da saúde pública. São Paulo: Senac, 2002.

Quando o autor é uma entidade, em que não se distingue autoria pessoal, a referência é pelo nome dessa entidade.

Quando há obra em forma de coletânea de artigos em que um dos autores se responsabiliza pelo conjunto da publicação, a referência da autoria é feita pelo sobrenome desse responsável, seguido da palavra “Org.” (Organizador), “Coord.” (Coordenador), “Ed.” (Editor) etc.

APÊNDICE A – Questionário ao corpo Docente do curso de Direito da UNIVATES no semestre A/2007

**UNIVATES**

**CURSO DE DIREITO**

**ACADÊMICA: ROSIBEL CARRERA CASARA**

**Monografia: A RELAÇÃO SAÚDE – LAZER E A QUALIDADE DE VIDA DOS DOCENTES DO CURSO DE DIREITO DA UNIVATES/RS**

Apêndice: documento elaborado pelo próprio autor do projeto. Se fossem documentos elaborados por terceiros, seu título seria Anexo(s).

**QUESTIONÁRIO AOS DOCENTES  
DO CURSO DE DIREITO DA UNIVATES**

Objetivo geral: Verificar a relação existente entre os direitos sociais à saúde e ao lazer, dispostos no artigo 6º da Constituição Federal de 1988, e a qualidade de vida do corpo docente do curso de Direito da Univates, tomando-se por base as suas atividades no semestre A/2007.

1. O que o Sr./Sra. entende por lazer? **Assinale os 5 (cinco) itens mais importantes:**

- Fazer/praticar atividades esportivas, físicas em geral
- Fazer crochê, tricô, outros trabalhos manuais
- Assistir a filmes, teatro; contato com artes plásticas, decoração da casa
- Ler jornais, revistas, livros
- Ministrando aulas
- Acessar a internet
- Participar de cursos de extensão, palestras e similares
- Estar com a família; reunir-se com parentes e amigos
- Participar de festas, bailes ou similares festivos
- Participar de grupos, associações ou movimentos culturais e comunitários.
- Fazer passeios, viagens
- Ter tempo livre do trabalho e de outras obrigações
- Não fazer nada
- Outra(s): \_\_\_\_\_

2. O que o Sr./Sra. entende por saúde? **Assinale os 5 (cinco) itens mais importantes:**

- Fazer exames médicos e laboratoriais periodicamente
- Praticar atividades físicas
- Fazer terapia
- Ter boas condições de moradia
- Ter boas condições de higiene, saneamento básico
- Ter boas condições de alimentação
- Estar livre de doenças
- Ter dinheiro

- Ter lazer
- Ter equilíbrio biopsicossocial.
- Outro(s): \_\_\_\_\_

3. Há alguma relação entre lazer e saúde?

- Não.
- Sim. Em caso afirmativo, qual/quais? \_\_\_\_\_

4. Nas suas atividades, quais foram desenvolvidas pelo Sr./Sra. no semestre A/2007 que têm relação com qualidade de vida? **Assinale os 5 (cinco) itens mais importantes.**

- Descansar, dormir
- Reunir-se com familiares, amigos, parentes
- Ministrando aulas
- Preparar aulas e provas
- Participar de cursos de extensão, palestras e afins
- Participar de reuniões no ambiente de trabalho
- Conversar com alunos e colegas de trabalho
- Praticar atividade(s) física(s)
- Fazer terapia
- Assistir TV
- Usar internet
- Gastar dinheiro em bens materiais
- Passear/viajar
- Ir ao cinema, teatro.
- Realizar exames médicos e/ou laboratoriais preventivos
- Praticar/ter hábitos alimentares saudáveis
- Dançar, ir a baile ou similar
- Tocar instrumento(s) musical(is)
- Ler livros, revistas, jornais, artigos
- Participar de atividades comunitárias (coral, clubes de mães, pastoral da saúde, da criança, ONGs etc.)
- Outra(s): \_\_\_\_\_

**ANEXO B – Sistema Internacional de Unidades – SI**

O desenvolvimento científico e tecnológico passou a exigir medições cada vez mais precisas e diversificadas. Por isso, em 1960, o sistema métrico decimal foi substituído pelo Sistema Internacional de Unidades – SI, mais complexo e sofisticado, adotado também pelo Brasil em 1962 e ratificado pela Resolução nº 12 de 1988 do Conselho Nacional de Metrologia, Normalização e Qualidade Industrial – Conmetro, tornando-se de uso obrigatório em todo o país.

A seguir, as principais unidades do Sistema Internacional de Unidades — SI:

<b>Grandeza</b>	<b>Nome</b>	<b>Plural</b>	<b>Símbolo</b>
comprimento	metro	metros	m
área	metro quadrado	metros quadrados	m <sup>2</sup>
volume	metro cúbico	metros cúbicos	m <sup>3</sup>
ângulo plano	radiano	radianos	rad
tempo	segundo	segundos	s
frequência	hertz	hertz	Hz
velocidade	metro por segundo	metros por segundo	m/s
aceleração	metro por segundo por segundo	metros por segundo por segundo	m/s <sup>2</sup>
massa	quilograma	quilogramas	kg
massa específica	quilograma por metro cúbico	quilogramas por metro cúbico	kg/m <sup>3</sup>
vazão	metro cúbico por segundo	metros cúbicos por segundo	m <sup>3</sup> /s
quantidade de matéria	mol	mols	mol
força	newton	newtons	N
pressão	pascal	pascals	Pa
trabalho, energia quantidade de calor	joule	joules	J
potência, fluxo de energia	watt	watts	W
corrente elétrica	ampère	ampères	A
carga elétrica	coulomb	coulombs	C
tensão elétrica	volt	volts	V
resistência elétrica	ohm	ohms	Ω
condutância	siemens	siemens	S
capacitância	farad	farads	F
temperatura Celsius	grau Celsius	graus Celsius	°C

Grandeza	Nome	Plural	Símbolo
temp. termodinâmica	kelvin	kelvins	K
intensidade luminosa	candela	candelas	cd
fluxo luminoso	lúmen	lúmens	lm
iluminamento	lux	lux	lx

Algumas unidades em uso com o SI, sem restrição de prazo:

Grandeza	Nome	Plural	Símbolo	Equivalência
volume	litro	litros	L ou l	0,001m <sup>3</sup>
ângulo plano	grau	graus	°	$\pi / 180$ rad
ângulo plano	minuto	minutos	'	$\pi / 10\ 800$
ângulo plano	segunod	segundos	''	$\pi / 648\ 000$ rad
massa	tonelada	toneladas	t	1000kg
tempo	minuto	minutos	min	60s
tempo	hora	horas	h	3600s
velocidade angular	rotação por minuto	rotações por minuto	rpm	$\pi$

Algumas unidades fora do SI, admitidas temporariamente:

Grandeza	Nome	Plural	Símbolo	Equivalência
pressão	atmosfera	atmosferas	atm	101 325 Pa
pressão	bar	bars	bar	105 Pa
pressão	milímetro de mercúrio	milímetros de mercúrio	mmHg	133,322 Pa aprox.
quantidade de calor	caloria	calorias	cal	4,186 8 J
área	hectare	hectares	ha	10 <sup>4</sup> m <sup>2</sup>
força	quilograma-força	quilogramas-força	kgf	9,806 65 N
comprimento	milha marítima	milhas marítimas		1 852 m
velocidade	nó	nós		(1852/3600)m/s

Fonte: Unidades Legais de Medidas, Inmetro (1988).

## ANEXO C – Abreviatura dos meses do ano.

<b>Língua Portuguesa</b>		<b>Língua espanhola</b>	
janeiro	jan.	enero	enero
fevereiro	fev.	febrero	feb.
março	mar.	marzo	marzo
abril	abr.	abril	abr.
maio	maio	mayo	mayo
junho	jun.	junio	jun.
julho	jul.	julio	jul.
agosto	ago.	agosto	agosto
setembro	set.	septiembre	sept.
outubro	out.	octubre	oct.
novembro	nov.	noviembre	nov.
dezembro	dez.	diciembre	dic.
<b>Língua inglesa</b>		<b>Língua alemã</b>	
january	jan.	januar	jan.
february	feb.	februar	feb.
march	mar.	märz	märz
april	apr.	april	apr.
may	may	mai	mai
june	june	juni	juni
july	july	juli	juli
august	aug.	august	aug.
september	sept.	september	sept.
october	oct.	oktober	okt.
november	nov.	november	nov.
december	dec.	dezember	dez.
<b>Língua italiana</b>		<b>Língua francesa</b>	
gennaio	genn.	janvier	janv.
febbraio	febbr.	février	févr.
marzo	mar.	mars	mars
aprile	apr.	avril	avril
maggio	magg.	mai	mai
giugno	giugno	juin	juin
luglio	luglio	juliet	juil.
agosto	ag.	août	août
settembre	sett.	septembre	sept.
ottobre	ott.	octobre	oct.
novembre	nov.	novembre	nov.
dicembre	dic.	décembre	déc.