



**MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO**  
 INSTITUTO FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO  
 CAMPUS VITÓRIA  
 Avenida Vitória, 1729 – Jucutuquara – 29040-780 – Vitória – ES  
 27 3331-2110

**PLANO INDIVIDUAL DE TRABALHO**

Semestre 2018-2							
Docente	Nome: Carlos Sergio da Costa Couto		Regime de trabalho		DE		
	Campus: Vitória		Carga Horária Total Computada		40:00 h		
	Coordenadoria: Educação Física						
Atividade de Ensino	Componente Curricular		Curso	Nível		Total por Atividade	
	1	Educação Física	Eletrotécnica	Médio/Técnico	Superior		Pós-Graduação
	2	Educação Física	Eletrotécnica	02:30	01:40		
	3	Educação Física: Treinamento Físico	Diversos	03:20			
	4	Educação Física: Treinamento Basquete	Diversos	05:00			
	5						
	6						
SUB-TOTAL			12:30			12:30	
Atividades Pedagógicas	Tipo de Atividade Pedagógica			Nível		Total por Atividade	
				Médio/Técnico	Superior		Pós-Graduação
	Planejamento			12:30			
	Atendimento			04:00			
	Outras						
SUB-TOTAL			16:30			16:30	
Atividade de Orientação Acadêmica	Estudante		Tipo de Atividade		Carga Horária	Total por Atividade	
	1						
	2						
	3						
	4						
	5						
	6						
	7						
	8						
SUB-TOTAL							
Atividade de Pesquisa	Título do Projeto			Nº do Projeto aprovado no SigPesq	Carga Horária	Total por Atividade	
	1						
	2						
	3						
	4						
SUB-TOTAL							
Atividade de Extensão	Ação de Extensão			Nº do Processo aprovado	Carga Horária	Total por Atividade	
	1	Projeto de Treinamento Esportivo e Desenvolvimento de Tecnolo	003483 / 2012 / 77	11:00			
	2						
	3						
	4						
SUB-TOTAL				11:00		11:00	
Atividade de Capacitação	Tipo de Atividade			Portaria de Afastamento	Carga Horária	Total por Atividade	
	1						
	2						
	3						
SUB-TOTAL							
Atividade de Administração	Cargo ou Função			Portaria de Designação	Carga Horária	Total por Atividade	
	1						
	2						
	3						
	4						
SUB-TOTAL							
Atividades de Representação	Comissão, Órgão ou Entidade			Portaria de Designação	Carga Horária	Total por Atividade	
	1						
	2						
	3						
	4						
SUB-TOTAL							
Atividades de Assistência	Tipo de Atividade			Portaria de Designação	Carga Horária	Total por Atividade	
	1						
	2						
	3						
SUB-TOTAL							