



## RELATÓRIO DE ATIVIDADES

**Referência / Mês de Outubro de 2019**

| <b>1 – Identificação</b>                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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: <a href="mailto:infap.org@hotmail.com">infap.org@hotmail.com</a> |
| 1.4 – CNPJ: 02.257.969/0001-78                                                                                             |

| <b>2 – Representante Legal</b>                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nome Completo:</b> Mozart Ladenthin Junior                                   |
| <b>Telefone:</b> (11) 2684-0980                                                 |
| <b>E-mail:</b> <a href="mailto:mozartlj@yahoo.com.br">mozartlj@yahoo.com.br</a> |

| <b>3 – Serviços da Parceria</b>                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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. |

| <b>4 – Dias e Horários de Funcionamento</b>         |                                                                            |                                              |
|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| 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<br>13hs às 17hs             |
| Capoeira                                            | Quarta e Sexta<br>Terça e Quinta                                           | 19hs às 20hs<br>18hs às 20hs                 |
| Futsal (Vila do Bem)<br>(Ginásio)                   | Segunda Quarta e Sexta<br>Terça, Quinta, Sábado.<br>Segunda Quarta e Sexta | 9hs às 11:hs<br>14hs às 16hs<br>13hs às 16hs |
| Muay-thai (Vila do Bem)<br>(Ginásio)                | Segunda Quarta e Sexta<br>Terça e Quinta                                   | 9hs às 10hs<br>18hs às 19hs<br>19hs às 21hs  |
| Karatê (Vila do Bem)                                | Terça, Quinta                                                              | 20hs às 22hs                                 |
| Pedestrianismo (Vila do Bem)<br>e Futsal<br>(Tenda) | Terça, Quinta e Sábado.<br>Segunda Quarta e Sexta                          | 8hs às 9hs<br>16hs às 17h<br>7hs às 8hs      |
| (Ginásio)                                           | Segunda Quarta e Sexta                                                     | 16hs às 17hs<br>8hs às 12hs                  |

|                                                                    |                                                                               |                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Canoagem                                                           | Terça a Quinta<br>Segunda à Sexta<br>Terça e Quinta<br>Segunda e Quarta       | 6hs às 9hs<br>16hs às 18hs<br>17hs às 18hs<br>18hs às 19hs                                         |
| Natação (Edson e Atila)                                            | Segunda e Quarta<br><br>Terça e Quinta                                        | 7hs as 11:10<br>13hs às 17hs<br>7hs as 11:10<br>13hs as 17hs                                       |
| Alongamento (Fundo Social)<br>(Ermínio de Moraes)<br>(Vila do Bem) | Terça e Quinta<br>Segunda<br>Quarta<br>Terça e Sexta                          | 8hs às 10hs<br>8hs às 10hs<br>9hs às 11hs<br>14hs às 16hs                                          |
| Judô (Adra)<br><br>(E.E.Vicente de Carvalho)                       | Terça e Quinta<br><br>Quarta e Sexta                                          | 9hs às 11hs<br>13hs às 16hs<br>8hs às 9hs<br>13hs às 14hs                                          |
| Karatê (Ginásio)<br><br>(Indaiá)<br><br>(Vila do Bem)              | Segunda e quarta<br><br>Sexta<br>Terça e Quinta<br>Sábado<br>Segunda e Quarta | 10hs às 11hs<br>17hs às 18hs<br>20hs às 22hs<br>19hs às 21:30hs<br>10hs às 12hs<br>19hs as 21:30hs |
| Natação (Paço Municipal)                                           | Quarta e Sexta<br>Terça e Quinta                                              | 9hs as 9:50hs<br>10hs as 10:50hs<br>11hs as 11:50hs<br>14hs as 14:50hs<br>15hs as 15:50hs          |

#### 4.1 – Locais onde poderão ser executadas as atividades

C.E. Toninho do Leilão km 216 da SP-55 Chácara 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:** Os treinos de Arte Marciais modalidade capoeira continua em alta os treinos cada dia melhores os alunos muitos empolgados com o aprendizado sobre as Histórias da Capoeira em geral, tudo sendo passado através das musicalidades da capoeira junto com as movimentações de defesa e ataque praticados na capoeira todos os treinos.









**Capoeira:** Mestre Carlos. Fundamentos e movimentos da capoeira para iniciantes. Objetivos geral pratica da capoeira de uma forma didática. Materiais usado nas aulas, tatames e instrumento para musicalidade da capoeira. Finalizamos o mês com uma linda apresentação no novo espaço fundamentos e movimentos da capoeira para iniciantes





**Judô:** Infelizmente estamos com um grupo de alunos reduzido. Uma grande parte dos alunos está estudando no período noturno e conflita com o horário dos treinos. Para os iniciantes, o treino é focado nas técnicas básicas de Ukemis, golpes e imobilização. Para os graduados, o treino é focado em técnicas de



competição. Kumikata (disputa de pegadas) , Kuzushi (técnicas de desequilíbrios) , Tsukuri e Uchikomi (técnicas de preparação e aperfeiçoamento dos golpes) , Kake (técnicas de arremesso dos golpes).

Para esses atletas graduados que tem como objetivo as competições, o Randori (simulação de lutas) é feita com muita intensidade.



**Natação:** Com as crianças de Primeiro ano nós tivemos um grande avanço, das três salas de primeiro ano contanto meninas e meninos a evolução foi satisfatória, a maioria dos alunos já consegue nadar de cavalinho (com espaguete), Alunos do segundo ano, o trabalho é semelhante aos da turma do primeiro ano, mudando apenas a variação de cada exercício. Tentamos colocar um pouco mais de dificuldade na realização do exercício. Para as turmas de terceiro ano, os trabalhos são voltados para pernada + respiração com espaguete e pranchinha. No quarto ano, iniciamos com pranchinha batendo perna + respiração, braçadas com auxilio da pranchinha e nado costa com auxilio da pranchinha. Alunos do quinto ano já estão mais avançados, muitos deles já conseguem nadar o crawl.

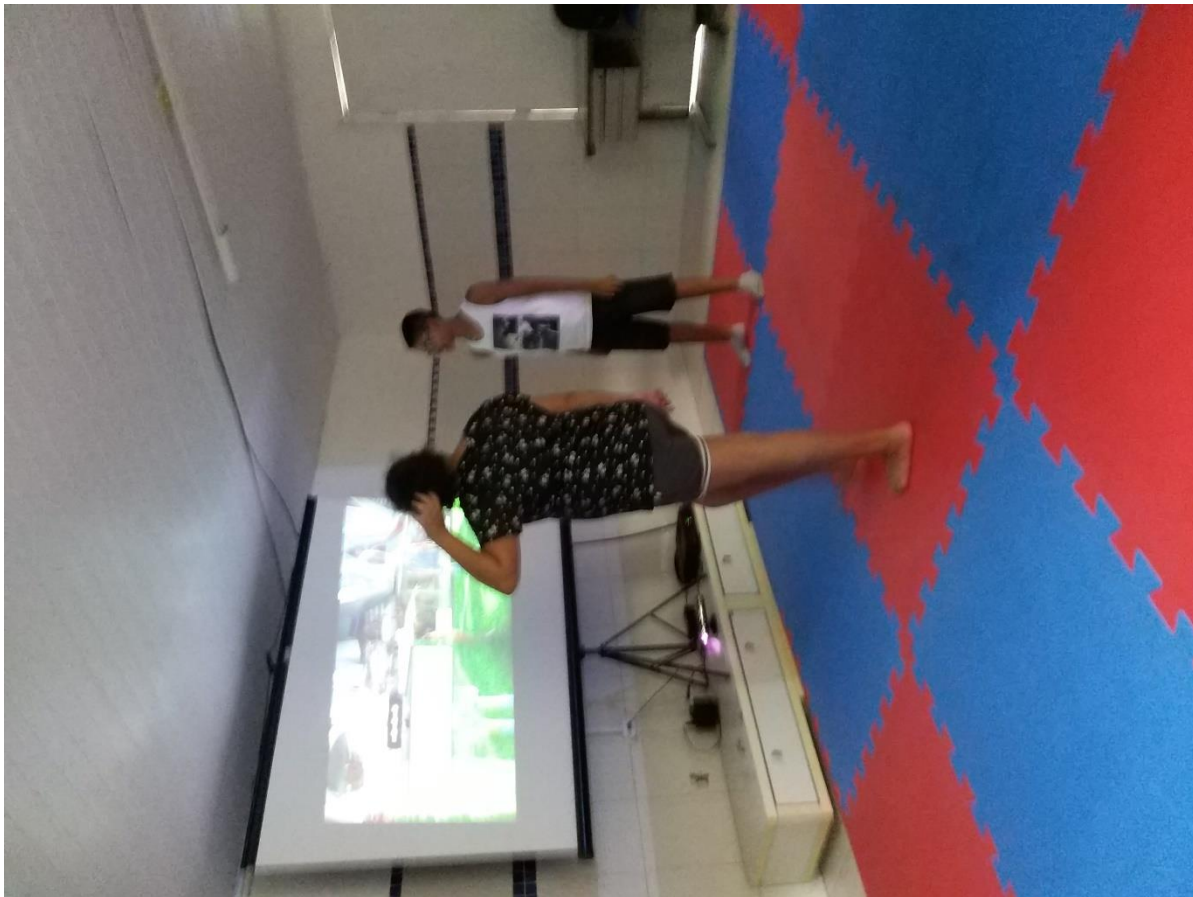






**Natação Nace:** Realizamos a atividade de Game terapia conseguimos fazer o mesmo trabalho que vinha sendo feito na piscina, trabalho cognitivo, motor e a socialização da criança com outras crianças.

Por conta do mês do dia das crianças, as aulas contaram com brincadeiras, músicas e desenho, para que as crianças pudessem curtir o mês do dia das crianças.





**Natação Atila:** Avançamos em alguns exercícios com os alunos dos quartos e quintos anos, como por exemplo revezamento de nado crawl, busca de objetos no fundo da piscina, entre outros que exigem um pouco mais da respiração, incluindo os objetos que ficam submerso a água para treinarem mergulho e respiração.





**Judô:** No mês de outubro foi repassado um resumo dos meses janeiro, fevereiro e março.

1:MOROTE SEOI NAGE, 2:IPPON SEOI NAGE, 3:TAI OTOSHI, 4:O SOTO GARI, 5:OUCHI GARI, 6:TANI OTOSHI, 7:UCHI MATA, 8:USHIRO GOSHI, 9:YOKO SHIHO GATAMI







**Natação:** Para os alunos novos iniciamos com fundamentos básicos e vivência ao meio líquido. Sentados na borda batendo pernas na água, fraco, médio e forte – entrando na piscina pela primeira vez segurando na borda. Com trabalhos respiratórios adaptativos para o meio líquido, fazer bolhas na água, inspira fora da água e assopra dentro da água. Trabalhamos exercícios de pernadas, segurando na borda da piscina com os braços esticados, batendo as pernas e realizando a respiração, sempre com o auxílio do espaguete. Com os alunos intermediários vem sendo realizado trabalho de braçadas com o auxílio da pranchinha, exercícios de pernadas, braçadas e pernadas, realizando a respiração frontal, alguns ainda tem dificuldades de realizar respiração lateral. Aprendendo o básico do nado costas com auxílio da pranchinha.







**Alongamento:** No mês de Outubro saímos um pouco do ambiente de costume, visando uma interação maior com a natureza, realizamos uma caminhada na praia, em contato com a água, os alunos relataram uma satisfação muito grande. Conversamos bastante com os alunos sobre a importância de se manter uma hidratação diária de pelo menos 2 litros de água por dia, principalmente nos dias de calor intenso. O aluno tem relatado melhora significativa nos seus dias, aumentamos a intensidade das aulas de ginástica, utilizamos bastante os exercícios na cadeira sempre utilizando música para estimular. Permanecemos Utilizando os halteres para melhorar capacidade muscular dos alunos, e aumentar amplitude dos movimentos. Não houve nenhum caso mais grave, que necessitasse de maior atenção no que se refere a qualidade física.









**Karatê:** Em Outubro houve treinamentos específicos para aumento de Técnica para competições e treinamentos de Defesa pessoal. O que foi muito proveitoso para as alunas, que gostam muito desse tipo de treino.





**Handebol:** Neste mês de Outubro dividimos as atividades por dias específicos: Nas segundas ministrei atividades que visam o aperfeiçoamento de habilidades técnicas como passe, arremesso ao gol, deslocamento com e sem bola, entre outras. Nas quartas feiras as atividades ministradas visavam a preparação física dos alunos. Nas sextas feiras ministramos atividades de jogos coletivos.







**Capoeira:** Foi passados fundamentos e movimentos da capoeira para iniciantes. Objetivos geral prática da capoeira de uma forma didática. Materiais usado nas aulas, tatames e instrumento para musicalidade da capoeira.







**Karatê Pageú:** Venho por meio deste informar que neste polo além de passar a todos os alunos parte de condicionamento físico pois é essencial para o desenvolvimento da arte marcial assim como todo o esporte. Dia 29 deste mesmo mês migramos para a Vila do Bem Indaiá e com nova estrutura já no primeiro dia de aula já tivemos uma quantidade significativa de procura pelas aulas. No polo do Ginásio de Esportes é onde concentra o maior numero de alunos iniciantes, mas com tanta qualidade e desempenho do que ambos a cima citados estamos entrando direto e especificando a arte marcial pois que os alunos estejam aptos e no mesmo nível de aprendizado que os iniciantes dos demais polos.





**Muay-thai:** Nesse mês o número de alunos procurando o esporte na Vila do Bem e no Ginásio de Esportes, vem crescendo bastante. O muay-thai tem tido uma crescente muito grande na cidade. Alunos se preparam para o campeonato de haverá em nossa cidade em Dezembro.







**Futsal Lúdia:** No mês de outubro, para as turmas iniciantes e intermediárias iniciamos os treinos com jogos lúdicos e atividades para aprimorar os fundamentos de passe, recepção, condução de bola e finalização além de circuitos de estações que trabalhavam tais fundamentos. Na parte principal do treino, foram abordados exercícios de igualdade e desigualdade numérica. No jogo propriamente dito foi inserido o objetivo de começar a se familiarizar com as situações de jogo e de posicionamento e introdução à tática (2x2) e suas características.





**Canoagem:** Neste mês de outubro os treinos foram focados para preparar os alunos o melhor possível para competir a primeira etapa do campeonato paulista. Buscamos manter o mesmo objetivo oferecer treinos mais pesados para aqueles que buscam competição e evolução pessoal. A maior parte dos alunos são pessoas de meia idade que buscam uma qualidade de vida, desta forma oferecemos treinos mais voltados para fortalecimento muscular e postura observando as limitações pessoais de cada um.





**Futsal:** Neste mês as atividades foram de forma normal e de bom aproveitamento, houveram algumas desistências já preenchidas com alunos que estavam na lista de espera, mesmo assim a lista de espera ainda está extensa. Continuamos trabalhando o coletivo, devido alguns estarem participando da copa Bertioga de futsal, essas aulas são aplicadas as regras formações táticas como posicionamento dentro da quadra no jogo, entre outros, além do regulamento da modalidade.





### **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.

| <b>8 – Profissionais que atuaram no serviço</b> |                             |
|-------------------------------------------------|-----------------------------|
| Nome Completo                                   | Função                      |
| Cíntia Alessandra Gonçalves                     | Auxiliar Administrativo     |
| André Luiz S. Franca                            | Auxiliar de Serviços Gerais |
| Lincoln Siqueira Marques                        | 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                     |
| Matheus Chaddad Barreiro da Cunha               | Monitor                     |
| Graziella Santos de Campos                      | Monitor                     |
| Denis Lima                                      | Monitor                     |
| Sidney Britto da Silva                          | Monitor                     |
| Erick Lima Ministério                           | Monitor                     |
| Carlos Roberto Borges                           | Monitor                     |

| <b>9 – Monitoramento e Avaliação dos Serviços</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>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.</p> <p>Os relatórios originais encontra-se em arquivo na Diretoria de Esportes.</p> |



|                                  |
|----------------------------------|
| <b>10 – Outras Considerações</b> |
|                                  |

São Paulo, 31 de Outubro de 2019.

  
**MOZART LADENTHIN JÚNIOR**  
Instituto de Formação e Ação em Políticas  
Sociais para Cidadania - INFAP  
Representante Legal