



## RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES

Referência de Mês: 13 de Setembro de 2018 à 31 de Dezembro de 2018

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

<b>2- Representante Legal da OSC</b>
<b>Nome Completo:</b> Mozart Ladenthin Júnior

<b>3 – Técnico Responsável</b>
<b>Nome Completo:</b> Patricia Aparecida de Araujo Souza <b>Endereço:</b> Rua Mamoré, 39 – Jardim Santa Helena – Poá – CEP: 0553-610 <b>Telefone:</b> 11 97578-4589 <b>E-mail:</b> <a href="mailto:patyamovisha123@gmail.com">patyamovisha123@gmail.com</a>

<b>4 – Serviços da Parceria</b>
O Programa “Esporte e Cidadania” que tem como princípio contemplar ações de gerenciamento e a execução de várias modalidades esportivas descentralizadas em todo o território do município de Poá.

<b>4.1 – Dias e Horários de Funcionamento</b>		
<b>Atividade</b>	<b>Dias da Semana</b>	<b>Horários</b>
Basquetebol	Seg./ Ter/Quart/Quint/Sáb.	Seg/ Qua /Qui /Sáb: 14:00 às 16:00 Qua: 18:00 às 20:00 Qui: 14:00 às 16:00 / 18:00 às 20:00 Sábado: 08:00 às 13:00
Coreografia	Seg./Ter/Qua/Qui/Sex	Seg/Ter/Qua/Qui/Sex: 13:00 às 17:00
Exercícios Terapêuticos (Fabiana)	Seg./Ter/Qua/Qui	Seg/Ter/Qua/Qui: 07:00 às 12:00
Exercícios Terapêuticos (Renato)	Ter/Quatr/Qui	Ter/Qua/Qui: 7:00 às 10:00 / 14:00 às

		16:00 Qua: 07:00 às 17:00 Qui: 7:00 às 9:00 / 14 às 16
Exercícios Terapêuticos (Evelize)	Seg. / Ter / Quart / Qui / Sex	Seg / Ter / Qua / Qui / Sex Seg: 09:00 às 11:00 Ter: 07:00 às 8:00 / 13:00 às 16:00 Qua: 07:00 às 08:00 / 09:00 às 11:00 Qui: 13:00 às 16:00 Sex: 07:00 às 08:00
Futebol (José Sebastião)	Seg./Ter/Quart	Seg/Ter/Qua Seg: 08:00 às 10:00 / 10:00 às 12:00 / 13:00 às 15:00 / 15:00 às 17:00 / 19:00 às 21:00 Ter: 15:00 às 17:00 Qua: 08:00 às 10:00 / 10:00 às 12:00 / 13:00 às 15:00
Futebol (Thiago)	Seg. / Ter / Sex / Sáb	Seg / Ter / Sex / Sab Seg: 18:00 às 22:00 Ter: 18:00 às 22:00 Sex: 08:00 às 12:00 / 13:00 às 17:00 Sab: 08:00 às 12:00
Futebol (Nilton )	Seg./ Quart / Sex	Qua / Sex: 08:00 às 10:00 / 10:00 às 12:00 / 13:00 às 15:00 / 15:00 às 17:00
Ginástica (Paula)	Seg./Ter/Quar/Qui/Sex	Seg / Ter / Qua / Qui / Sex Seg/Qua/Sex: 07:00 às 10:00 10:00 às 12:00 Ter/ Qui: 18:00 às 20:30
Handebol (Felipe)	Ter/ Qui / Sáb	Ter/ Qui / Sáb Ter / Qui: 13:00 às 17:00 Sáb: 08:00 às 13:00
Jiu Jitsu (Marcos)	Seg. / Ter / Qua / Qui / Sex/Sáb	Seg / Ter / Qua / Qui / Sex Seg/Qua/Sex: 10:00 às 12:00 Seg: 15:00 às 17:00 Qua /Sex: 14:00 às 17:00 Ter/Qui/Sex: 20:00 às 22:00

<b>Judô</b> (Eduardo)	Seg. / Ter / Quart. / Qui / Sex	Seg / Ter / Qua / Qui / Sex Seg/Qua/Sex: 18:00 às 20:00 / 20:00 às 22:00 Ter/ Qui: 10:00 às 12:00 / 13:00 às 15:00
<b>Skate</b> (Leandro)	Ter/Qua/Qui	Ter/Qua/Qui Ter/ Qua: 09:00 às 12:00 / 13:00 às 17:00 Qui: 09:00 às 12:00 / 13:00 às 16:00
<b>Xadrez</b> (Mauricio)	Seg./Ter/Quar/Qui/Sext	Seg/Qua/Sex/Sab Seg/Qua: 10:00 às 14:00 / 15:00 às 18:00 Sex: 13:00 às 17:00 Sab: 14:00 às 16:00

#### 4.2 – Local de Realização do Serviço

<b>Atividade</b>	<b>Equipamento</b>
Basquetebol	Praça Antonio Sanches / Escola Jornalista Paulo Eduardo Olintho Redher / Ginásio de esportes Américo Franco
Coreografia	Cantinho da Melhor Idade
Exercícios Terapêuticos	Cantinho da Melhor Idade
Exercícios Terapêuticos	Cantinho da Melhor Idade
Exercícios Terapêuticos	Cantinho da Melhor Idade
Futebol	Renato Barbieri
Futebol	Renato Barbieri / A.A. Vila Varela
Futebol	A. A. Santa Cruz
Ginástica	Bosque Wilian Kiler / Nova Poá
Handebol	Praça Antonio Sanches / E. M. José Joaquim / Ginásio de esportes Américo Franco
Jiu Jitsu	Praça de Eventos
Judô	Praça de Eventos
Skate	Skate Park
Xadrez	Cantinho Melhor Idade / E.E Bertha Corrêa e Castro da Rocha / E. E. Benedita Garcia da Cruz Profa

#### 4.3 – Abrangência Territorial

O serviço de ação esportiva será ofertado aos usuários procedentes do município de Estância Hidromineral de Poá.

#### **4.4 – Público Alvo**

O serviço atende a população residente no município de Poá considerando a faixa etária a partir de 06 anos, para modalidades individuais e coletivas.

#### **4.5 – Objetivo Geral**

O objetivo geral do Programa é ampliação e oferta de oportunidade ao munícipe para participar de atividades esportivas, recreativas e de lazer, consubstanciada em ações específicas direcionadas a facilitar a inclusão socioeducativa, promover a saúde e a qualidade de vida, fomentar a prática esportiva, aprimorar a integração entre as diversas faixas etárias, descobrir novos talentos, além de possibilitar a reconstrução dos vínculos familiares e comunitários com o envolvimento da família nesse processo.

#### **4.6 - Metas Propostas**

Cada núcleo esportivo poderá ter no mínimo 01 (uma) e no máximo 10 (dez) turmas de uma mesma modalidade. São distribuídas 12 modalidades com a formação mínima de 15 participantes de acordo com a modalidade, com duração mínima de 20 aulas semanais, a duração mínima das aulas será de 01 (uma) hora e a periodicidade varia de acordo com a modalidade, atendendo aproximadamente 4.120 participantes nos diversos grupos.

#### **5 – Meta Alcançada**

Foram atendidos no período de 13 de Setembro de 2018 à 31 de Dezembro de 2018 **8.211** usuários.

#### **6 – Atividades Realizadas**

**Exercícios Terapêuticos:** Promoção e Reabilitação Física para Idosos, através das práticas de Hidroginástica e Exercícios Terapêuticos, Estímulos Cardiovasculares terrestres e aquáticos, exercícios terapêuticos aquáticos de intensidade controlada, recomendada pela sociedade brasileira de cardiologia, exercícios de mobilidade articular, força e equilíbrio dinâmico e estático. Todos esses métodos com objetivo de diminuir as comorbidades que assolam o público idoso. Foi aplicado também exercícios terrestres, que dão estímulos cardiovasculares e de flexibilidade aos praticantes, exercícios de hidroginástica terapêutica supervisionados, estímulos cardiovasculares e de flexibilidade, equilíbrio dinâmico e estático, prescrição de exercícios terapêuticos, supervisionados, aplicação de exercícios físicos de mmii e mmss, estímulos cardiovasculares e de flexibilidade, sendo esses terrestres e

aquáticos. As aulas encerraram dia 14/12, onde os instrutores estiveram em planejamento.

**Futebol:** Trabalho de iniciação, preparação para competições, inclusão social, incentivo a atividade física, Integração Social Esportiva estimulando os alunos a participarem em diversas atividade em grupos. Preparação das equipes tanto fisicamente quanto tecnicamente para o Campeonato Estadual Categorias Sub 11, 13, 15 e 17 e também Taça Condemat Sub 19. Treinamento de finalização, dribles, cruzamentos e passes em todas as Categorias, Integração Social Esportiva estimulando os alunos a participarem de diversas atividades em grupos, com testes de resistência e circuitos de agilidade. Preparação das equipes tanto física, quanto técnica para campeonatos. Tendo como objetivo também, levar o atleta a disciplina, Utiliza -se cones no momento da execução dos exercícios que seria como um jogador adversário, tentando evitar sequência da jogada. Dribles, controle de bolas, orientação teórica e prática. Os treinos encerraram dia 14/12, onde os instrutores estiveram em planejamento.

**Basquetebol:** Desenvolver a coordenação motora e resistência cardiorrespiratória dos alunos. Treinamento de todos os fundamentos da modalidade tais como, arremesso curto e longo, passes curtos, longos, picados e parabólicos, detalhamento da regra em geral. Preparação física e técnica na categoria sub 20 - feminino para os Jogos Abertos do Interior em São Carlos – SP. Treinamento de todos os fundamentos da modalidade tais como, arremesso curto e longo, passes curtos, longos, picados e parabólicos, detalhamento da Regra em geral, tendo como objetivo, o desenvolvimento das crianças nas atividades com caráter lúdico, participativo e alegre, atividades psicomotoras e controle de bola. Os treinos encerraram dia 14/12, onde os instrutores estiveram em planejamento.

**Judô:** Proporcionar aos alunos qualidade de vida, disciplina e iniciação a modalidade e preparação para competições. Ensinaamentos apurados de técnicas individualmente de cada aluno e coletivo. Preparação física e mental com a Filosofia do Judô. Ensinaamentos apurados de técnicas, equilíbrio e golpes específicos. Lutas em harmonia e respeito ao próximo. Aulas dedicadas ao tatame, com exercícios específicos, conjunto do tratamento hierárquico dos mesmos. As aulas encerraram dia 14/12, onde os instrutores estiveram em planejamento.

**Jiu-Jitsu:** Aprendizado das técnicas e regras da modalidade e preparação para competições. Iniciação, autoconhecimento corporal dos iniciantes no esporte, inclusão social e formação do caráter do cidadão. Atividades baseadas no movimento da modalidade de uma forma lúdica e recreativa. Aprendizado das técnicas e regras da modalidade e preparação para competições. Técnicas de solo, rolamento, deslocamento e projeções. Introdução de luta como forma de capacitação motora. Técnicas de rolamento, lateralidade, exercícios socioeducativos e trabalho em grupo. As aulas encerraram dia 14/12, onde os instrutores estiveram em planejamento.

**Ginástica:** Exercícios aeróbicos e localizados e proporcionar qualidade de vida para os alunos. Exercícios aeróbicos, alongamento e exercícios localizados com finalidade de proporcionar qualidade de vida aos alunos, superação de dificuldades individuais e trazer bem estar. Exercícios aeróbicos, alongamento, exercícios localizados e de flexibilidade, trazendo a quebra do sedentarismo e proporcionando qualidade de vida aos alunos. Exercícios de step, alongamentos, exercícios localizados e abdomens. As aulas encerraram dia 14/12, onde os instrutores estiveram em planejamento.

**Xadrez:** Treinamento para competição com aulas práticas, com situações de jogos reais. Apresentação das Regras e jogos especiais para alunos iniciantes. Treinamento para competições e situações reais de jogos. Treinamento para competição com aulas pratica com situações de jogos reais para alunos avançados que fazem parte da equipe que irá disputar os Jogos Abertos do Interior em São Carlos - SP no mês de Novembro. Treinos práticos, visando preparar os atletas para torneios internos e participação do torneio da APOESP, realizado na E.E Padre Simon. As aulas encerraram dia 14/12, onde os instrutores estiveram em planejamento.

**Handebol:** Desenvolver e conhecer a modalidade por espaço de jogo e regras. Desenvolver a modalidade de forma lúdica, atraindo a atenção para jogos adaptados e regras da modalidade. Visando sempre o conhecimento para os jogos. Desenvolvimento da modalidade através de jogos adaptados, com conversas e demonstrações de vídeos. Ensino de regras e técnicas em geral. Planejamento, montagem de treino, conversas ao final de cada treino. As aulas encerraram dia 14/12, onde os instrutores estiveram em planejamento.

**Skate:** Favorecer a saúde Física e ensino das crianças e adolescente a adaptação das regras Sociais. Exercícios de Equilíbrio, exercícios de fortalecimento e isometria de membros inferiores para melhoria de manobras em geral. Exercícios de Equilíbrio, a fim de obter evolução nas manobras. Ensino de regras e técnicas da modalidade. Deslocamento através do skate de um obstáculo para o outro, agachamento com o skate em movimento, técnicas em geral. Os treinos encerraram dia 14/12 onde os instrutores estiveram em planejamento.

**Coreografia:** Promoção e Reabilitação Física através da Dança. Apresentação das Regras e jogos especiais para alunos iniciantes. Promoção e Reabilitação Física através da Dança e alongamento muscular, com sequências e músicas específicas, formando assim uma coreografia destinada a apresentações e competições. Ensino de dança, textos e contextos. Exercícios terapêuticos, fundamentos e técnicos. As aulas encerraram dia 14/12 onde os instrutores estiveram em planejamento.

## **7 – Resultados Alcançados**

**Exercícios terapêuticos:** Participantes mostram-se cada aula mais dispostos, frisam melhoria nos afazeres, vão obtendo gradativamente qualidade de vida. Ao final de cada sessão é realizada uma explanação sobre os benefícios do programa de exercícios aplicados, hipertensão, diabetes, artrose, lombalgias, entre outras

patologias que acometem o público idoso, e em sua maioria os idosos praticantes das atividades propostas, relatam melhora do quadro algíco, e ou progressão da qualidade de vida. Participantes relatam avanços e melhoria na qualidade de vida, decorrente aos exercícios aquáticos praticados. Os resultados são apresentados em avaliações físicas, feitas anualmente e holístico. Todas as prescrições obedecem as diretrizes do American Heart association e sociedade brasileira de cardiologia e geriatria, os participantes relatam, por sua vez, grande melhora em relação a doenças como artrite, artrose, entre outras.



**Futebol:** Os resultados obtidos são satisfatórios, alunos com disposição, bom entendimento entre instrutor/aluno através de diálogos, desfazendo assim todas as dúvidas. Todos os fundamentos são bem aproveitados, alunos com objetivo de irem em busca de aprimoramento a cada treino. Evolução no quadro geral dos alunos iniciantes e também dos alunos de níveis avançados. Categoria Sub 15 venceu 2 jogos amistosos preparatórios para o Campeonato Estadual. Na estreia do Estadual empatou a primeira partida e perdeu a segunda partida. Já a categoria Sub 19 também venceu seus jogos amistosos e na primeira fase da Taça CONDEMAT se classificou com 2 vitórias e 1 empate, sendo assim a primeira colocada de seu grupo. Já a categoria Sub 11 e sub 13 perderam os seus dois primeiros jogos no Estadual. Os alunos demonstram interesse em aprender, mostrando-se dispostos e participativos. Alunos mostrando bastante interesse, motivação e desempenho. Em jogo amistoso realizado com a categoria sub 13 obtivemos vitória.





**Basquetebol:** Uma evolução satisfatória dos alunos iniciantes e também dos avançados. Vitórias importantes em alguns torneios e a Categoria Sub 15 feminina conquistou o título de um torneio realizado em São Paulo. Os alunos se mostraram mais estimulados a participar das aulas, se estabeleceram conexões entre os praticantes de basquetebol. Apresentam melhora de compreensão em relação a técnicas. Encontram-se participativos e interessados. Como esporte recreativo os alunos não tem dificuldades de praticar as atividades. Os alunos brincam, aprendem e começam a ter segurança para jogar o jogo de basquetebol, desenvolvendo assim suas habilidades individuais e em grupo, aprendendo e assimilando a convivência com outras pessoas e o desenvolvimento do trabalho em equipe.



**Judô:** Alunos interessados e com muita vontade de aprender, participativos, atentos em relação aos conhecimentos adquiridos nas aulas. Alunos com uma grande melhora em relação ao comportamento. Reconhecimento de evolução, qualidade de aprendizado e muita força de vontade por parte dos alunos. Evolução satisfatória dos atletas, os quais buscam sempre o melhor em cada treino, mostram-se confiantes e interessados no aprendizado.



**Jiu-Jititsu:** Interesse expressivo de todos alunos participantes. Os iniciantes empolgados com a descoberta de uma nova modalidade de arte marcial e procurando assimilar o melhor possível a evolução das técnicas em geral. De uma forma geral os alunos são extremamente participativos, ultrapassando todas as dificuldades motoras e cognitivas quando elas assim aparecerem. Os resultados foram extremamente satisfatórios em competições e torneios. Atletas com excelente nível técnico, obtendo bons resultados em competições.





**Ginástica:** Alunos participativos, realizando os exercícios e atividades, obtendo bons resultados. Apresentando melhora na qualidade de vida, os alunos relatam grande melhora em relação a problemas na respiração, uma melhor disposição no dia a dia, perda de peso, melhor flexibilidade, menos incômodos com dores localizadas devido à artrites e reumatismos, como também melhora em relação a distúrbios nervosos.





**Xadrez:** Alunos interessados na modalidade e com bastante empenho em aprender e em competir. Os alunos da Escola Bertha estão em fase inicial, suas primeiras experiências com a modalidade estão sendo satisfatórias. Alunos sempre focados em aprender a modalidade. Os alunos da escola Benedita fazem parte da equipe que representaram a cidade em campeonatos e fizeram sua preparação para os jogos abertos do Interior em São Carlos – SP. A equipe, sempre focada em conquistar vitórias com os alunos empenhados mostrando muita dedicação, conquistou medalha de prata nos jogos abertos. Demais alunos interessados na modalidade e com bastante empenho para competir. Já os Idosos alunos do Cantinho da melhor idade estão avançando no nível intermediário no xadrez.





**Handebol:** Resultados satisfatórios perante a participação e interesses dos alunos. Alunos mostram-se empenhados, havendo uma melhoria na concentração, pois também participam das aulas incentivando para uma melhora no desempenho dos filhos. Alunos interessados, mostrando ótimo desempenho, força de vontade e motivação, mostram grande interesse em aprender, tem aumentado o número de participantes.





**Skate:** Os alunos demonstram grande interesse em aprender a modalidade, participam das aulas, são comunicativos e atenciosos. Evolução nos níveis de manobras, equilíbrio, regras de diferentes níveis de competição e melhora no convívio coletivo dos alunos. Houve notável evolução dos participantes, ganho de equilíbrio e projeção nos obstáculos e fortalecimentos das técnicas. Os alunos apresentam um grande interesse, um bom desempenho, e ótimas habilidades sobre o skate mostrando maior agilidade e perícia.



**Coreografia:** Bom desempenho dos alunos, sempre interessados, explorando dúvidas ao decorrer das aulas, buscando sempre melhora individual e em grupo, superando as dificuldades aula a aula. Alunos interessados, participativos, demonstrando, de forma positiva, uma grande mudança em sua qualidade de vida. Aplicados, estão cada vez mais dispostos a aprender.



**8 – Profissionais que atuaram no serviço**

Nome Completo	Função
Paula Andrea Campos Pereira dos Santos	Professora de Ginástica
Marcos Anizio de Oliveira	Professor de Jiu Jitsu
Evelize Milsonne Silva	Professora de Exercícios terapêuticos
Renato Zorzi Leme	Professor de Exercícios terapêuticos
Fabiana Aparecida Souza Silva dos Santos	Professora de Exercícios terapêuticos
Bianca Lima Pinto	Professora de Coreografia
José Sebastião da Silva	Professor de Futebol
Thiago Luiz Arias Baio	Professor de Futebol
Nilton Santos Farias	Professor de Futebol
Eduardo Duarte de Araujo Alfenas	Professor de Judô
Mauricio Torres de Lima	Professor de Xadrez
Felipe Fernando Scaraficci Bento	Professor de Handebol
Rodislen Sanches Antunes	Professor de Basquetebol
Leandro Negrão Paiva	Professor de Skate

### **9 – Monitoramento e Avaliação dos Serviços**

Relatórios direcionados à Secretaria Municipal de Cultura e de Esportes referente às atividades realizadas, dificuldades encontradas e alcance de resultados;  
Reuniões com a equipe técnica de referência para avaliar a execução das ações e os resultados;  
Entrevista e questionário com os usuários;  
Avaliação do serviço com os usuários;  
Avaliação do serviço com equipe de referência;  
Acompanhamento das atividades desenvolvidas pela equipe técnica de referência nas unidades de execução

### **10 – Outras Considerações**

Os resultados obtidos, para os primeiros meses de execução do projeto, estão dentro das expectativas e metas estabelecidas no plano de trabalho. Com a participação ativa do público atendido, constituído de munícipes da Estância Hidromineral de Poá na faixa etária variável de 06 a 70 anos, os objetivos de ampliação e oferta de oportunidade ao munícipe para participar de atividades esportivas, recreativas e de lazer, consubstanciada em ações específicas direcionadas a facilitar a inclusão socioeducativa, de promover a saúde e a qualidade de vida, de fomentar a prática esportiva, de aprimorar a integração entre as diversas faixas etárias, de descobrir novos talentos, além de possibilitar a reconstrução dos vínculos familiares e comunitários com o envolvimento da família nesse processo estão sendo alcançados. A metodologia socioeducativa utilizada pelos instrutores no desenvolvimento e aplicação das atividades esportivas promovem a integração entre os atendidos bem como o incentivo à prática destas atividades, fomentando assim o descobrimento de novos talentos junto aos atletas praticantes das modalidades abrangidas pelo projeto, o que se comprova pelos resultados obtidos em competições oficiais, sejam eles individuais ou coletivos. A promoção da saúde e da melhora da qualidade de vida pode ser comprovada pelos relatos dos atendidos que atestam tais melhoras em suas condições físicas e de saúde, bem como uma melhor disposição para a realização de suas atividades diárias.

Poá, 31 de Dezembro de 2018



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

Mozart Ladenthin Junior  
Representante Legal