RELATÓRIO DE ATIVIDADES

Referência / Mês de Janeiro 2020

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)	Segunda Quarta e Sexta Terça, Quinta, Sábado.	9hs às 11:hs 14hs às 16hs
(Ginásio)	Segunda Quarta e Sexta	13hs às 16hs
Muay-thai (Vila do Bem)	Segunda Quarta e Sexta	9hs às 10hs 18hs às 19hs
(Ginásio)	Terça e Quinta	19hs às 21hs
Karatê (Vila do Bem)	Terça, Quinta	20hs às 22hs
Pedestrianismo (Vila do Bem) e Futsal	Terça, Quinta e Sábado.	8hs às 9hs 16hs às 17h
(Tenda)	Segunda Quarta e Sexta	7hs às 8hs 16hs às 17hs
(Ginásio)	Segunda Quarta e Sexta	8hs ás 12hs

Canoagem	Terça a Quinta Segunda á Sexta Terça e Quinta Segunda e Quarta	6hs ás 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 as17hs
Alongamento (Fundo Social) (Ermínio 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
Alongamento (Vl. Bem Boracéia)	Segunda á Sexta	8:30hs às 9:30hs 16:00hs ás 17:00hs
Futsal	Segunda, Quarta e Sexta	8:00hs às 12:00hs
Jiu-jitsu	Segunda, Quarta e Sexta	9:30hs as 11:30hs 14:00hs as 16:00hs

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.

Vila do Bem Indaiá

Vila do Bem Boracéia

4.2 – Abrangência Territorial

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

4.3 – Público Alvo

Munícipes 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

Alongamento (prof. Flavia): Atividades realizadas: alongamento muscular global, condicionamento físico para o desenvolvimento das capacidades físicas dos idosos

tais como, equilíbrio, coordenação motora e controle da marcha. Também são administradas atividades de sociabilização, conversas sobre alimentação, relaxamento e dança.

Futsal (prof. Ligia): As aulas são ministradas três vezes por semana, sendo segunda-feira, quarta-feira e sexta-feira. O grupo é composto por turmas com classificação variante entre atletas iniciantes, intermediárias e avançadas. No mês de janeiro, tivemos a adesão nas aulas diminuída por conta das férias (período em que as alunas em idade escolar viajam) e por conta da alta temporada (período em que as alunas adultas trabalham). No entanto, prosseguimos com os treinos normalmente e estabelecemos novas metas para o ano de 2020. Os fundamentos foram trabalhados em atividades e jogos pré-desportivos em todos os treinos e o jogo propriamente dito foi utilizado com adaptações de acordo com cada turma, utilizando espaço reduzido e traves menores.

Karatê (prof. Oswaldo): Em Janeiro as aulas foram para recuperação física, e com a maioria dos alunos já graduados os movimentos estão sendo com mais cobrança em Postura, pois além do Karatê japonês, ter como base a autodefesa, organização mental, tem também a postura que para muitos alunos, vem com problemas de dores lombares, pescoço, por se movimentar com hábitos desde sua infância. Por isso será cobrado muito esse semestre a correção dessa postura.

Alongamento (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.

O objetivo principal da atividade que é a melhora do condicionamento está sendo alcançado, assim também como outras melhorias como perda de peso, melhora da circulação sanguínea, fortalecimento dos músculos e ossos do corpo, melhora da postura corporal etc. As turmas estão divididas em duas, 7:00 e 8:00 da manhã. Estamos tentando atender o máximo de alunos possíveis por aula, as 2 turmas já tem fila de espera.
As atividades estão sempre lotadas.

Judô (Prof. Flavio Salazar): Estão sendo realizados exercícios de ginástica natural no aquecimento (início de treino) para estimular a coordenação motora e inteligência espacial dos alunos. Realizados também os trabalhos de:
Uchikomi (Repetições de golpes): Parado: das técnicas osoto gari, ouchi gari, uki goshi e ipon seoi nage. Foram trabalhados associação de golpes. Ou golpes combinados das técnicas acima mencionadas de forma a integrar os movimentos para luta. Foi realizado também o trabalho de luta de solo com as técnicas de tate shiho gatame e yoko shiho gatame, bem como a chegada às posições a partir da guarda e passando a guarda. Associado ao estudo de técnicas foi realizado Handoris (simulação de combates), para estimular a aplicação real das técnicas. Os alunos de maior graduação (acima da faixa azul) estão desenvolvendo uma maior noção de movimentação e aplicação real de técnicas enquanto os iniciantes estão

aprendendo as técnicas bases e os ukemis (técnica de amortecimento de queda) para trás, frente, lado e em rolamento.

Av. Gal. Lamartine, 2G – CEP: 03541-110 – Vl. Matilde – São Paulo – SP – Tel 11 2684-0980 Fax: 11 2129-6992
E-mail: infap.org@hotmail.com

Av. Gal. Lamartine, 2G – CEP: 03541-110 – Vl. Matilde – São Paulo – SP – Tel 11 2684-0980 Fax: 11 2129-6992
E-mail: infap.org@hotmail.com

Natação Paço (Profs: Denis, Graziella e Matheus): Durante esse período de férias escolares recebemos as crianças da escola Inácio Hora do projeto reforço de férias, com idades de 7 a 10 anos, foram três turmas por dia, vindo ao período da manhã, através do ônibus escolares, as crianças gostaram muito, foi um momento de descontração para eles. Foi realizado um trabalho de adaptação ao meio líquido, respiração, bater perna segurando na borda da piscina, utilizando o macarrão.
Em paralelo vem ocorrendo o projeto braçadas para vida normalmente.
Para os alunos novos iniciamos com fundamentos básicos e vivência ao meio liquida. 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.
Com alguns alunos já avançados que já chegaram sabendo nadar, vem sendo feito um trabalho diferenciado, de aperfeiçoamento das braçadas, melhorando a respiração, fazendo mais nados sem pranchinha para ganho de resistência.

Av. Gal. Lamartine, 2G – CEP: 03541-110 – Vl. Matilde – São Paulo – SP – Tel 11 2684-0980 Fax: 11 2129-6992
E-mail: infap.org@hotmail.com

ALONGAMENTO - FUNDO SOCIAL DE SOLIDARIEDADE: No mês de Janeiro retornamos as nossas atividades de maneira leve, aplicando exercícios que exigem maior mobilidade articular, e mantivemos em cada posição um tempo maior de isometria, em cada exercício executado. Conversamos bastante com os alunos sobre a importância de retomarmos as atividades de maneira progressiva, para não perdermos o ritmo que adquirimos com nossos treinos. Os alunos tem relatado melhora significativa nos seus dias, 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. A carga horária é de 2 horas por dia.

Av. Gal. Lamartine, 2G – CEP: 03541-110 – Vl. Matilde – São Paulo – SP – Tel 11 2684-0980 Fax: 11 2129-6992
E-mail: infap.org@hotmail.com

ALONGAMENTO – Vila do Bem Indaiá

No mês de Janeiro retornamos as nossas atividades de maneira leve, aplicando exercícios que exigem maior mobilidade articular, e mantivemos em cada posição um tempo maior de isometria, em cada exercício executado. utilizamos a quadra de society para exercícios funcionais, bem como abdominais, para dar maior estabilidade e sustentação corporal. Conversamos bastante com os alunos sobre a importância de retomarmos as atividades de maneira progressiva, para não perdermos o ritmo que adquirimos com nossos treinos. Os alunos tem relatado melhora significativa nos seus dias, utilizamos bastante os exercícios na cadeira sempre utilizando música para estimular. Permanecemos Utilizando os tatames para os exercícios de abdomem. Não houve nenhum caso mais grave, que necessitasse de maior atenção no que se refere a qualidade física.
A carga horária é de 2 horas por dia.

Av. Gal. Lamartine, 2G – CEP: 03541-110 – Vl. Matilde – São Paulo – SP – Tel 11 2684-0980 Fax: 11 2129-6992
E-mail: infap.org@hotmail.com

Av. Gal. Lamartine, 2G – CEP: 03541-110 – Vl. Matilde – São Paulo – SP – Tel 11 2684-0980 Fax: 11 2129-6992
E-mail: infap.org@hotmail.com

ALONGAMENTO - VILA DO BEM (Vista Linda): No mês de Janeiro retornamos as nossas atividades de maneira leve, aplicando exercícios que exigem maior mobilidade articular, e mantivemos em cada posição um tempo maior de isometria, em cada exercício executado. Conversamos bastante com os alunos sobre a importância de retomarmos as atividades de maneira progressiva, para não perdermos o ritmo que adquirimos com nossos treinos. Os alunos tem relatado melhora significativa nos seus dias, 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.
A carga horária é de 2 horas por dia

Av. Gal. Lamartine, 2G – CEP: 03541-110 – Vl. Matilde – São Paulo – SP – Tel 11 2684-0980 Fax: 11 2129-6992
E-mail: infap.org@hotmail.com

Natação (Nace): No mês de Janeiro aulas de natação no NACE ocorreram normalmente. As aulas de natação têm como objetivo trabalhar o cognitivo o motor e a socialização dos alunos.
Neste mês, em algumas aulas pedi pra que os alunos pegassem todos os objetos que estavam boiando na piscina e tentassem acertar o máximo de objetos dentro do cesta de basquete.
Para dificultar, disse que havia um tempo para realizar essa tarefa, fazendo com que eles se organizassem entre eles, para poder executar a tarefa dentro do tempo.
Depois que terminaram essa tarefa, perguntei quem gostaria de pular da borda da piscina. E para minha surpresa todos os que estavam fazendo aula, pularam.
Depois de todas as tarefas eu fiz um pega-pega dentro da piscina, e disse que quem estivesse segurando a bolinha azul não podia ser pego, conforme a brincadeira ia acontecendo eu sempre ia mudando o objeto que podia segurar para ser salvo.
Ex: bolinha azul, bolinha vermelha, golfinho, siri amarelo etc.
As turmas no NACE geralmente são formadas por no máximo quatro alunos, dependendo do grau de autismo de cada criança.

Natação (profs. Giovanna e Thiago): Escola Escola Municipal Hilda Strenger Ribeiro.

Neste mês de Janeiro, nos iniciamos o projeto de verão que vem acontecendo desde janeiro do ano passado.

O projeto de verão tem como objetivo continuar com as aulas de natação e atender aos alunos da escola Hilda Strenger Ribeiro. Neste mês tivemos também a Ação Educativa de Férias. Essa ação consiste em atender alunos de escolas próximas ao Hilda Strenger Ribeiro.

Na primeira semana de janeiro que foi do dia 6 até o dia 10, as aulas aconteceram de segunda a sexta feira, nos períodos da manhã das 8:40h até as 15:30h da tarde.

Já na segunda semana em diante de janeiro, as aulas aconteceram de segunda a quinta feira. Das 8:40h ate as 15:30.

O conteúdo aplicado aos alunos de outras escolas que nunca fizeram aulas de natação, foram os fundamentos básicos da natação.

Ex: respiração, pernas, respiração + pernada.

Para os alunos mais avançados, continuamos com os trabalhos de braças + pernadas + respiração.

Assim como vinha acontecendo no período letivo, todo final de aula os professores sempre passam uma brincadeira ou um desafio para os alunos

Av. Gal. Lamartine, 2G – CEP: 03541-110 – Vl. Matilde – São Paulo – SP – Tel 11 2684-0980 Fax: 11 2129-6992
E-mail: infap.org@hotmail.com

Capoeira (prof. Rogério): Venho por meio deste relatar a atividades aplicada aos alunos do Ginásio de Esporte e Vila do Bem de Boracéia da modalidade capoeira.

Estamos dando início ao Projeto Capoeira depois de uma férias de descanso, e o retorno sempre é mais lento devido algumas crianças estarem viajando e outras naquele espírito ainda de férias, mas voltamos com tudo aos treinos dando continuidade ao trabalho realizado ao ano passado trabalhando com os alunos os focos principais da capoeira que é as movimentações de ataque e defesa, musicalidade e instrumentação junto com as atividades de exercícios físicos com muito exercício de flexibilidade e fortalecimento muscular para uma boa melhora nos movimentos da Capoeira Arte Cultura Brasileira.

No Ginásio de Esporte alguns alunos já retornaram aos treinos, tivemos algumas informações de alunos novos e esperando o retorno daquele que estão viajando .

Já na Vila do Bem de Boracéia estamos no processo de inscrição de novos alunos para esse ano de 2020

Av. Gal. Lamartine, 2G – CEP: 03541-110 – Vl. Matilde – São Paulo – SP – Tel 11 2684-0980 Fax: 11 2129-6992
E-mail: infap.org@hotmail.com

Natação (prof. Edson e Atila): Mês de Janeiro de 2020 na Escola Municipal Praia de Boracéia, onde realizamos os trabalhos com a natação no período das férias escolares com turmas específicas. Na parte da manhã com os alunos do projeto de férias de reforço escolar com 3 turmas e a no período da tarde com 4 turmas montadas com alunos de diferentes séries e anos a critério da direção escolar devidamente autorizados pelos pais. Boas condições da água da piscina para realização das aulas. Contamos apenas com um vestiário pois um deles está sendo utilizado como depósito de materiais de toda a escola. Ainda estamos com algumas bordas de azulejo faltando na piscina, isso pode machucar os alunos, pois utilizamos muito as bordas principalmente com os menores**.**

Os alunos estão comparecendo nos horários corretos e estamos observando uma grande evolução nos movimentos e nas técnicas destes que estão participando do projeto. Estamos recebendo também os alunos da Emeif José Carlos Buzinaro que fica no Bairro de Guaratuba. Os alunos tem muita facilidade de aprendizado e na sua maioria já apresentam uma boa técnica dentro d´água talvez pela proximidade do rio em seu bairro.

Estamos sem toucas, os óculos também estão em péssimas condições pois são muito frágeis.

Diversas atividades estão sendo realizada de múltiplas formas, unilateral e bilateral para que os alunos não caiam na rotina e tenham mais motivação para as aulas.

Av. Gal. Lamartine, 2G – CEP: 03541-110 – Vl. Matilde – São Paulo – SP – Tel 11 2684-0980 Fax: 11 2129-6992
E-mail: infap.org@hotmail.com

Handebol : A atividade ministrada visa o aprendizado da modalidade Handebol e é realizado todas as segundas, quartas e sextas das 19 às 21hs. Há aproximadamente 35 alunos com idades que variam de 10 à 38 anos e a categoria é mista. Todas as aulas são ministradas atividades como alongamento e aquecimento dos alunos além de atividades que visam o aprendizado e aperfeiçoamento de habilidades ligadas ao handebol. Neste mês de Janeiro foi um mês sempre mais difícil devido às férias e a temporada na região. A frequência dos alunos foi bem variante, mas as coisas estão normalizando devagar. Devido a isso não consegui iniciar as atividades que eu havia planejado por este mês, mas trouxe algumas atividades coletivas e que visam à parte defensiva do jogo. Neste mês de fevereiro tenho a intenção de colocar em prática o planejamento feito por mim no começo do ano. Vou aprofundar as atividades técnicas visando à parte defensiva, trazendo para a parte prática, ou seja, no jogo coletivo. Outras valências como passe, deslocamento e arremesso ao gol também serão ministrados. Assim como salientado anteriormente, a frequência nas aulas foi oscilante, mas houve adesão a atividade de alunos novos. Espero que este mês de fevereiro seja diferente neste aspecto de frequência.

Av. Gal. Lamartine, 2G – CEP: 03541-110 – Vl. Matilde – São Paulo – SP – Tel 11 2684-0980 Fax: 11 2129-6992
E-mail: infap.org@hotmail.com

Muay-thai: Neste mês de Janeiro, estamos com poucas frequências de alunos, tanto no ginásio como na Vila do Bem chácaras, por conta das férias escolares, muitos estão viajando.

Av. Gal. Lamartine, 2G – CEP: 03541-110 – Vl. Matilde – São Paulo – SP – Tel 11 2684-0980 Fax: 11 2129-6992
E-mail: infap.org@hotmail.com

Futsal (prof. Guilherme): O trabalho no mês de Janeiro na modalidade futsal, foi com ênfase na correção e melhora no posicionamento em quadra em situação de jogo. Aprimoramento dos fundamentos básicos: passe, domínio, condução de bola e finalização.
Categoria sub-8 foi trabalhado fundamentos como: passe, domínio e condução de bola. Parte final um coletivo para organização das movimentações em quadra.
Categoria sub-10 foi trabalhado fundamentos como: passe, domínio e condução de bola. Parte final um coletivo para organização das movimentações em quadra.
Categoria sub-12 foi trabalhado o posicionamento em quadra, situações de jogo, passes, domínio, condução de bola, cobrança ensaiadas de laterais e jogos coletivos, correção de marcação, correção de contra ataque, aperfeiçoar o passe final, aperfeiçoar a finalização.
Categoria sub-14 foi trabalhado o posicionamento em quadra, situações de jogo, passes, domínio, condução de bola, cobrança ensaiadas de laterais e jogos coletivos, correção de marcação, correção de contra ataque, aperfeiçoar o passe final, aperfeiçoar a finalização.

Av. Gal. Lamartine, 2G – CEP: 03541-110 – Vl. Matilde – São Paulo – SP – Tel 11 2684-0980 Fax: 11 2129-6992
E-mail: infap.org@hotmail.com

Jiu-Jitsu: Mês de Janeiro, devido férias escolares e alta temporada no litoral, na maior parte dos treinos, não compareceu nenhum aluno, em alguns desses dias e horários de aula, foi realizado pelo professor e coordenação do espaço reuniões sobre ideias para captação de novos alunos e confecções de informativos sobre as atividades fornecidas pelo local e seus benefícios.

Houve aula somente no dia 20/01 no qual foi passado aquecimento leve, técnicas de imobilização e submissão e algumas simulação de combate(luta).

Av. Gal. Lamartine, 2G – CEP: 03541-110 – Vl. Matilde – São Paulo – SP – Tel 11 2684-0980 Fax: 11 2129-6992
E-mail: infap.org@hotmail.com

Canoagem: As aulas de canoagem são voltadas para adultos e crianças de segunda a quinta às 06h, 07h e 08h no período da manhã e 16h, 17h e18h na parte da tarde, sendo a saída ao lado do forte São João para todos os horários.
Aulas são ministradas com canoas OC6 (para seis remadores), OC2 (para dois remadores) e OC1 (para um remador).
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 de cada um.
Neste mês de janeiro volta as aulas treinos técnico, relembrando os movimentos da remada. Com a maioria dos treinos executados no canal de Bertioga. A frequência dos alunos tem aumentado por conta do verão.

Av. Gal. Lamartine, 2G – CEP: 03541-110 – Vl. Matilde – São Paulo – SP – Tel 11 2684-0980 Fax: 11 2129-6992
E-mail: infap.org@hotmail.com

Futsal (prof. Lauri): Relatório de atividade de futsal nas categorias masculinas e femininas nos polos, Vila do Bem e Ginásio Alberto Alves, sendo que feminino só na Vila do Bem.
Neste mês as atividades ocorreram de forma normal, apenas com um número menor de participantes devido o período de férias, estes mês muitos de nossos alunos participaram do campeonato de futebol de areia realizado pela prefeitura de Bertioga, devido esta circunstancia dei ênfase para o jogo coletivo.

Av. Gal. Lamartine, 2G – CEP: 03541-110 – Vl. Matilde – São Paulo – SP – Tel 11 2684-0980 Fax: 11 2129-6992
E-mail: infap.org@hotmail.com

Judô (prof. Lucivania): Neste mês de janeiro alguns alunos estão trabalhando no temporário e outros estão viajando. Para os alunos que estão indo treinar tivemos uma corrida de vinte minutos, alongamento, aquecimento, randori e estudando para o exame de faixa. Arrumando postura comprimento e fazendo alguns golpes de sacrifício.

UTSURI-GOSHI; utsuri = transferir e goshi = quadril

YOKO-OTOSHI; queda lateral, coloque o pé esquerdo na lateral externa do pé direito do uke(o que recebe o golpe)

SUKUI-NAGE; golpe catado de mão e braço

TANI-OTOSHI; e um contra golpe deslize uma perna atrás do uke fazendo a função de calço para projeta-lo

SODE-TSURI-KOMI-GOSHI; com as mãos nas manga do adversário entra com o cotovelo debaixo da axila do adversário

Imobilizações;

YOKO-SHIHO-GATAME, KATA-GATAMI, UDE-GARAMI,SANKAKU-JIME,JUGI-GATAMI

No fim dos treinos alongamento comprimento e recolher os tatames.

Av. Gal. Lamartine, 2G – CEP: 03541-110 – Vl. Matilde – São Paulo – SP – Tel 11 2684-0980 Fax: 11 2129-6992
E-mail: infap.org@hotmail.com

Judô: Iniciamos as atividades de 2020 com treinos de recuperação. Devido ao período de férias os alunos estão retornando aos poucos. Os treinos estão baseados em utchikomis (entradas de golpes), e aprimoramento físico.
Tive a oportunidade de levar o aluno mais graduado (Fabio) no 2º shotyugueiko que aconteceu no Guarujá.
O Shotyugueiko é o primeiro treino intensivo que reúne os atletas que tem como objetivo as competições!!

Av. Gal. Lamartine, 2G – CEP: 03541-110 – Vl. Matilde – São Paulo – SP – Tel 11 2684-0980 Fax: 11 2129-6992
E-mail: infap.org@hotmail.com

Av. Gal. Lamartine, 2G – CEP: 03541-110 – Vl. Matilde – São Paulo – SP – Tel 11 2684-0980 Fax: 11 2129-6992
E-mail: infap.org@hotmail.com

Capoeira (prof. Carlos): No mês de janeiro, polos Vila do Bem Vista Linda e Vila do Bem Jardim Indaiá, as aulas ministradas terças e Quintas das 6 horas às 9 horas segunda quarta e sexta das 7 horas às 10 horas. O objetivo geral movimentação e história da prática da capoeira, objetivo específico movimentações propriamente dita da prática da capoeira alongamentos e aquecimento com movimentos funcionais para a prática do esporte. aulas de instrumentações e fundamentos básicos do esporte,

Nos finais de cada aula sempre há uma volta calma com reflexão sobre a aula e agradecimentos e orações.

Av. Gal. Lamartine, 2G – CEP: 03541-110 – Vl. Matilde – São Paulo – SP – Tel 11 2684-0980 Fax: 11 2129-6992
E-mail: infap.org@hotmail.com

Karatê (prof. Douglas): Pólo Vista-Linda (Vila do Bem,Chácaras),Venho por meio deste informar que neste polo além de passar a todos os alunos parte de condicionamento físico pois e essencial para o desenvolvimento da arte marcial assim como todo o esporte.
Neste polo como sofre um pouco com os períodos de chuvas estamos tendo a volta dos alunos nos alunos nas aulas, pois o numero tinha ficado um pouco abaixo do que vínhamos tendo.
_Indaiá (Vila do Bem) Neste polo diferente do polo a cima o número de alunos permanece com o numero de alunos bem significativo e com isso estamos trabalhando condicionamento físico, movimentações da arte marcial e vou incluir para os alunos a defesa pessoal com técnicas variadas.
- Centro (Ginásio de Esportes)_Este polo è onde estamos tendo mais procura, temos três horários e todos os três e principalmente do da manhã a procura e maior e estamos fazendo atendendo a todos e dando a devida atenção aos iniciantes.

Av. Gal. Lamartine, 2G – CEP: 03541-110 – Vl. Matilde – São Paulo – SP – Tel 11 2684-0980 Fax: 11 2129-6992
E-mail: infap.org@hotmail.com

Av. Gal. Lamartine, 2G – CEP: 03541-110 – Vl. Matilde – São Paulo – SP – Tel 11 2684-0980 Fax: 11 2129-6992
E-mail: infap.org@hotmail.com

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
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
Atilla 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
Flavia Varini Chamelete	Monitor
Flavio Jorge de Carvalho	Monitor
Paulo Hideo Nishimoto	Monitor
Guilherme Bispo	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.

O relatório original encontra-se em arquivo na Diretoria de Esportes.

10 – Outras Considerações

São Paulo, 31 de Janeiro de 2020.

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

Av. Gal. Lamartine, 2G – CEP: 03541-110 – Vl. Matilde – São Paulo – SP – Tel 11 2684-0980 Fax: 11 2129-6992
E-mail: infap.org@hotmail.com