



# ASSOCIAÇÃO CRESCENDO PARA O FUTURO

Associação Desportiva, Recreativa, Educacional e Cultural  
Rua Angelina Baitz dos Santos, 82, Jd Canaã, Limeira/SP  
Telefone: 19 34514378  
CNPJ: 32.416.447/0001-32  
 Associação Crescendo para o Futuro

## PLANO DE TRABALHO – ITEM 12 do Edital Nº 01/2024

**Objeto: Jiu Jitsu Masculino e Feminino**

<b>1. DADOS GERAIS DA OSC</b>	
Nome: ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA RECREATIVA EDUCACIONAL E CULTURAL CRESCENDO PARA O FUTURO	
CNPJ: 32.416.447/0001-32	
Endereço: R: Angelina Baitz dos Santos, nº 82	CEP: 13486-711
Bairro: Jd. Canaã	Ponto de referência:
Telefone (s): (19) 3451-4378	Email: associaçãocrescendoparaofuturo@gmail.com
Pág. Web: www.crescendoparaofuturo.org	UF: SP Limeira
<b>2. IDENTIFICAÇÃO DO RESPONSÁVEL LEGAL PELA OSC (PRESIDENTE)</b>	
Nome: MARCIO [REDACTED]	
Nº CPF [REDACTED]	Nº RG [REDACTED]
Mandato da diretoria: 1 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2024.	
Cargo: Presidente	
Endereço [REDACTED]	CEP: [REDACTED]
Bairro [REDACTED]	
Telefones [REDACTED]	Email: marciokawatapersonal@gmail.com
Cidade de residência: Limeira	UF: SP

<b>3. IDENTIFICAÇÃO DO RESPONSÁVEL TÉCNICO PELO PROJETO</b>	
Nome: ADRIEN [REDACTED]	
Área de Formação: EDUCAÇÃO FÍSICA	
Nº do Registro do Conselho Profissional [REDACTED]	
Telefone [REDACTED]	Email: adrienroberto2014@gmail.com
<b>4. OUTROS PARTICIPES PLANO DE TRABALHO</b>	
NÃO SE APLICA	

*Handwritten signatures and initials in blue ink.*



## OBJETO: JIU JITSU MASCULINO E FEMININO

### Descrição do objeto:

Projeto de formação esportiva na modalidade jiu jitsu feminino e masculino, a serem executados em no mínimo 03 (três) equipamentos esportivos públicos e abertos à comunidade de forma gratuita, sendo que, as equipes de rendimento poderão realizar os treinamentos em instalações próprias caso possua e, no caso de problemas de manutenção ou reformas das instalações públicas utilizadas, a realização das atividades de formação esportiva deverão ocorrer em instalações próprias ou parceiras da entidade, atendimento a partir dos 07 anos na fase de iniciação com realização de no mínimo 08 (oito) aulas semanais com duração mínima de uma hora cada, do primeiro ao último dia de cada mês da vigência do termo de fomento, de acordo com o item 19.1 do presente edital, divididas em 02 (dois) períodos, podendo ser manhã e tarde, manhã e noite ou tarde e noite, de acordo com diretrizes a serem Estabelecidas pela Secretaria Municipal de Esporte e Lazer e, sequencialmente, realizar atividades nas fases de treinamento e formação de equipe de rendimento para participação de competições oficiais, inclusive representando o município em eventos de acordo com convocação da Secretaria Municipal de Esporte e Lazer.

### .5. DESCRIÇÃO DA REALIDADE

#### INTRODUÇÃO

Para Almeida e Rose [1] o esporte desempenha um importante papel na formação do homem e da vida em sociedade, como matriz de socialização e transmissão de valores, forma de sociabilidade moderna, além de instrumento de educação e saúde. O esporte tem sido apontado como uma importante ferramenta de disseminação de valores éticos e morais, como a socialização, a cooperação, a solidariedade, a disciplina, o espírito de equipe e tantos outros, fundamentais para a formação integral de uma pessoa [2] e também uma poderosa ferramenta de transformação social, reconhecido e recomendado pela Organização das Nações Unidas em seu documento intitulado "Esporte para o Desenvolvimento e a Paz" [3]. Além disso, o esporte como fenômeno do movimento corporal é fundamental para o desenvolvimento das habilidades motoras e capacidades físicas, sobretudo, nas crianças e adolescentes. A prática esportiva também é uma efetiva forma de se manter fisicamente ativo, evitando assim o sedentarismo e suas co-morbidades, como por exemplo, as doenças cardiovasculares e a obesidade.

Dessa forma, acreditamos que o JIU JITSU possa ser uma modalidade esportiva que preenche todos os requisitos acima citados para o desenvolvimento integral do indivíduo, como valores éticos e morais, socialização, cooperação, solidariedade, disciplina e espírito de equipe.

#### REFERÊNCIAS

1. ALMEIDA, M. A. B.; ROSE, D. Fenômeno Esporte: relações com a Qualidade de Vida. In: Roberto Vilarta; Gustavo Luis Gutierrez; Maria Inês Monteiro. (Org.). Qualidade de Vida: Evolução dos conceitos e práticas no século XXI. 1ed. Campinas: IPES, 2010, v. 1, p. 11-18.
2. NAÇÕES UNIDAS NO BRASIL. Esporte para o Desenvolvimento e a Paz. Publicado pelo grupo de trabalho interagencial da ONU no Brasil, 2016. Disponível em: <http://unesdoc.unesco.org/images/0024/002443/244329POR.pdf>.
3. FUNDAÇÃO VALE E UNESCO. Valores no esporte, 2013. 42p. Disponível em: <http://unesdoc.unesco.org/images/0022/002250/225003POR.pdf>.

3

**6 - DESCRIÇÃO DE METAS QUANTITATIVAS, PARÂMETROS DE AFERIÇÃO E PERIODICIDADE:** (Descrever as metas quantitativas a serem atingidas em relação as atividades de iniciação, treinamento e rendimento esportivo e/ou outras atividades, de acordo com o projeto a ser executado, parâmetros para aferição das metas e a periodicidade da aferição).

Metas quantitativas	Parâmetros de aferição	Periodicidade
Atender 66 jovens a partir de 07 anos de idade	ficha de inscrição e controle de frequência.	mensal
Ensinar os 4 fundamentos básicos do Jiu Jitsu e suas técnicas.	plano de aula e relatório de avaliação observacional dos professores	mensal
Promover 2 festivais de Jiu Jitsu, um a cada semestre do ano	fotos, filmagens, relatório de participação e de atividades.	A cada evento
<b>Rendimento Esportivo</b>		
Atender 20 participantes a partir de 12 anos de idade	ficha de inscrição e controle de frequência.	semanal
Ensinar 4 técnicas avançadas do JIU JITSU.	plano de treinamento e relatório de avaliação observacional dos técnicos	3 meses
Participar de pelo menos 08 competições oficiais durante o ano	Documento comprobatório de inscrição da equipe na competição.	A cada evento

**6.1 - DESCRIÇÃO DE METAS QUALITATIVAS, PARÂMETROS DE AFERIÇÃO E PERIODICIDADE:** (Descrever as metas qualitativas a serem atingidas em relação as atividades de iniciação, treinamento e rendimento esportivo e/ou outras atividades, de acordo com o projeto a ser executado, parâmetros para aferição das metas e a periodicidade da aferição).

Metas qualitativas	Parâmetros de aferição	Periodicidade
Aperfeiçoar progressivamente o desenvolvimento do Jiu Jitsu com o objetivo do aperfeiçoamento técnico, tático e físico	ficha de avaliação técnica desenvolvida pela equipe técnica e relatório de avaliação observacional dos professores.	trimestral
Aperfeiçoar o desenvolvimento motor dos participantes através das habilidades motoras básicas exigidas no JIU JITSU, aprimorar os reflexos a tenacidade, agilidade, força, resistência, flexibilidade,	ficha de avaliação técnica desenvolvida pela equipe técnica e relatório de avaliação observacional dos professores.	trimestral

*[Handwritten signatures and marks]*

4

melhorar a capacidade cardiorespiratória dos participantes		
Aperfeiçoar o desenvolvimento de todas as capacidades físicas e do condicionamento físico dos participantes através dos movimentos exigidos nos treinos de JIU JITSU	ficha de avaliação técnica desenvolvida pela equipe técnica e relatório de avaliação observacional dos professores.	trimestral
Impactar positivamente os valores morais, o civismo, a conscientização de princípios sócioeducativos e o rendimento escolar do participante.	análise de boletins escolares de maneira periódica e entrevista semi-estruturada com os responsáveis sobre os aspectos sociais e morais do participante.	trimestral
<b>RENDIMENTO ESPORTIVO</b>		
Aperfeiçoar e desenvolver progressivamente as técnicas avançadas do JIU JITSU	ficha de avaliação técnica desenvolvida pela equipe técnica e relatório de avaliação observacional dos professores.	Semestral
Melhorar o rendimento esportivo em competições	análise dos resultados obtidos em competição.	Semestral
Representar o município em torneios da região, do estado, do país e fora do país.	Analisar os resultados obtidos em competições, avaliar o desempenho de cada aluno, realizar correções visando uma melhora no rendimento.	Sempre que houver participação em competições

**6.2 OBJETIVO GERAL DA PROPOSTA**

**Objetivo geral para Formação Esportiva:**  
Oportunizar aos participantes os aspectos envolvidos no aprendizado e aperfeiçoamento do JIU JITSU, bem como a formação física multilateral do participante através de atividades diversificadas, pautados pelos meios e métodos científicos adequados, bem como, respeitando os aspectos biológicos e morfológicos dos participantes. Além disso, tem-se como objetivo geral, desenvolver atividades complementares que promovam a formação integral do participante, com vistas à promoção de inclusão social; de saúde; à preservação de valores morais e o civismo e à conscientização de princípios sócio-educativos.

mar

✓

✓

**Objetivo geral para Rendimento Esportivo:**

Oportunizar aos participantes o aprofundamento das técnicas e fundamentos avançados do JIU JITSU. Além disso, também participar de competições oficiais representando o município de Limeira, em nível Regional, Estadual, Nacional e Internacional.

51

**6.3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS DA PROPOSTA**

**Objetivos específicos para Formação Esportiva:**

- ✓ Aprendizado e aperfeiçoamento dos fundamentos e suas técnicas do JIU JITSU;
- ✓ Aperfeiçoamento das habilidades motoras básicas e capacidades físicas básicas do condicionamento físico geral;
- ✓ Selecionar os participantes com maior possibilidade para ingressar na equipe de rendimento;
- ✓ Promover atividades extras, visando à promoção de inclusão social; de saúde; à preservação de valores morais e o civismo e à conscientização de princípios sócio-educativos;
- ✓ Promover festivais da modalidade.

**Objetivos específicos para Rendimento:**

- ✓ Aperfeiçoamento e aprofundamento dos aspectos técnicos do JIU JITSU visando o alto rendimento;
- ✓ Aperfeiçoamento progressivo das capacidades físicas específicas requisitadas no JIU JITSU

**6.4 ABRANGÊNCIA DA PROPOSTA**

O projeto terá abrangência municipal, atendendo prioritariamente munícipes de Limeira, no entanto, havendo possibilidade de capacidade técnica-operacional e necessidade, também poderá atender participantes de outros municípios. Em relação a formação esportiva que será desenvolvida em dois equipamentos esportivos públicos, serão priorizados os participantes do entorno dos locais.

**6.5 PERÍODO DE EXECUÇÃO DO OBJETO PROPOSTO**

O presente Termo de Fomento terá vigência de 11 (onze) meses a partir da assinatura do termo, sendo previsto de fevereiro a dezembro de 2025, podendo ser prorrogado nos termos da Lei 13.019/2014 e Decreto Municipal nº 274/2021.

Handwritten signatures and initials in blue ink at the bottom right of the page.

## 6.6 METODOLOGIA E ABORDAGEM DA PROPOSTA

### Formação:

#### Metodologia

A metodologia de desenvolvimento para aulas de formação seguirá o Sistema oficial de Ensino JIU JITSU, abaixo:

#### Técnicas a serem aprendidas:

##### 1 – Guarda Fechada

1.1 Guarda fechada por baixo: técnicas de raspagens e finalizações

1.2 Guarda fechada por cima: técnicas de abertura de guarda, finalizações, passagem de guarda

##### 2- Guarda Aberta

2.1 Guarda aberta por baixo: raspagens e finalizações

2.2 Guarda aberta por cima: passagem de guarda, finalizações

2.3 Meia-guarda: passagens, ataques e finalizações (por cima), raspagens, ataques e finalizações (por baixo)

##### 3- Cem quilos (100 kg)

3.1 100 kg por baixo – saídas

3.2 100kg por cima – ataques

3.3 Joelho na barriga

##### 4- Montada

4.1 Montada por baixo

4.2 Montada por cima

##### 5- Costas

5.1 Ataque nas costas

5.2 Defesa nas costas

##### 6- Quedas

6.1 – Quedas de quadril, bahianas, buscada de pernas, one leg, double leg, e todas as quedas do Jiu Jitsu

##### 7. Guardas do Jiu Jitsu

7.1 Aranha

7.2 Delariva

7.3 One Leg

7.4 Laçada

7.5 De gancho

7.6 Pé no Biceps

7.7 Fechada

6  




## 8- Defesa Pessoal

8.1 – defesa de ataques frontais, pelas costas, no chão, saída de estrangulamentos, defesa de chaves de braço, defesa de quedas, quedas e domínio do adversário.

### Estrutura das aulas:

Todas as aulas são iniciadas com aquecimento específico, enfatizando muito a flexibilidade, força, resistência. As aulas terão duração total de 60 minutos, sendo um terço dedicada a atividades de formação física multilateral, realizada de maneira lúdica através de pequenos jogos e brincadeiras.

### Locais, Dias e Horários:

Local	Dia/sem.	Período	Horário	Faixa etária
Equipamento 1	Terça	Manhã	9:00 – 10:00hs.	A partir de 7 anos
			10:00 – 11:00hs.	A partir de 7 anos
		Tarde	13:00 – 14:00hs.	A partir de 7 anos
			14:00 – 15:00hs.	A partir de 7 anos
Equipamento 2	Quarta	Manhã	9:00 – 10:00hs.	A partir de 7 anos
			10:00 – 11:00hs.	A partir de 7 anos
		Tarde	13:00 – 14:00hs.	A partir de 7 anos
			14:00 – 15:00hs.	A partir de 7 anos
Equipamento 3	Quinta	Manhã	9:00 – 10:00hs.	A partir de 7 anos
			10:00 – 11:00hs.	A partir de 7 anos
		Tarde	13:00 – 14:00hs.	A partir de 7 anos
			14:00 – 15:00hs.	A partir de 7 anos

Definindo-se os locais das aulas, serão feitas a divulgação das aulas nas escolas do entorno do local, bem como divulgação em mídias da cidade.

### Rendimento

#### Metodologia

Os treinamentos para a equipe de rendimento visando a participação em competições oficiais e regionais, nacionais e internacionais representando o município, será executado pela equipe técnica descrita no projeto, utilizando os meios e métodos científicos adequados, bem como, respeitando os aspectos biológicos e morfológicos dos participantes.

8  
R

**Local:**

Os treinamentos acontecerão em 02 espaços cedido para a Associação Desportiva Recreativa Educacional e Cultural Crescendo para o Futuro, situado na Escola de Lutas GFTEAM Limeira / Clube do Judô, na Avenida Fabrício Vampré, 949 – Jd. Nova Itália e na 5 Cia da Polícia Militar na Praça Primeiro de Maio, Jd. Morro Azul, Limeira - SP

**Dias e Horários:**

Os treinamentos acontecerão de segunda, terça, quarta, quinta e sexta, das 18:30 as 21:30 e sábados das 15:00 as 17:30 horas.

<b>6.7 PÚBLICO BENEFICIÁRIO</b>
<b>Formação Esportiva</b> ✓ Crianças e adolescentes a partir de 7 anos de idade até 12 anos.
<b>Rendimento Esportivo</b> ✓ Participantes a partir de 12 anos de idade.
<b>6.7.1. PERFIL DO PÚBLICO BENEFICIÁRIO DIRETO</b>
<b>Formação Esportiva</b> ✓ Gênero masculino e feminino em situação educacional regular, ou seja, matriculadas em ensino público ou privado.
<b>Rendimento Esportivo</b> ✓ Gênero masculino e feminino em situação educacional regular, ou seja, matriculadas em ensino público ou privado, se menor de idade.
<b>6.8 META DE ATENDIMENTO</b>
<b>86 atendidos divididos em:</b>
<b>Formação Esportiva</b> ✓ 66 atendidos.
<b>Rendimento Esportivo</b> ✓ 20 atendidos.

S  
R  
P

9

### 6.9 COMPATIBILIDADE DE CUSTOS

(deverá ser descrito os elementos que demonstrem a compatibilidade dos custos com os preços praticados no mercado ou com outras parcerias da mesma natureza, devendo existir elementos indicativos da mensuração desses custos, sendo no mínimo 03 (três) propostas para formação do preço de cada item, tais como: cotações, tabelas de preços de associações profissionais, publicações especializadas ou quaisquer outras fontes de informação disponíveis ao público).

Descrição do item	Orçamento 1	Orçamento 2	Orçamento 3	Valor aplicado
Kimono para treinamento e competições infantis	Conflict 185,00 ✓	Roble 160,00 ✓	Buloke 190,00 ✓	Roble 160,00 ✓
Kimono para treinamento e competições adultos	Conflict 230,00 ✓	Roble 210,00 ✓	Buloke 235,00 ✓	Roble 210,00 ✓
Camisetas para treinamento	Conflict 55,00 ✓	Roble 52,00 ✓	Buloke 60,00 ✓	Roble 52,00 ✓
Jogo de Patches para identificação nos quimonos	Conflict 45,00 ✓	Roble 45,00 ✓	Buloke 55,00 ✓	Roble 45,00 ✓
Taxa de Filiação na equipe na Federação Paulista de Jiu Jitsu	FPJJ 600,00 ✓	xxxx	xxxx	FPJJ 600,00 ✓
Taxas de competição em competições FPJJ, CBJJ/IBJJF	FPJJ 190,00 ✓	CBJJ/IBJJF 193,00 ✓	SOU COMPETIDOR 140,00 ✓	SOU COMPETIDOR 140,00 ✓
Transporte para competições ou eventos fora do município, SP - Barueri	RF Schinor Transporte 1.350,00 ✓	Transchinor 1.520,00 ✓	The Best Locadora 1.590,00 ✓	RF Schinor Transporte 1350,00 ✓
Transporte para competições ou eventos dentro do município de 80 a 120 km	RF Schinor Transporte 500,00 ✓	Transchinor 590,00 ✓	The Best Locadora 620,00 ✓	RF Schinor Transporte 500,00 ✓
Medalhas para Competições eventos e festivais	Alex Nepumoceno Duarte - ME 18,00 ✓	Troféus Micheletti 11,00 ✓	Reluz Artes 10,00 ✓	Reluz Artes 10,00 ✓
Alimentação para atletas em competições, apresentações, treinos, eventos, encontros, cursos fora do município (kit lanche)	Padaria Tóquio 20,00 ✓	Padaria Tanaka Assunção 20,00 ✓	Padaria Nova Itália 20,00 ✓	Padaria Tanaka 20,00 ✓

Todos os valores estão descritos em Reais (R\$)

Ⓢ

2022

—

—

10  


6.10 – CRONOGRAMA FÍSICO DE EXECUÇÃO DO OBJETO												
AÇÕES DO PROJETO	MESES											
	fev	mar	abr	mai	jun	jul	ago	set	out	nov	dez	
Contratação de recursos humanos	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Compra de uniformes	X											
Divulgação do projeto	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Inscrições de atendidos em fluxo contínuo	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Execução de aulas nos polos	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Execução dos treinamentos equipe de rendimento	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Inscrição das equipes de rendimento em competições			X	X	X	X	X	X	X	X		
Ajuda de Custo para Atletas	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Filiações de Atletas e OSC nas federação/Confederação	X											
Transporte fora Municipio			X		X	X	X		X	X		
Transporte Dentro Municipio				X				X				
Confeção de Medalhas	X											
Competições das equipe de rendimento			X	X	X	X	X	X	X	X		
Prestação de contas do projeto a Secretaria de Esportes	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Festivais com atendidos dos polos				X				X				

**7. CAPACIDADE INSTALADA**

7.1 – Equipe de Profissionais Permanente da OSC			
Nome	Formação	Função na OSC	Carga Horária Semanal de Trabalho
Adrien Roberto Domingues	Professor de Educação Física	Coordenador técnico	20 horas (voluntario)

7.1.1 – Equipe de profissionais que atuarão diretamente no projeto selecionado				
Profissional	Formação	Total de horas/aula contratada mês	Valor da hora/aula (R\$)	Valor total (R\$)
Professor de Jiu Jitsu com competência comprovada para aula nos polos ( a ser contratado)	Ensino Médio ou Superior	36 ✓	39,00 ✓	1.404,00 ✓

  
 mar  
  
 10

11

Professor de Jiu Jitsu com competência comprovada para treinamento da equipe de competição ( a ser contratado)	Ensino Superior	48 ✓	38,50 ✓	1.848,00 ✓
--	-----------------	------	---------	------------

7.2 – Estrutura Física: ( ) Própria ( X ) Cedida ( ) Alugada ( ) Outros

**7.3 – Instalações físicas**

Cômodo	Quantidade	Tipo de atividades desenvolvidas no espaço
Sede da 5ª Companhia da Polícia Militar de Limeira (praça 1º de maio, 26, Morro Azul, Limeira/SP)	100 metros quadrados , local climatizado e com 64 metros quadrados de tatames em EVA	Aulas de Jiu Jitsu e treinamento específico.
Escola de Lutas, Equipe Gfteam limeira/Clube do Judo Av, Fabricio Vampré 949 Jd. Nova Italia - Limeira - SP	Academia com 450 mts quadrados, com vestiários, banheiros, área de treinamento e 200 mts quadrados de Tatame lonado, área própria específica para atividades de Lutas de Jiu Jitsu	Aulas de Jiu Jitsu e treinamento específico.

**7.4 – Equipamentos disponíveis**

Tipo de Equipamento	Quantidade
Quimonos para treinamento	40
Tatames em EVA	Instalado nos locais de treinamento

**8. MONITORAMENTO, AVALIAÇÃO E SUSTENTABILIDADE DA PROPOSTA**

**8.1 – Quais Técnicas de Monitoramento e Avaliação serão aplicadas durante a execução do objeto**

Serão utilizados todos os instrumentos indicados em cada meta e posteriormente analisado todos os dados coletados, afim de produzir relatórios periódicos do desenvolvimento do projeto, aulas seguindo uma sequencia logica de aprendizado dentro do Jiu Jitsu.

8.2 – Tabela com o conteúdo das aulas para iniciantes, com todas as técnicas básicas para o aprendizado de Jiu Jitsu de iniciantes:

12

<b>AULA 1</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Introdução ao Jiu Jitsu</li> <li>História do Jiu Jitsu</li> <li>Regras no tatame</li> <li>Principais regras Jiu Jitsu</li> <li><b>Golpes proibidos</b></li> <li><b>Sequencia pontuacao</b></li> </ul>	<b>AULA 2</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>ênfase golpes proibidos</li> <li>ênfase regras no tatame</li> <li>Sequencia de pontuacao</li> <li>Introdução amortecimento de quedas</li> <li>Amortecimento de costas</li> <li>Amortecimento de frente</li> <li>Amortecimento lateral</li> </ul>	<b>AULA 3</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Amortecimento de costas</li> <li>Amortecimento de frente</li> <li>Amortecimento lateral</li> <li>Queda O soto gan</li> <li>Joelho na barriga</li> <li>Arm lock saindo da lateral</li> </ul>	<b>AULA 4</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Amortecimento de costas</li> <li>Amortecimento de frente</li> <li>Amortecimento lateral</li> <li>Roaimento de frente</li> <li>Roaimento lateral</li> <li>Queda bahiana frontal</li> </ul>	<b>AULA 5</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Roaimento de frente</li> <li>Roaimento lateral</li> <li>Roaimento de costas</li> <li>Queda bahiana frontal</li> <li>Guarda fechada</li> <li>Estrangulamento de golas saindo da guarda fechada</li> </ul>	<b>AULA 6</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Todos os amortecimentos e rolamentos</li> <li>Revisão das técnicas</li> <li>O soto gan</li> <li>Joelho na barriga</li> <li>Arm Lock saindo da lateral</li> <li>Queda bahiana frontal</li> <li>Guarda fechada</li> <li>Estrangulamento de golas saindo da guarda fechada</li> </ul>
<b>CAULA 7</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bahiana</li> <li>Passagem Toreando</li> <li>Joelho na barriga</li> <li>Arm lock saindo da lateral</li> </ul>	<b>AULA 8</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bahiana</li> <li>Passagem Toreando</li> <li>Controle lateral</li> <li>Revisão de ataques</li> </ul>	<b>AULA 9</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bahiana Lateral</li> <li>Passagem toreando e controle lateral</li> <li>Montada e controle</li> <li>Ponte saindo da montada</li> <li>Estrangulamento guarda</li> </ul>	<b>AULA 10</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Queda O Goshi</li> <li>Recuperando a guarda fechada</li> <li>Kimura</li> <li>Ataques na montada</li> </ul>	<b>AULA 11</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Queda O Goshi</li> <li>Recuperando a guarda fechada</li> <li>Ataque Kimura raspando</li> </ul>	<b>AULA 12</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Puxando para guarda</li> <li>Raspagem segurando uma perna</li> <li>Arm lock saindo da guarda fechada</li> </ul>
<b>AULA 13</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bahiana com os joelhos no chão</li> <li>Finalização na guarda fechada</li> <li>Raspagem tesoura</li> <li>Montada revisao</li> <li>Ataques na montada revisao</li> </ul>	<b>AULA 14</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pegada nas costas</li> <li>Mata leão nas costas</li> <li>Saída das costas</li> <li>Revisão montada e ataques</li> </ul>	<b>AULA 15</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>montada</li> <li>saindo da montada (ponte)</li> <li>Passagem de guarda</li> <li>Ataques dominando na lateral</li> </ul>	<b>AULA 16</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bahiana</li> <li>Sprawl</li> <li>Saída para as costas</li> <li>Domínio nas costas</li> </ul>	<b>AULA 17</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ouchi gan</li> <li>Arm lock apos queda</li> <li>Ouchi Gan</li> <li>Defesa do arm lock</li> </ul>	<b>AULA 18</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Guarda fechada</li> <li>Ataques na guarda fechada</li> <li>Raspagem lateral</li> <li>Revisão ataques na montada</li> </ul>
<b>AULA 19</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>bahiana</li> <li>Sprawl</li> <li>Guilhotina</li> <li>Puxada para guarda aberta</li> <li>Raspagem tripe</li> </ul>	<b>AULA 20</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kouchi gan</li> <li>Postura na guarda</li> <li>Abertura de guarda</li> <li>Joelho na barriga</li> </ul>	<b>AULA 21</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ouchi and Kouchi gan</li> <li>Postura na guarda</li> <li>Meia guarda</li> <li>Finalizacao saindo da meia guarda</li> </ul>	<b>AULA 22</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Defesa ataque pescoco lateral</li> <li>Domínio do oponente, Joelho na barriga</li> </ul>	<b>AULA 23</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Defesa ataque pescoco lateral</li> <li>Controle nas costas</li> <li>Estrangulamento de golas nas costas</li> </ul>	<b>AULA 24</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Chamando na guarda</li> <li>Raspagem tripe</li> <li>Passagem de guarda</li> <li>Controle e montada</li> </ul>
<b>CAULA 25</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Puxada para a guarda</li> <li>Balao</li> <li>montada</li> <li>Controle e finalizacao</li> </ul>	<b>AULA 26</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Single leg</li> <li>Passage toreando</li> <li>Estrangulamento lateral</li> </ul>	<b>AULA 27</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Single Leg</li> <li>Passage de meia guarda</li> <li>Finalizacao partindo da meia guarda</li> </ul>	<b>AULA 28</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>O Goshi</li> <li>Controle lateral</li> <li>Rata Gatame</li> </ul>	<b>AULA 29</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ooto Gan</li> <li>Joelho na barriga</li> <li>Escapada do joelho na barriga</li> <li>Meia guarda raspagem</li> </ul>	<b>AULA 30</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Single Leg</li> <li>Montada</li> <li>americana</li> </ul>
<b>AULA 31</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>koshi guruma</li> <li>kouchi gan</li> <li>ooto gan</li> <li>ouchi gan</li> </ul>	<b>AULA 32</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Tomoe nage</li> <li>Controle na montada</li> <li>Submission</li> </ul>	<b>AULA 33</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Tomoe nage</li> <li>Puxada para guarda fechada</li> <li>Arm lock</li> <li>Americana</li> </ul>	<b>AULA 34</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Puxada para guarda</li> <li>Triangulo</li> <li>Arm lock</li> <li>americana</li> </ul>	<b>AULA 35</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>single leg</li> <li>passage de guarda toreando</li> <li>controle lateral</li> <li>finalizacao</li> </ul>	<b>AULA 36</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Combo de quedas</li> <li>Quedas de quadril e quedas buscando as pernas</li> </ul>

Handwritten signatures and marks at the bottom right of the page.

13

9 - Detalhamento da Aplicação de recursos financeiros	Quant.	Valor Unit. R\$	Total (R\$)
<b>Recursos Humanos</b>			
Professor de Jiu Jitsu com competência comprovada para aulas nos polos de formação, 36 aulas mês, R\$ 39,00 hora aula (1.404,00 x 11 meses = 15.444 ,00)	11 ✓	R\$ 1.404,00 ✓	R\$ 15.444,00 ✓
Professor de Jiu Jitsu com competência comprovada para treinamento da equipe de rendimento, 48 aulas mês, R\$ 38,50 hora aula (1.848,00 x 11 meses = 20.328,00)	11 ✓	R\$ 1.848,00 ✓	R\$ 20.328,00 ✓
<b>Sub-total</b>			<b>R\$ 35.772,00</b>
<b>Uniformes</b>			
Kimono para treinamento e competições infantis	40 ✓	R\$ 160,00 ✓	R\$ 6.400,00 ✓
Kimono para treinamento e competições adultos	10 ✓	R\$ 210,00 ✓	R\$ 2.100,00 ✓
Jogo de Patches para identificação nos quimonos	40 ✓	R\$ 45,00 ✓	R\$ 1.800,00 ✓
Camisetas para treinamento personalizadas	50 ✓	R\$ 52,00 ✓	R\$ 2.600,00 ✓
<b>Sub-total</b>			<b>R\$ 12.900,00</b>
<b>Ajuda de Custo</b>			
Ajuda de custo para atletas da equipe de rendimento	33 ✓	R\$ 500,00 ✓	R\$ 16.500,00 ✓
<b>Sub-total</b>			<b>R\$ 16.500,00</b>
<b>Taxas de Filiacoes</b>			
Taxa de Filiação equipe na Federação Paulista de Jiu Jitsu e/ou Confederação Brasileira de jiu jitsu	1	R\$ 600,00 ✓	R\$ 600,00 ✓
<b>Sub-total</b>			<b>R\$ 600,00</b>
<b>Taxas de Competicoes/Eventos</b>			
Taxas de competição nas Federações, Confederações e Competições abertas. ou inscrição em eventos ou seminarios de Jiu Jitsu dos alunos.	75 ✓	R\$ 140,00 ✓	R\$ 10.500,00 ✓
<b>Sub-total</b>			<b>R\$ 10.500,00</b>
<b>Transporte ( fora do municipio)</b>			
Transporte para competições, eventos, palestras, cursos fora do municipio	6 ✓	R\$ 1.350,00 ✓	R\$ 8.100,00 ✓
<b>Sub-total</b>			<b>R\$ 8.100,00</b>
<b>Transporte ( dentro do municipio)</b>			
Transporte para competições, eventos, cursos, palestras dentro do municipio	2 ✓	R\$ 500,00 ✓	R\$ 1.000,00 ✓
<b>Sub-total</b>			<b>R\$ 1.000,00</b>
<b>Medalhas e trofeus para competicoes e eventos</b>			
Medalhas para competicoes, eventos e festivais	77 ✓	R\$ 10,00 ✓	R\$ 770,00 ✓
<b>Sub-total</b>			<b>R\$ 770,00</b>
<b>Alimentação dentro e fora do municipio</b>			
Alimentacao para atletas em competicoes, apresentacoes, treinos, eventos, encontros, cursos dentro ou fora do municipio. ( kit lanche)	148 ✓	R\$ 20,00 ✓	R\$ 2.960,00 ✓
<b>Sub-total</b>			<b>R\$ 2.960,00</b>
<b>Custos indiretos</b>			
Assessoria para montagem do projeto	1	R\$ 898,00 ✓	R\$ 898,00 ✓
<b>Sub-total</b>			<b>R\$ 898,00</b>
<b>TOTAL</b>			<b>R\$ 90.000,00</b>

Handwritten signatures and marks at the bottom right of the page.

10. CRONOGRAMA DE DESEMBOLSO

*non*  
*2*  
*10*

PLANILHA 2. Cronograma de desembolso (R\$)											
AÇÕES DO PROJETO											
Meses	Recursos humanos	Uniformes	Ajuda de Custo	Taxas de Competições/Eventos	taxas de filiações FPJJ/CBJJ	Transporte fora do município	Transporte dentro do município	Alimentação fora e dentro do município	medalhas competições e eventos	Custos Indiretos	Total
Fevereiro – 2025	R\$ 3.252,00	R\$ 12.900,00	R\$ 1.500,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 770,00	R\$ 898,00	R\$ 19.320,00
Março – 2025	R\$ 3.252,00	R\$ 0,00	R\$ 1.500,00	R\$ 0,00	R\$ 600,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 5.352,00
Abril – 2025	R\$ 3.252,00	R\$ 0,00	R\$ 1.500,00	R\$ 1.400,00	R\$ 0,00	R\$ 1.350,00	R\$ 0,00	R\$ 360,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 7.862,00
Mai – 2025	R\$ 3.252,00	R\$ 0,00	R\$ 1.500,00	R\$ 1.400,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 500,00	R\$ 400,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 7.052,00
Junho – 2025	R\$ 3.252,00	R\$ 0,00	R\$ 1.500,00	R\$ 1.400,00	R\$ 0,00	R\$ 1.350,00	R\$ 0,00	R\$ 360,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 7.862,00
Julho – 2025	R\$ 3.252,00	R\$ 0,00	R\$ 1.500,00	R\$ 1.400,00	R\$ 0,00	R\$ 1.350,00	R\$ 0,00	R\$ 360,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 7.862,00
Agosto – 2025	R\$ 3.252,00	R\$ 0,00	R\$ 1.500,00	R\$ 1.400,00	R\$ 0,00	R\$ 1.350,00	R\$ 0,00	R\$ 360,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 7.862,00
Setembro – 2025	R\$ 3.252,00	R\$ 0,00	R\$ 1.500,00	R\$ 700,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 500,00	R\$ 400,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 6.352,00
Outubro – 2025	R\$ 3.252,00	R\$ 0,00	R\$ 1.500,00	R\$ 1.400,00	R\$ 0,00	R\$ 1.350,00	R\$ 0,00	R\$ 360,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 7.862,00
Novembro – 2025	R\$ 3.252,00	R\$ 0,00	R\$ 1.500,00	R\$ 1.400,00	R\$ 0,00	R\$ 1.350,00	R\$ 0,00	R\$ 360,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 7.862,00
Dezembro – 2025	R\$ 3.252,00	R\$ 0,00	R\$ 1.500,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 4.752,00
	<b>R\$ 35.772,00</b>	<b>R\$ 12.900,00</b>	<b>R\$ 16.500,00</b>	<b>R\$ 10.500,00</b>	<b>R\$ 600,00</b>	<b>R\$ 8.100,00</b>	<b>R\$ 1.000,00</b>	<b>R\$ 2.960,00</b>	<b>R\$ 770,00</b>	<b>R\$ 898,00</b>	<b>R\$ 90.000,00</b>

*14*

**11. DECLARAÇÃO DO PROPONENTE**

Solicitamos a Comissão de Avaliação de Projetos da Secretaria Municipal de Esportes e Lazer, que o presente projeto esportivo ora apresentado, seja avaliado conforme os requisitos descritos no Edital de Chamamento Público Nº 01/2024.

Pede Deferimento

Limeira, 11 de dezembro de 2024.



MARCIO KAWATA

Associação Desportiva Recreativa Educacional e Cultural Crescendo para o Futuro  
Presidente

**12. ASSINATURA DO CONCEDENTE**

Local e Data

Assinatura do Concedente

15  
↓

