

RELATÓRIO DE ATIVIDADES

Referência / Mês de Setembro

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
(Ginásio)	Segunda Quarta e Sexta	16hs às 17hs 8hs às 12hs

Canoagem	Terça a Quinta Segunda à Sexta Terça e Quinta Segunda e Quarta	6hs às 9hs 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 as 17hs
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
Natação (Paço Municipal)	Quarta e Sexta Terça e Quinta	9hs as 9:50hs 10hs as 10:50hs 11hs as 11:50hs 14hs as 14:50hs 15hs as 15:50hs

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

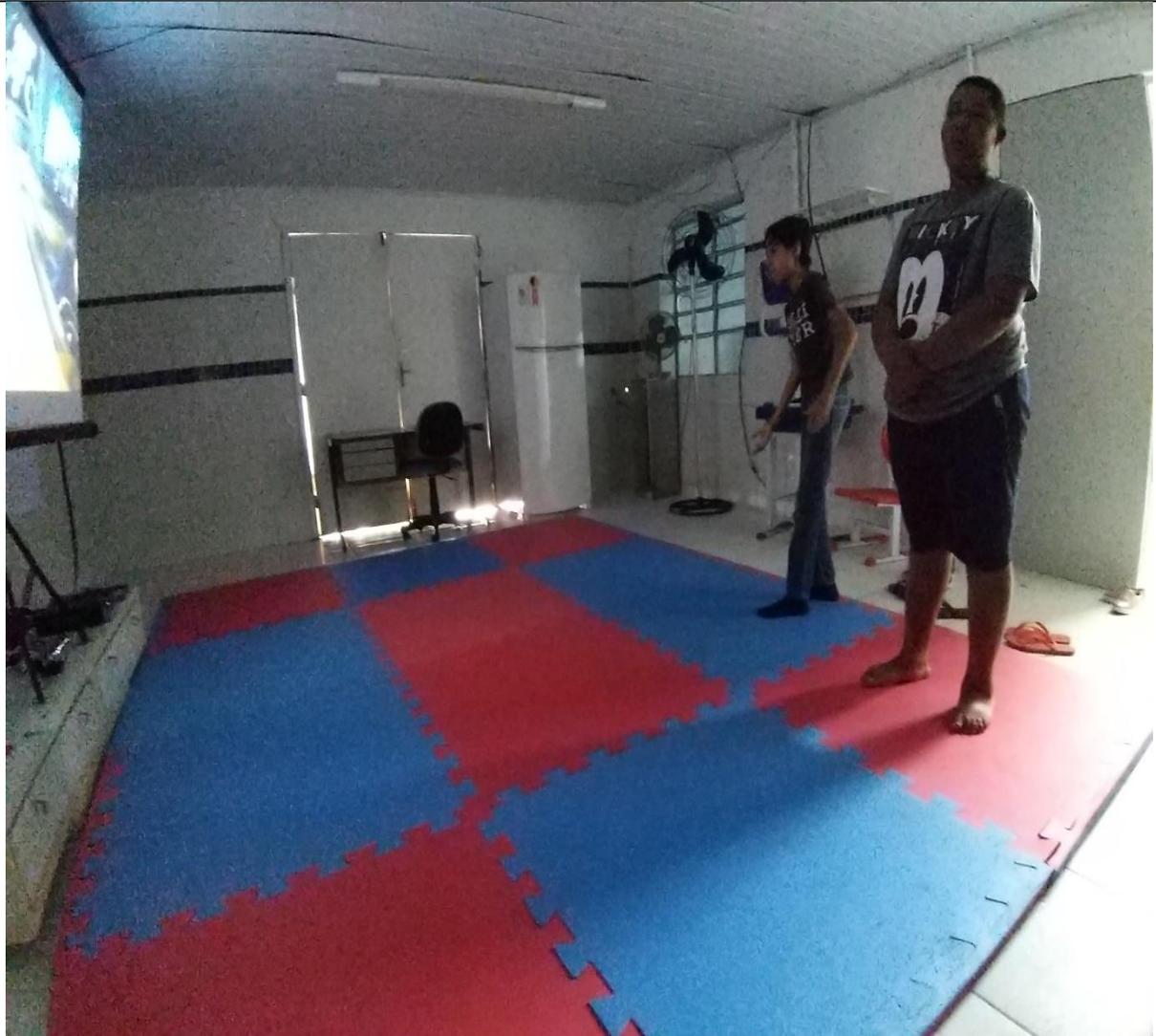
Karatê: Setembro Mês que antecede o XI Campeonato em Homenagem ao nosso Mestre Youshide Shinzato 10 Dan no Brasil e no Japão, foi colocado em prática o preparatório das Aulas de Kata (movimentos que mostram os movimentos do Karatê), e também Kumi-tê (Luta por pontos) que em 2020, será oficialmente dos Jogos Olímpicos no Japão.





Natação (prof. Thiago) Nace: Este mês foi aplicado o game terapia, Para que o trabalho não fosse interrompido. Na Game terapia conseguimos fazer o mesmo trabalho que vinha sendo feito na piscina, trabalho cognitivo, motor e a socialização da criança com outras crianças.





Escola Hilda Strenger Ribeiro: Com os Alunos do primeiro ano, os exercícios são voltados para respiração. Inspirar (fora da água) e expirar (dentro da água). Sempre visando á autonomia dos alunos.

Nesse mês colocamos nas aulas do primeiro ano, atividade com circuito dentro e fora da água, uma forma de fazer com que as crianças tenham mais autonomia e confia nas atividades que executam. Para todos os anos são passado no mínimo três exercícios para que eles possam aperfeiçoar sua técnica.

Depois dos conteúdos didáticos entramos com a parte lúdica da aula, onde passamos brincadeiras, jogos ou somente deixamos as crianças ficar pular na piscina.







Judô (prof. Denis): Na turma iniciante estamos com 3 faixas brancas que tem se dedicado muito bem nos treinos. As técnicas iniciais de desequilíbrio e amortecimento de quedas são os tópicos principais das aulas.....os primeiros golpes básicos já estão sendo trabalhados também. Para a turma dos graduados, as aulas estão voltadas para técnicas de chaves de braço (Kansetsu Waza) e estrangulamento (Shime Waza), com esses atletas as aulas estão voltadas para as técnicas de competição.



Natação (prof. Atila e Edson): Mês de Setembro na Escola Municipal Praia de Boracéia, onde continuamos os trabalhos com natação.

Condições ideais também no plano de trabalho, com todas as turmas definidas e divididas com o professor de Educação Física da Escola. 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.





Natação Paço Municipal: Fizemos diversas gincanas, como jogo da velha, contas simples de matemática tendo que buscar o resultado ao fundo da piscina, formar palavras com as letras flutuantes, passar por dentro dos arcos, buscar os bastões ao fundo da piscina.

Todas as dinâmicas contêm um embasamento aprendido durante as aulas, como flutuabilidade, respiração, apneia, saber sobreviver em situações de risco caso necessário.

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.

Projeto bem aceito, a cada aula vem novos alunos.





Alongamento: ALONGAMENTO - FUNDO SOCIAL DE SOLIDARIEDADE

No mês de Setembro manteve o mesmo ideal do mês anterior, visando aumento no condicionamento físico, e conseqüente prevenção de lesões. Conversamos bastante com os alunos sobre a importância de se manter uma alimentação saudável, principalmente nos dias de treino. O projeto caminhada manteve 15 quarteirões, a caminhada é um dos melhores exercícios para prevenção da hipertensão. O aluno tem relatado melhora significativa nos seus dias, isso é um bom sinal. Permanecemos Utilizando os halteres para melhorar capacidade muscular dos alunos, e aumentar amplitude dos movimentos, sempre trabalhando com música.





ALONGAMENTO - ESCOLA ERMÍNIO DE MORAES (INDAIÁ)

No mês de Setembro mantivemos o mesmo ideal do mês anterior, visando aumento no condicionamento físico e prevenção de lesões. Conversamos bastante com os alunos sobre a importância de se manter uma boa hidratação nos dias de treino. As alunas tem relatado melhora significativa nos seus dias. As aulas como sempre foram bem dinâmicas, com ginástica, acrescentando no treino, fizemos aulas de ginástica em dupla, para mudarmos um pouco o ambiente de exercícios. As alunas relataram que os treinos, tem feito muito bem para seus dias, e algumas em particular disseram, que conseguem dormir melhor



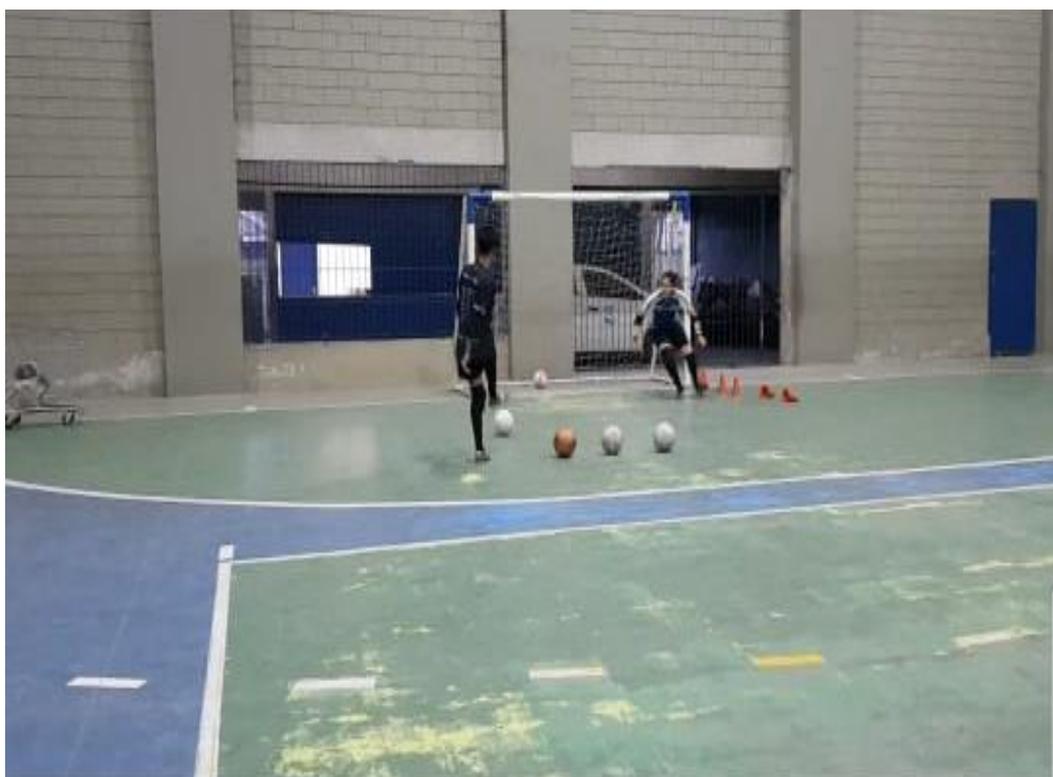


ALONGAMENTO - VILA DO BEM - No mês de Setembro mantivemos o ideal do mês anterior, visando melhora nas condições físicas, e conseqüente prevenção de lesões. Conversamos bastante com os alunos sobre a importância de se manter uma boa hidratação nos dias que antecedem o treino, intensificamos os alongamentos para membros superiores, através das aulas dinâmicas, com música, e exercícios em grupo. Durante as semanas dividimos os exercícios em: condicionamento, agilidade e equilíbrio. A melhora no condicionamento físico, é notável, a amplitude dos movimentos feita por elas, melhorou muito, e disseram que conseguem dormir melhor, em relação a diminuição das dores musculares ao executar.





Futsal (prof. Ligia): No mês de setembro, 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 sendo 1 contra 1, 2 contra 2 e 2 contra 1. No jogo propriamente dito foi inserido o objetivo de começar a se familiarizar com as situações de jogo e de posicionamento. Para as turmas avançadas foram trabalhados exercícios para aprimoramento de passe, recepção e finalização, e também conscientização do posicionamento em quadra, através de sistemas de rodízio e flutuação aplicados no jogo de futsal propriamente dito a partir da tática de posicionamento (3x1).





Capoeira (prof. Carlos Roberto): Neste mês de setembro no dia 22 realizamos um evento de nível internacional. Que foi a troca de graduação dos alunos do projeto da prefeitura com, programa Ginga sem Drogas do Grupo de capoeira Caravela Negra. Nossas aulas de capoeira tanto como na Vila do Bem da Vista Linda e Indaia. Executamos aulas de instrumentos, física e alongamento para pratica de capoeira. Todos os dias variados com instrumentos (birimbal, pandeiros, atabaques e outros).





Corrida e caminhada (prof. Gustavo): A atividade visa 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, exercícios de fortalecimento e por fim o alongamento final. Houve um aumento expansivo do número de alunos.





Futsal (prof. Lauri): Relatório das atividades de futsal dos polos da vila do bem e ginásio de esporte Alberto Alves. As atividades continuam acontecendo de forma satisfatória e com um bom número de participantes, neste mês trabalhamos muita a parte de coletivo, visando incluir muitos destes alunos em equipes que irão participar na copa Bertioga de futsal que dará início neste mês, nestas aulas corrigiu formas de marcação, ataque, definição ao gol entre outros aspectos, tudo na pratica. Aplicamos também a regra para que todos tenham um entendimento real da competição. A Copa Bertioga e um evento realizado pela prefeitura de Bertioga.





Handebol: Neste mês de Setembro busquei introduzir as atividades que visam a preparação física dos alunos para aperfeiçoamento de valências como velocidade, deslocamento e impulso. Continuamos também as atividades de aperfeiçoamento de habilidades como arremesso e deslocamento com a bola.



Muay-thai: O numero 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. Esse mês teve uma competição em São André, onde houve uma vencedora representando a Cidade de Bertiooga, Marcia Caroba, aluna nossa.





Judô (aula dada pelo prof Denis, no lugar da prof. Lucivânia): A aula tem o início de montagem ,comprimento, alongamento aquecimento parte técnica e randori no fim do treino alongamento comprimento e recolher os tatames.





Karatê (prof. Douglas): No ultimo dia 07 de Setembro realizamos o 1º Campeonato Interestadual de Karate na modalidade Kumite. Alguns alunos conseguiram a sua primeira medalha ou ate mesmo o seu troféu mas o melhor de tudo esta sendo o pós campeonato, devido a divulgação do mesmo muitos alunos nos vieram procurar para

fazer aulas e com isso esta cada vez mais aumentando os apaixonados pela arte marcial.





Canoagem: Neste mês de setembro teve muita incidência de chuva e variações de maré, prejudicando algumas aulas, principalmente das crianças. 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. Na aula das crianças a atividade é voltada para que gostem de exercícios de modo geral, não cobrando muito esforço e misturando uma parte lúdica.





Capoeira (prof. Rogério): Nesse mês demos sequência aos treinos na Vila do Bem e no Ginásio de Esporte agora com alunos estão gostando bem mais com mais tempo de aprendizagem e aproveitamento da aula , com duas horas consecutivas da tempo de fazer uma atividade mais completa e passar variações de movimentos e explicar qual a sua finalidade de cada um , e depois praticar nos últimos minutos de treino as movimentações na roda de capoeira essas são as atividades passadas nos treinos de quarta feira no Ginásio de Esporte.





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 municípios.

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
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
Elaine Bacellar Gaia	Monitor
Carlos roberto Borges	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.

Os relatórios originais encontra-se em arquivo na Diretoria de Esportes.

10 – Outras Considerações

São Paulo, 01 de Outubro de 2019.



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