

Qualidade de Vida

ORIENTAÇÕES PARA REQUERIMENTO
PARA CONCESSÃO DE HORAS PARA
ATIVIDADE FÍSICA

RESOLUÇÃO Nº432/2024/CONSUP/IFSULDEMINAS

Para aderir ao Art. 8º e seus parágrafos, da Resolução nº432/2024/CONSUP/IFSULDEMINAS, siga os passos abaixo:

👉 1º Passo: Adicionar um Requerimento no SUAP

1. Espécie:

- Requerimento

2. Tipo:

- Requerimento de Concessão de Horas para Atividade Física

3. Modelo:

- Requerimento de Concessão de Horas para Atividade Física

4. Assunto:

- "Requerimento para concessão de horas para atividade física, nos termos do Art. 8º e parágrafos seguintes da Resolução nº 432/2024/CONSUP/IFSULDEMINAS – concessão de horas para (Nome completo do servidor)"

5. Setor Dono:

- Seu setor de lotação

6. Nível de Acesso:

- Público

ATENÇÃO

Ao decidir sobre o seu novo horário de trabalho, utilize apenas os seguintes formatos:

Hora cheia → 1h, 2h, 3h...

Hora e meia → 1h30, 2h30, 3h30...

 **Não é permitido registrar tempos como 1h20, 1h40, 2h10, etc., porque o sistema não reconhece esses formatos.**

Exemplo correto

Se você for dividir suas horas em dois dias da semana:

Registre 1h30 em cada dia.

 **Assim, o sistema contará corretamente 3h semanais.**

Exemplo incorreto

Registrar 1h20 em um dia e 1h40 em outro.

 **Nesse caso, o sistema não reconhece e pode gerar débito de horas no SUAP.**



INSTITUTO FEDERAL
Sul de Minas Gerais

Pró-Reitoria de
Gestão de Pessoas



👉 2º Passo: Preencher o Requerimento no SUAP

Requerimento de Concessão de Horas para Atividade Física

À Gestão de Pessoas,

Eu, **[Nome Completo]**, matrícula **[Número da Matrícula]**, lotado(a) no setor **[Nome do Setor]**, venho, por meio deste, solicitar a concessão de horas para a realização de atividades físicas, conforme disposto no Art. 8º e parágrafos seguintes da Resolução nº 432/2024/CONSUP/IFSULDEMINAS.

Declaro que utilizarei:

Dia	Atividade	Carg a Horá ria	Local/Profissional
Segunda-feira			
Terça-feira			
Quarta-feira			
Quinta-feira			
Sexta-feira			

Declaro estar ciente e de acordo com os requisitos e condições necessários para a adesão, comprometendo-me a:

1. Cumprir com todas as obrigações previstas;
2. Não utilizar a carga horária concedida para atividades diferentes das descritas acima;
3. Informar à Gestão de Pessoas em caso de paralisação ou encerramento das atividades.

Estou ciente de que a presente adesão tem validade de **06 (seis) meses**, sendo necessária a renovação do requerimento após este período.

Cidade, ____ de ____ de ____.



Assinatura do Servidor

Assinatura da Chefia Imediata

A chefia imediata demonstrará ciência e estar de acordo ao assinar o presente requerimento.

👉 3º Passo: Assinar e Solicitar Assinatura da Chefia Imediata

Assine o requerimento e encaminhe-o à sua chefia imediata para que seja assinada.

👉 4º Passo: Criação de Processo no SUAP

Acesse o SUAP e siga as etapas abaixo para criar o processo:

1. Tipo de Processo:

- Gestão de Pessoas: Atividade Física

2. Assunto:

- Requerimento para Concessão de Horas para Atividade Física – (Nome completo do servidor)

3. Interessados:

- Servidor e chefia imediata

4. Documentos a serem anexados:

- Requerimento de Concessão de Horas para Atividade Física preenchido na etapa anterior, devidamente assinado pelo servidor e pela chefia imediata;
- Comprovante de contratação e/ou declaração de frequência em academias, estúdios ou clínicas.

5. Observação: O comprovante deve ser emitido por pessoa jurídica ou por profissional habilitado, registrado no respectivo conselho de classe profissional.

👉 5º Passo: Renovação Semestral

- **Importante:**

A concessão de horas para atividade física deverá ser solicitada semestralmente, independentemente de notificação prévia pela chefia imediata ou pela Unidade de Gestão de Pessoas.

Para regularizar a situação, será necessário protocolar uma nova solicitação, acompanhada dos documentos atualizados.

Após o período de 6 meses, a adesão será automaticamente encerrada, não havendo efeitos retroativos.

