

RELATÓRIO DE ATIVIDADES

Referência: Mês de Março/2019

1 – Identificação
1.1 - Nome da OSC: Instituto de Formação e Ação em Políticas Sociais para Cidadania
1.2 – Endereço: Rua General Lamartine, 2G – Vila Matilde, São Paulo – SP.
1.3 - Telefone: (11) 2684-0980 Fax (11) 2129-6992 E-mail: infap.org@hotmail.com
1.4 – CNPJ: 02.257.969/0001-78

2 – Representante Legal
Nome Completo: Mozart Ladenthin Junior
Telefone: (11) 2684-0980
E-mail: mozartlj@yahoo.com.br

3 – Serviços da Parceria
Desenvolvimento de atividades esportivas nas modalidades de Atletismo, Basquete, Beach Soccer, Beach Tennis, Canoagem, Ciclismo, Futebol, Futsal, Handball, Hidroginástica, Judô, Karatê, Muay thai, Natação, Pedestrianismo, Skate, Tênis de Mesa, Vôlei, Vôlei adaptado, Vôlei de Praia, Surf, Bodyboard.

4 – Dias e Horários de Funcionamento		
Atividade	Dias da Semana	Horários
Judô	Quarta e Sexta	19hs às 21h30min
Futsal	Segunda, Quarta, Sexta.	16hs às 21hs
Natação (Thiago e Giovanna)	Segunda Quarta e Quinta	07h50min as 12hs 13hs às 17hs
Capoeira	Quarta e Sexta Terça e Quinta	19hs às 20hs 18hs às 20hs
Futsal (Vila do Bem) (Ginásio)	Segunda Quarta e Sexta Terça, Quinta, Sábado. Segunda Quarta e Sexta	9hs às 11:hs 14hs às 16hs 13hs às 16hs
Muay-thai (Vila do Bem) (Ginásio)	Segunda Quarta e Sexta Terça e Quinta	9hs às 10hs 18hs às 19hs 19hs às 21hs
Karatê (Vila do Bem)	Terça, Quinta	20hs às 22hs
Pedestrianismo (Vila do Bem) e Futsal (Tenda)	Terça, Quinta e Sábado. Segunda Quarta e Sexta	8hs às 9hs 16hs às 17h 7hs às 8hs 16hs às 17hs
(Ginásio)	Segunda Quarta e Sexta	8hs às 12hs
Canoagem	Terça a Quinta	6hs às 9hs

	Segunda á Sexta Terça e Quinta Segunda e Quarta	16hs às 18hs 17hs às 18hs 18hs às 19hs
Natação (Edson e Atila)	Segunda e Quarta Terça e Quinta	7hs as 11:10 13hs às 17hs 7hs as 11:10 13hs as17hs
Alongamento (Fundo Social) (Erminio de Moraes) (Vila do Bem)	Terça e Quinta Segunda Quarta Terça e Sexta	8hs às 10hs 8hs às 10hs 9hs às 11hs 14hs às 16hs
Judô (Adra) (E.E.Vicente de Carvalho)	Terça e Quinta Quarta e Sexta	9hs às 11hs 13hs às 16hs 8hs às 9hs 13hs às 14hs
Karatê (Ginásio) (Indaiá) (Vila do Bem)	Segunda e quarta Sexta Terça e Quinta Sábado Segunda e Quarta	10hs às 11hs 17hs às 18hs 20hs às 22hs 19hs às 21:30hs 10hs às 12hs 19hs as 21:30hs

4.1 – Locais onde poderão ser executadas as atividades

C.E. Toninho do Leilão km 216 da SP-55 Chácaras Vista Linda;
Ginásio Alberto Alves (Centro)
Colégio José Ermírio de Moraes Filho (Jd. Indaiá)
Escola Vicente de Carvalho
Polo Adra Boracéia
Escola Municipal Praia de Boracéia.

4.2 – Abrangência Territorial

O serviço será ofertado aos usuários procedentes do município de Bertioga.

4.3 – Público Alvo

Municípios de Bertioga, de todas as faixas etárias, com ênfase à infância e adolescência e àqueles em situação de vulnerabilidade socioeconômica.

4.4 – Meta

Prestar até 2.160 horas por mês de atividades, conforme planejamento mensal que incluirá modalidades e locais a serem fornecidos pela Diretoria de Esporte.

4.5 – Objetivos

Valorização das atividades físicas, esportivas e de lazer, como força dinâmica da vida social, fator de bem-estar individual e coletivo, melhora da saúde e da autoestima individual e coletiva.

- A inclusão, através da popularização das atividades físicas, esportivas e de lazer;
- A interlocução e integração da Política e Diretrizes Municipais de Esporte e Lazer com as políticas de educação-cultura, saúde, meio-ambiente, turismo, geração de emprego e renda e de inclusão social, sem a perda de critérios técnicos específicos de cada área;
- O intercâmbio e integração com as instituições de ensino superior, visando à intensificação da cultura esportiva, da pesquisa, da extensão e do ensino;
- Otimização dos serviços prestados pelas entidades governamentais e não governamentais ligadas às atividades físicas, esportivas e de lazer;

5 – Formas de Acesso ao Serviço

Demanda espontânea, por atendimento à publicidade das vagas oferecidas pela Secretaria de Esportes.

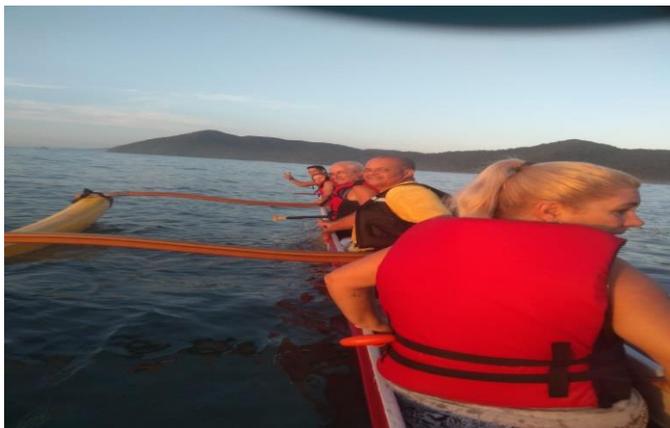
6 – Atividades Realizadas

Capoeira: Venho por meio deste relatar a atividades aplicada aos alunos da modalidade capoeira. Neste mês de março trabalhamos com os alunos dando continuidade à mesma metodologia de treino , com movimentação da capoeira , sequências de golpes , atividade física alongamento e fortalecimento muscular , porém já demos início ao trabalho de musicalidade da capoeira com os instrumentos da nossa Arte Berimbau , Atabaque e Pandeiro.





Canoagem: As aulas de canoagem são administradas para adultos e crianças sendo que para as crianças ocorre de segunda a quinta as 8h e 16h e adultos de segunda a quinta as 6h, 7h, 17h e 18h sendo a saída ao lado do forte são João para todos os horários. Este mês de março em algumas aulas começamos a dividir as turmas dos adultos, por se tratar de níveis bem distintos. Pessoas que procuram a canoagem como qualidade de vida e pessoas de maior idade com algumas restrições fizemos um treinamento voltado para sincronismo na remada, alongamento, técnica de remada, trabalho em equipe e aumento da resistência levando em conta as limitações de cada um. Pessoas que busca atividade física um pouco mais intensa, foi feito um treinamento diferenciado cobrando um pouco mais. Percursos mais longos de remadas, amplitude no tempo de água da remada e sempre cobrando a base (técnica, sincronismo). Nas aulas infantil foi cobrado trabalho em equipe, alongamento, postura e algumas brincadeiras de superação para incentivar o espírito competitivo.





Pedestrianismo e Futsal: As atividades com polos nos bairros centro (Casa da cultura) e na Vista Linda, visando oferecer a população uma atividade de cunho aeróbio e anaeróbio que ira estimular uma melhora na sua condição física, visando a melhora do seu condicionamento físico.

As aulas são compostas em um trabalho de alongamento inicial, aquecimento, e logo após a atividade de corrida e/ou caminhada e por fim o alongamento final.

O objetivo principal da atividade que é a melhora do condicionamento e outras diversas melhorias como perda de peso, melhora da circulação sanguínea, fortalecimento dos músculos e ossos do corpo, melhora da postura corporal etc.

As atividades são muito bem recebidas pelos alunos, as atividades sempre tem um público bom.

Alguns alunos já estão mais avançados nos treinamentos e está competindo em provas regionais e vem se destacando. Aulas de futsal segunda, quarta e sexta no Ginásio de Esportes Alberto Alves.

As atividades envolvem fundamentos (passes, domínio, recepção, cabeceio, drible) treinos táticos (sistemas de jogo, 2x2, 3x1) técnicos e físico.

Todas as aulas já estão na sua lotação máxima pré determinada de 20 alunos.

São divididas em 4 modalidades

Sub-8, sub-10, sub-12 e sub-14, aulas ministradas das 8:00hs as 12:00hs divididas em uma hora aula cada uma.





Muay-Thai: No mês de Março, teve um ótimo rendimento. Tivemos nesse mês um seminário de Muay-thai específico para instrutores, treinadores e professores ministrado pelo Mestre Ivan Batista, uma das maiores autoridades do muay-thai Brasileiro. Onde participamos com 4 atletas de Bertioga. Estamos trabalhando com apresentação dos golpes e reforço dos que já tem conhecimento. No mês teremos um torneio no México com um dos nossos alunos.





Alongamento – Fundo Social de Solidariedade. No mês de Março conversamos bastante com os alunos sobre a importância de manter uma boa alimentação, principalmente nos dias de calor intenso. O projeto caminhada segue firme, e alcançamos 8 quarteirões. Os alunos tem relatado melhora significativa em seu condicionamento, ponto positivo para as caminhadas. Os alongamentos principalmente de membros inferiores foram intensos durante este mês cada um deles, que tem relatado melhoras no seu dia-a-dia. Não houve nenhum caso que necessitasse de maior atenção.

Escola Ermínio de Moraes (Indaiá) No mês de Março conversamos bastante com os alunos sobre a importância de se manter uma boa alimentação, principalmente nos dias de calor intenso. Durante esse mês, houve um aumento significativo do número de alunos, as aulas foram bem dinâmicas, com dança, e ginásticas, acrescentando no alongamento. Não houve nenhum caso que necessitasse de maior atenção.

Vila do Bem, No mês de Março conversou bastante com os alunos sobre a importância de se manter uma boa alimentação, principalmente nos dias de calor intenso. Durante esse mês intensificamos os alongamentos para membros inferiores, e mantivemos uma boa frequência dos alunos. Houve uma melhora significativa no fortalecimento de vínculo entre eles, colocamos um ritmo moderado nas aulas, percebendo melhora coletiva dos alunos. Durante as aulas fizemos bastante exercício em pé, com a utilização de bastões e tatames para alongamento e relaxamento.

Práticas Esportivas – Vila do Bem -Durante o mês de Março houve uma frequência baixa dos alunos, estamos buscando variar as atividades para manter os alunos estimulados. Reduzimos os períodos de aulas práticas na quadra de society, e orientamos bastante sobre a importância de se cuidar da saúde, O orientador social Gerson intensificou a importância dos alunos e saber seus direitos e deveres.



Karatê (Oswaldo): As Aulas Mês de Março houve aumento de interessados no Estilo, por descobrirem que o Karatê é oficialmente Olímpico, muitos jovens da Capoeira, estão fazendo aula também comigo. Agora também estamos investindo no Ensino dos Kihons e Katas.



Judô: Nossos alunos estão desenvolvendo as técnicas de golpes e quedas. Para os iniciantes os fundamentos básicos estão sendo aplicados e praticados nas aulas. Para os avançados as técnicas de solo e os randoris (lutas) já estão em desenvolvimento.



Futsal: Ginásio Alberto Alves e Vila do Bem. As aulas do mês de março foram realizadas normalmente de maneira positiva, tendo apenas a alteração nas aulas do ginásio de esportes onde foram remanejadas as aulas da categoria feminina que é realizada no horário das 15 as 18 para a professora Lídia, e eu assumi as aulas das categorias sub 10 12 e 14 masculino no ginásio de esportes no horário das 13h as 16h tendo 20 participantes máximo por categorias cada categoria faz uma hora aula três vezes por semana segunda, quarta e sexta.

As aulas no ginásio de esportes foram aplicadas de formas primária usando métodos de iniciação isto em todas categorias tendo observado que a maioria dos participantes não tem conhecimento da modalidade, foram trabalhados domínio de

bola com chapa e sola , condução de bolas com peito , sola e chapa do pé , chute ao gol com ambas as pernas com bola parada e em movimento e de diversos ângulos diferentes, e coletivos.

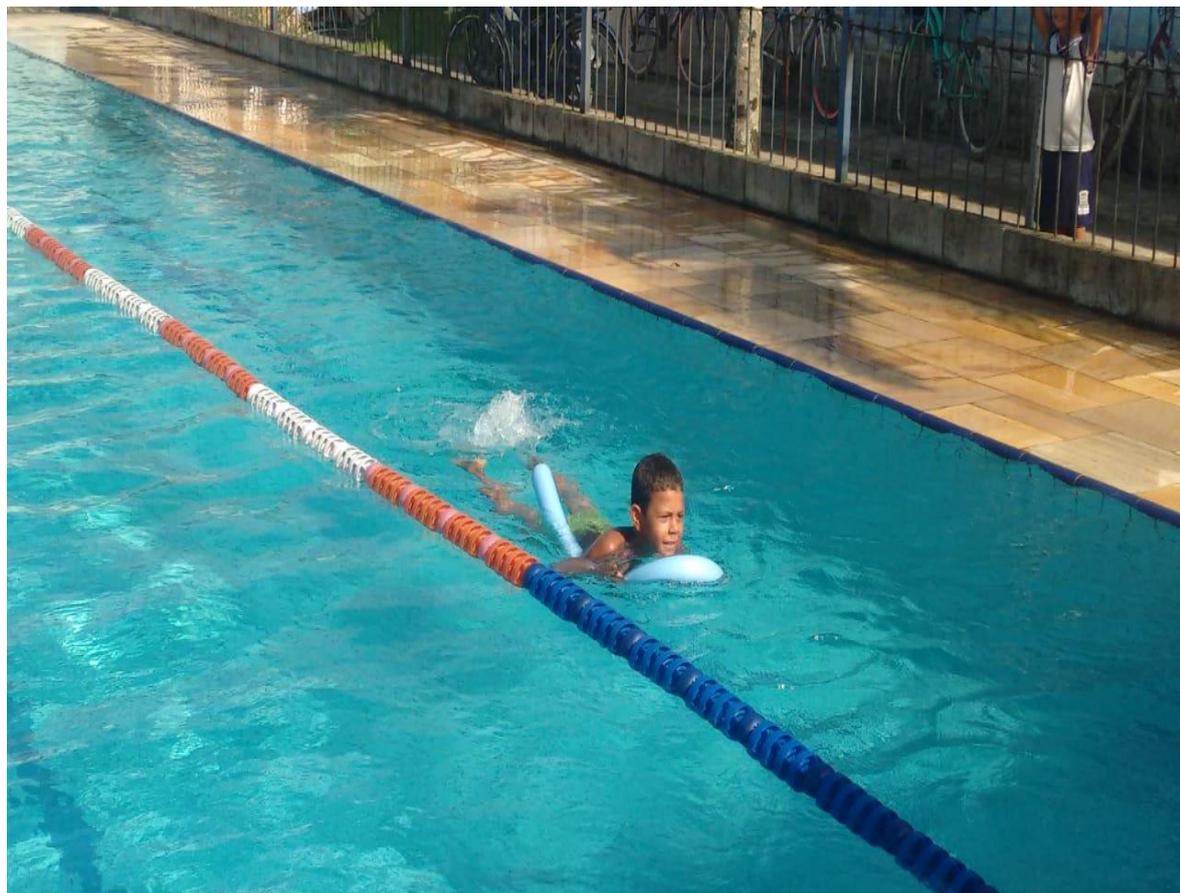
Na Vila do Bem foram aplicadas aulas um pouco mas avançadas como formação táticas e suas movimentações em X e Y iniciamos as saídas de bolas com marcação adversário auta utilizando uma quebra de marcação , aulas estas que são complexas mas que tem havido um grande interesse dos participantes.



Natação: (Prof. Edson Kornetoff Aguiar e Atilla Amorim Bizon).) Mês de Março na Escola Municipal Praia de Boracéia, onde continuamos os trabalhos com natação. Boas condições da água da piscina para realização das aulas, os vestiários tiveram uma melhora na questão de limpeza, como havíamos citado no relatório anterior. Condições ideais também no plano de trabalho, com todas as turmas definidas e divididas com o professor de Educação Física da Escola.

Dividimos as turmas em dois grupos com no máximo 20 alunos cada para que não fiquemos sobrecarregados dentro da água. A maioria das turmas foi dividida entre meninos e meninas, com exceção de duas turmas que são mistas. Dois professores nos trazem grande segurança e motivação para a evolução física e psicológica dos alunos dentro e fora d'água.

No dia a dia foram realizados trabalhos de respiração, inspiração fora d'água, expiração dentro d'água. Pernadas com espaguete, espaguete entre as pernas, alternância de exercícios de membros superiores e inferiores, coordenação e respiração durante a prática e exercícios de correção com as pranchinhas trabalhando também de forma unilateral em cada chegada à piscina, nado crawl e costas. Todas as aulas foram precedidas de alongamento, aquecimento de membros superiores e inferiores e também de conversa prévia explicando corretamente o posicionamento do corpo no deslize principalmente no nado crawl.





Judô: As aulas na escola Vicente de Carvalho são todas quarta-feira e sexta-feira no período da manhã 8:00 as 9:00 e no período da tarde 13:00 as 14:00 e as aulas de judô no polo de Boracéia são todas terça -feira e quinta-feira primeira turma 9:00 as 10:00 e segunda turma 10:00 as 11:00 no período da tarde primeira turma 13:00 as 14:00 e segunda turma 14:00 as 15:00 e terceira turma 15:00 as 16:00.

Este mês de março os treinos 10:00 as 11:00 das 15:00 as 16:00 da turma avançada de Boraceia foi passado treinamento de (utikome) aperfeiçoamento da técnica, colchão (joga joga) para uma melhor entrada, ataque e defesa e troca de pegada e corrida na área de grama no polo da Adra pois os atletas vão participar de competições durante este ano e precisa de um treinamento diferenciado.

As outras turmas de iniciação este mês de março foi feito alongamento aquecimento e técnicas (ne waza) técnicas executadas no chão como imobilizações passar guarda raspagem ate chegar em uma imobilização perfeita.

No dia dezesseis de março teve a copa São Paulo em São Bernardo do Campo kamille Braz sub 18, kauan Rodrigues sub 18 (divisão especial) de Boraceia e kauan dias sub 13 (aspirante) do polo Vicente de Carvalho II um evento de auto nível onde todos os atletas querem ganhar em primeiro lugar e conquistar uma vaga na seleção Brasileira de judô. O evento teve inicio as sete da manha e o ultimo atleta competiu era dezessete e quinze da noite um evento muito grande onde as chaves tinha de quarenta a cinquenta atletas pra cada categoria.

E dia vinte e três de março Geovana sub 15 (aspirante) escola Vicente de carvalho, Juan Pablo sub 18 (aspirante) Boraceia, Carlos Eduardo sub 18 (aspirante) Boraceia, Davi sub 15 (aspirante) Boraceia, Lucas sub 15 (aspirante) escola Vicente de carvalho participarão da Copa São Paulo que foi em são Bernardo do Campo o evento deu inicio sete da manha as quinze horas da tarde.

Os atletas ganharam da competição de são Bernardo do campo uma camiseta cada atleta e um mini livro educativo de judô.



Karatê (Douglas Pageú): Neste mês estou fazendo um aparato de tudo que venho passando nos polos acima, pois no próximo mês (Abril) teremos a nossa primeira troca de faixa do ano e por isso que os treinamentos estão sendo iguais para todos, o que consiste esses treinamentos:

Consiste em aquecimentos, consiste na parte teórica que explica como foi surgido karate, consiste também em aquecimentos e exercícios físicos como, flexão, abdominal, polichinelo, corrida, todos esses feitos para que o aluno desenvolva um condicionamento físico, consiste também nos movimentos da arte marcial.

Estamos bem focados nos alunos iniciante que por sua vez a maioria esta com tempo certo já para estar desta primeira troca de faixas.

Com relação aos alunos antigos mesmo que por sua vez seja uma criança, mas ele já possui um certo conhecimento o treinamento esta sendo feito em cima da sua graduação e que no dia será avaliada.



Natação: Giovanna, Thiago Felix.: No mês de março as aulas de natação na escola Hilda Strenger Ribeiro ocorreram normalmente. Os alunos do primeiro ano que em fevereiro ainda era preciso uma fase de adaptação para que perdessem o medo da água, já em março o trabalho de adaptação para o meio líquido foi para que eles não tivessem a necessidade de segurar na barra de apoio, se utilizando apenas do espaguete embaixo dos braços. A minoria ainda não consegue soltar da barra de apoio. Turma de primeiro ano os alunos são menores, por isso tem mais dificuldades em ficar segurando na barra de apoio o tempo todo (os alunos que tem necessidade),

por isso é pedido que toda vez em que eles atravessam a piscina de um lado ao outro, no final do trajeto eles subam e retornem por fora da piscina até a parte inicial para repetir o exercício. Os alunos de segundo ano os trabalhos estão voltados para que os alunos desenvolvam as coordenações de batida de perna, junto com a respiração frontal.

Com alunos do terceiro e quarto ano, batidas de pernas e respiração frontal, junto com o nado cachorrinho e em alguns casos o aluno já consegue nadar sozinho sem ajuda do espaguete (nada cachorrinho).

Alunos do quinto ano, os exercícios estão voltados para respiração frontal e lateral, giro de braço em alguns casos. Os alunos de quinto ano assim como alguns alunos do quarto ano, já se utilizam de pranchinhas para fazer os exercícios.

Braçadas para vida: As aulas acontecem em todas as sexta feira, das 9:00 as 15:20, contanto com a disponibilidade da piscina. O projeto no NACE teve seu inicio em fevereiro, com objetivo de atender crianças autistas de grau leve e moderado.

O objetivo do projeto é a socialização dessas crianças com outras crianças, já que muitas dessas crianças, tem essa dificuldade. Outro objetivo do projeto é fazer com que essas crianças tenham contanto com o meio liquido, já que em muitas pesquisas apontam um melhor desempenho, motor e sensorial.

A proposta da aula é totalmente lúdica, com muita brincadeira e desafios, empre estimulando o aluno a desempenhar alguma tarefa ou brincadeira já que alguns alunos não tem compreensão das instruções.

Iniciamos o projeto com quatro alunos, hoje (março) estamos com dezoito alunos, com perspectiva de vinte e cinco alunos para o mês de abril.

Sendo de três a quatro alunos por turma, dependendo muito do aluno e seu grau de autismo. O projeto também esta atendendo crianças com síndrome de Down. Hoje nós estamos atendendo três alunos com síndrome de Down.

Para iniciar as aulas de natação esta sendo feito uma triagem por parte dos especialistas, (fisioterapeutas, psicopedagoga, fonoaudióloga)





Futsal: (Lídia) As aulas são ministradas três vezes por semana, sendo segunda-feira, quarta-feira e sexta-feira, e divididas em duas turmas, uma delas com alunas iniciantes na modalidade e a outra, com alunas mais avançadas.

No mês de março, trabalhamos com aquecimentos na primeira parte do treino, com a intenção de desenvolver o Condicionamento físico das alunas, por meio de exercícios físicos aeróbios e anaeróbios, contínuos e intervalados. Também foram realizadas, em alguns treinos, sessões de alongamento na tentativa de proporcionar relaxamento e maior flexibilidade muscular.

A parte principal do treino que é realizada logo após o aquecimento, conta com exercícios técnicos, nos quais, no mês de março, a ênfase maior foi dada aos fundamentos de passe, recepção e condução de bola, praticados por meio de atividades em duplas, trios, e grupos, além de jogos recreativos e pré-desportivos. As valências físicas mais utilizadas nas práticas realizadas foram coordenação motora, velocidade e agilidade.

A parte principal do treino também contou com a aplicação de sistemas táticos (2x2) e (3x1) no jogo-treino propriamente dito.



7 – Resultados Esperados

Desenvolvimento de conhecimentos e habilidades esportivas, da cidadania, aumento da sensação de pertencimento, da autoestima e da cidadania;
A ampliação do acesso aos serviços será avaliada a partir do atendimento aos munícipes.

8 – Profissionais que atuaram no serviço

Nome Completo	Função
Cíntia Alessandra Gonçalves	Auxiliar Administrativo
André Luiz S. Franca	Auxiliar de Serviços Gerais
Lincoln Siqueira Marques	Apoio Administrativo
Diogo Ferreira Dias	Apoio Administrativo
Edimar Alves da Silva	Apoio Administrativo
Robson Antônio Guimarães Pinto	Apoio Administrativo
Gabriel Nascimento do Amparo	Apoio Administrativo
Denis Barrocas Rica	Monitor
Rogério Marques de Sa	Monitor
Lauri Donizete de Souza	Monitor
Luiz da Silveira Brum	Monitor
Douglas Rodrigues Pageú	Monitor
Lucivania Araújo dos Santos	Monitor
Ricardo Kierme	Monitor
Edson Kornetoff Aguiar	Monitor
Thiago Félix dos Santos	Monitor
Atila Amorim Bizon	Monitor
Giovvana Horder dos Santos Marques	Monitor
Thiago Felix dos Santos	Monitor
Douglas Dias de Freitas	Monitor
Lídia Isabela Oliveira	Monitor

9 – Monitoramento e Avaliação dos Serviços

O monitoramento será constituído de acompanhamento sistemático das atividades desenvolvidas, envolvendo reuniões periódicas, relatórios mensais elaborados pela equipe técnica, e participação in loco nas atividades, além de pesquisa junto aos alunos participantes. Acompanhamento do plano de trabalho com supervisões diretas e indiretas, sempre considerando e analisando os indicadores e o alcance das metas quantitativas e qualitativas.



10 – Outras Considerações

São Paulo, 31 de Março de 2019.

Representante Legal