

## PLANO DE TRABALHO OBRIGATÓRIO

MODELO DE PLANO DE TRABALHO - ITEM "40" do Edital nº 01/2022		
<b>1- DADOS GERAIS DA OSC</b>		
Nome: Associação Limeirense de Ginástica - ALG		
CNPJ: 36.454.367-0001/22		
Endereço: Rua Benedito José dos Reis, 43	CEP: 13486-065	
Bairro: Vila Santa Lúcia	Ponto de Referência: Açougue do Airton	
Telefones: (19) 98102-5015 (19) 97414-1827 (19) 99916-9955	E-mail da Instituição: <a href="mailto:ginasticalimeira@gmail.com">ginasticalimeira@gmail.com</a>	
Site oficial da entidade para acompanhamento da execução do projeto: <a href="https://sites.google.com/view/ginasticalimeira">https://sites.google.com/view/ginasticalimeira</a>	UF: São Paulo	Limeira
<b>2 – IDENTIFICAÇÃO DO RESPONSÁVEL LEGAL PELA OSC (PRESIDENTE/DIRETOR)</b>		
Nome: Rodolfo Eugenio Ponte		
Nº do CPF: 324.423.148-94	Nº do RG/Órgão Expedidor:	
Mandado de diretoria: 28/11/2021	28/11/2024	
Cargo: Presidente		
Endereço: Rua Benedito José dos Reis, 43	CEP: 13486-065	
Bairro: Vila Santa Lúcia		
Telefones: (19) 974141827	E-mail: <a href="mailto:r.eugenio85@gmail.com">r.eugenio85@gmail.com</a>	
Cidade em que reside: Limeira	UF: São Paulo	

<b>3 – IDENTIFICAÇÃO DO RESPONSÁVEL TÉCNICO PELO PROJETO</b>		
Nome: Laís Cristina Lima Nascimento		
Área de Formação: Educação Física	Nº do Registro no Conselho Profissional: 142213/G-SP	
Telefone do Técnico: (19) 98102-5015	E-mail do Técnico: <a href="mailto:laislnascimento@gmail.com">laislnascimento@gmail.com</a>	
<b>4 – OUTROS PARTICÍPES DO PLANO DE TRABALHO</b>		
Nome:		
CNPJ/CPF:		
Endereço:		CEP:

CNPJ: 36.454.367/0001-22

Endereço: José Benedito dos Reis, 43, Vila Santa Lúcia, Limeira – SP

E-mail: [ginasticalimeira@gmail.com](mailto:ginasticalimeira@gmail.com)

## 5 – DESCRIÇÃO DA REALIDADE

### INTRODUÇÃO

O treinamento esportivo encontra apoio na ciência, mas ainda há pouco enfoque para o período da infância. Na ginástica artística competitiva as crianças ingressam ainda em idade pré-escolar.

A ginástica artística (GA) vem atraindo o interesse da mídia no Brasil em virtude das conquistas internacionais de nossos ginastas (Normile, 2007; Turner, 2007). Essa veiculação da GA na sociedade vem incentivando crianças e jovens a iniciar na sua prática.

A GA é um esporte individual disputado em quatro provas no feminino: salto sobre a mesa, barras paralelas assimétricas, trave e solo. E seis no masculino: solo, cavalo com alções, argolas, salto sobre a mesa, barras paralelas simétricas e barra fixa. Em razão da variedade de aparelhos, à quantidade e complexidade dos movimentos específicos, a técnica é fundamental na GA (Smolevskiy; Gaverdovskiy, 1996).

Todas as crianças têm necessidade de desenvolver as habilidades físicas básicas e devem ser exploradas, abrangendo o manancial de movimentos que dispõem o corpo e a mente. Os primeiros passos para a atividade, pode ser considerado proveniente da evolução natural dos movimentos do ser humano, como deslocamentos simples, saltos, giros, apoiar nos aparelhos, balançar... (BOURGEOIS, 1998). Com isso, a ginástica artística além de ter um caráter lúdico, melhora flexibilidade, alongamento, resistência muscular, força de explosão, força estática e força dinâmica, além é claro de ajudar consideravelmente na melhora da coordenação motora.

Segundo Weinberg e Gula, a “motivação é a direção e a intensidade do esforço”. A direção do esforço refere-se ao fato de se buscar algo e a intensidade está relacionada ao esforço durante a ação. A motivação para a prática esportiva depende da influência mútua de fatores pessoais que se referem às características individuais (personalidade, necessidades e objetivos) e situações que estão relacionados com a circunstância na qual o indivíduo se encontra, como: o ambiente do esporte competitivo e sua estrutura, o estilo do técnico, o apoio dos familiares e de entidades públicas, que também acaba sendo uma motivação para a prática do esporte. Muitas crianças e adolescentes precisam dessa motivação para sair das ruas, ou simplesmente encontrar um apoio afetivo que não encontram em suas casas. Nesse sentido, Leite (2008), cita que, os fatores emocionais são importantes para o êxito nas tarefas a serem realizadas, bem como, para a permanência nos treinamentos. Dentre esses fatores consideramos, a afetividade é um dos elementos marcantes, pois favorece a empatia entre aluno e professor e fortalece o desejo de permanência na modalidade. Assim, durante o processo de aprendizado, a afetividade é um dos fatores presentes e que pode contribuir para o seu sucesso na modalidade.

## CONCLUSÕES FINAIS

Nós, da Associação Limeirense de Ginástica, contamos com 40 crianças, temos alguns materiais com 2 Traves, 1 Argolas, 1 Caixa de Plinto e alguns materiais adaptados que substituem os demais aparelhos. Temos alunas desde a escolinha ao treinamento. Todas as turmas, desde a iniciação, participam de eventos e competições pela região e estado de São Paulo. Fazemos visitas e treinamos, as vezes, em ginásios da nossa região, para que os alunos e atletas tenham mais vivencia, motivação e conhecimento da modalidade. Apesar da pouca estrutura em que nos encontramos, viemos nos destacando em competições de categorias, com colocação de 1º e 2º lugar nos pódios, através de muitos esforços, dedicação e disciplina.

Com a concretização deste CHAMAMENTO PÚBLICO, cumpriremos o necessário, investiremos mais na nossa estrutura, para melhor atender a população Limeirense, com a compra dos equipamentos (solo, salto, barra fixa, barras simétricas e assimétricas e cavalo com alças), melhora do local (ventilação, espaço e organização), melhor investimento nos nossos alunos (disponibilizando uniformes, convívio social disciplina e acima de tudo, promovendo a saúde) e melhora nas aulas e treinos (com a contratação de profissionais formados, com experiência na área e, qualidade no nosso padrão de ensino, seguindo o código de pontuação da FIG). Atingindo assim, uma ótima estrutura para representarmos o nosso município, descobrindo talentos, formando atletas e salvando vidas.

## REFERENCIAS

1. BORTOLETO, Marco A. C. Ginástica A Arte e o Julgamento nos Desdobramentos Culturais Modernos, *anais do I Congresso Científico Latino-Americano Fiep-Unimep*, Piracicaba – SP, 2000.
2. GULA, D. Dance choreography for competitive gymnastic. Illinois: Leisure Press, 1990.
3. LOYOLA. LEITE, S. A. S. (2008) (Eds.) *Afetividade e práticas pedagógicas*.
4. NORMILE, D. Another milestone for Brazil. *International Gymnast*, Santa Monica, p. 17-19, dez. 2007.
5. TURNER, A. Brazilian Bounty. *International Gymnast*, Santa Monica, p. 20-23, jan. 2007.
6. SMOLEVSKIY, V.; GAVERDOVSKIY, I. Tratado general de gimnasia artística deportiva. Barcelona: Paidotribo, 1996.

WEINBERG, J. Treinamento ideal. Trad. Beatriz Carvalho. São Paulo: Manole, 1999.

**6 - DESCRIÇÃO DE METAS QUANTITATIVAS, PARÂMETROS DE AFERIÇÃO E PERIODICIDADE:**

<b>METAS QUALITATIVAS</b>	<b>PARÂMETRO DE AFERIÇÃO</b>	<b>PERIODICIDADE</b>
Meta 1: Atender 30 praticantes entre crianças, jovens e adultos, de 7 a 60 anos de idade. Sendo 10 para rendimento.	Controle de frequência e ficha de inscrição.	Mensal
Meta 2: Desenvolver todos os processos de aprendizagem em cada aparelho da Ginastica Artística Feminina e Masculina: trave, solo, salto, barras e cavalo com alças.	Planos de aulas e relatório de avaliação.	Aplicar 3 vezes ao ano (começo, meio e fim).
Meta 3: Avaliar o desenvolvimento das capacidades físicas da Ginástica Artística Feminina e Masculina (força e flexibilidade).	Bateria de testes físicos adotada pelo Ministério dos Esportes PROESP-BR.	Aplicar 3 vezes ao ano (começo, meio e fim).
Meta 4: Promover festivais e campeonatos de Ginastica Artística Feminina e Masculina, em cada semestre.	Filmagens, fotos, relatório de participação e de atividades.	A cada evento
Meta 5: Participar de etapas das competições de categorias promovidas pela LIGA de Ginástica Olímpica, que tem início do mês de abril a novembro.	Filmagens, fotos, relatório de participação e de atividades.	A cada evento

\*Bateria de teste: <https://www.ufrgs.br/proesp/>

**6.1 - DESCRIÇÃO DE METAS QUALITATIVAS, PARÂMETROS DE AFERIÇÃO E PERIODICIDADE:**

<b>METAS QUANTITATIVAS</b>	<b>PARÂMETRO DE AFERIÇÃO</b>	<b>PERIODICIDADE</b>
Aperfeiçoar o desenvolvimento das capacidades físicas básicas do condicionamento físico dos alunos (a), através das capacidades físicas exigidas na Ginástica Artística Feminina e Masculina. E no treinamento de forma mais aprofundada.	Análise dos resultados obtidos pela Bateria de teste PROESP-BR.	Aplicar 3 vezes ao ano (começo, meio e fim).

Aprimorar a qualidade técnica dos fundamentos da Ginástica Artística Feminina e Masculina.	Ficha de avaliação técnica desenvolvida pela equipe técnica e relatório de avaliação observacional dos professores.	Aplicar 3 vezes ao ano (começo, meio e fim).
*Bateria de teste: <a href="https://www.ufrgs.br/proesp/">https://www.ufrgs.br/proesp/</a>		
<b>6.2 – OBJETIVO GERAL DA PROPOSTA</b>		
Desenvolver atividades complementares que promovam a formação integral do participante, com enfoque na inclusão social, saúde, preservação de valores morais, civismo e à conscientização de princípios socioeducativos, através do aperfeiçoamento e aprofundamento técnico da Ginástica Artística Feminina e Masculina.		
<b>6.3 – OBJETIVOS ESPECÍFICOS DA PROPOSTA</b>		
<p><b>Formação Esportiva:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aperfeiçoamento das habilidades motoras básicas da Ginástica Artística Feminina e Masculina;</li> <li>- Promover festivais e campeonatos da modalidade;</li> <li>- Participar das competições de base como Liga e competições de Categorias</li> </ul> <p><b>Rendimento Esportivo:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprofundamento dos aspectos técnicos da Ginástica Artística Feminina e Masculina visando o alto rendimento;</li> <li>- Participar de competições de nível regional e estadual, através de filiação com a FPG (Federação Paulista de Ginástica);</li> <li>- Orientar os atletas sobre os fatores complementares da preparação esportiva, como aspectos nutricionais, de saúde, de educação formal, psicológicos e de prevenção a lesões;</li> <li>- Promover festivais da modalidade.</li> </ul>		
<b>6.4 – ABRANGÊNCIA DA PROPOSTA</b>		
O projeto atenderá prioritariamente a população limeirense, porém, se houver a necessidade e capacidade, poderá também atender participantes de outros municípios.		
<b>6.5 – PERÍODO DE EXECUÇÃO DO OBJETO PROPOSTO</b>		
O projeto terá vigência de 11 meses a partir da data de assinatura do Termo de Fomento, com previsão de acontecer de fevereiro de 2023 a dezembro de 2023, conforme item 19.1 do edital de chamamento N° 01/2022.		

### 6.6 – METODOLOGIA E ABORDAGEM DA PROPOSTA

As aulas de Ginástica Artística Feminina e Masculina visando a formação e o rendimento serão ministradas no Centro Comunitário do Jardim Boa Vista, Rua Marquês Guilherme Marcone, 82 - Jardim Boa Vista, Limeira - SP, 13486-333 por um Professor/Técnico, Profissional de Educação Física.

#### Formação Esportiva

As aulas terão duração de 1 hora, visando a formação esportiva através de movimentos básicos da Ginástica Artística.

SEGUNDA E QUARTA	IDADE
9:30 as 10:30	De 7 a 60 anos
18:30 as 19:30	De 7 a 60 anos

#### Rendimento Esportivo

Os treinamentos, que visam as competições, acontecerão de segunda, quarta e sexta, contendo 3 horas por dia.

SEGUNDA - QUARTA E SEXTA	IDADE
15:30 as 18:30	7 anos

### 6.7 – PÚBLICO BENEFICIÁRIO

#### Formação Esportiva

- Crianças, adolescentes, jovens e adultos - 7 á 60 anos.

#### Rendimento Esportivo

- Crianças de 7 anos.

### 6.7.1 – PERFIL DO PÚBLICO BENEFICIÁRIO DIRETO

- Gênero Feminino e Masculino;

### 6.8 – META DE ATENDIMENTO TOTAL

#### Formação Esportiva

20 atendidos. (10 no feminino e 10 masculino)

#### Rendimento Esportivo

10 atendidos. (5 no feminino e 5 masculino)

**6.9 – COMPABILIDADE DE CUSTOS**

TIPO DE DESPESA	ORÇAMENTO 1	ORÇAMENTO 2	ORÇAMENTO 3	VALOR APLICADO
Barras Paralelas Assimétricas	R\$9.600,00 ✓	R\$14.989,90 ✓	R\$10.999,90 ✓	R\$11.863,27 ✓
Medalhas	R\$1,85 ✓	R\$1,54 ✓	R\$1,40 ✓	R\$1,59 ✓
Agasalhos	R\$59,99 ✓	R\$183,69 ✓	R\$154,99 ✓	R\$132,89 ✓

**6.10 – CRONOGRAMA FÍSICO DE EXECUÇÃO DO OBJETO**

Descrição das ações	Período de execução (mês)										
	Fev.	Mar.	Abr.	Mai.	Jun.	Jul.	Ago.	Set.	Out.	Nov.	Dez.
Divulgação do Projeto	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Inscrição de Alunos	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Contratação de Professores	X										
Aquisição de Materiais Esportivos	X	X									
Uniformidade	X										
Relatório	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Planilha de Frequência	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Prestação de Serviços Contratado	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Prestação de Contas	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

7 – CAPACIDADE INSTALADA				
7.1 – Equipe de Profissionais Permanente da OSC				
Nome	Formação	Função na OSC	Carga horária mensal De Trabalho	
Laís Cristina Lima Nascimento	Educação Física	Professora/Técnica	8 horas	
7.1.1 – EQUIPE DE PROFISSIONAIS QUE ATUARAM DIRETAMENTE NO PROJETO				
Profissional	Formação	Total de horas/aula contratada mês	Valor da hora/aula	Valor total/mês
1 Professor/Técnico de Ginástica Artística (a ser contratado)	Graduação Educação Física. Conhecimento técnico na modalidade.	48 ✓	R\$22.00 ✓	1.056,00 ✓
7.2 – ESTRUTURA FÍSICA:				
( ) Própria ( x ) Cedida ( ) Alugada ( ) Outros				
7.3 – INSTALAÇÕES FÍSICAS				
Cômodo	Quantidade	Tipo de atividades desenvolvidas no espaço		
Salas individuais	1	Atividades administrativas		
Sala reunião	0			
Banheiros	2			
7.4 – EQUIPAMENTOS DISPONÍVEIS				
Tipo de Equipamento	Quantidade			
Trave Oficial	1			
Trave de Treino	1			
Caixa de Plinto	1			
Tatame	14			
Colchões	30			
Trampolim	1			
Barra de chão	2			

CNPJ: 36.454.367/0001-22

Endereço: José Benedito dos Reis, 43, Vila Santa Lúcia, Limeira – SP

E-mail: ginasticalimeira@gmail.com

**8 – MONITORAMENTO, AVALIAÇÃO E SUSTENTABILIDADE DA PROPOSTA****8.1 – Quais Técnicas de Monitoramento e Avaliação serão aplicadas durante a execução do objeto**

Utilizaremos todos os monitoramentos indicados em cada meta e serão analisados todos os dados coletados, afim de produzir relatórios do desenvolvimento do projeto.

**9 – DETALHAMENTO DA APLICAÇÃO DOS RECURSOS FINANCEIROS**

DESCRIÇÃO DETALHADA DA DESPESA POR TIPO	QUANTIDADE	VALOR UNITÁRIO	VALOR TOTAL
Professor/Técnico	11 ✓	R\$1.056,00	R\$11,616.00 ✓
Taxa Anual de Competições Intermunicipais	1 ✓	R\$1,109.73 ✓	R\$1,109.73 ✓
Item 1 - Barras Paralelas Assimétricas Oficial	1 ✓	R\$11.863,27 ✓	R\$11,863.27 ✓
Item 2 - Medalhas para os festivais	60 ✓	R\$1,59 ✓	R\$95,40 ✓
Item 3 - Agasalhos	40 ✓	R\$132,89 ✓	R\$5,315.60 ✓
<b>TOTAL (R\$)</b>			<b>R\$30,000.00 ✓</b>

**10 – CRONOGRAMA DE DESEMBOLSO – ANEXO II****11 – DECLARAÇÃO DO PROPONENTE****Pede Deferimento**

Limeira, 31 de outubro de 2022.



Rodolfo Eugenio Ponte

Presidente da ALG

**12 – ASSINATURA DO CONCEDENTE**

Local e Data

Assinatura do Concedente

**ANEXO II - ITEM 10 - MODELO DE CRONOGRAMA DE DESEMBOLSO OBRIGATÓRIO**

AÇÕES DO PROJETO									
Meses	Recursos Humanos	Transportes	Taxas de Inscrição e Filiação	Medalhas de Premiação	Material Esportivo	Uniformes	Total		
Fevereiro/2023	R\$1, 056.00 ✓	0	R\$1, 109.73 ✓	0	R\$11, 863.27 ✓	0	R\$14, 029.00		
Março/2023	R\$1, 056.00	0	0	0	0	0	R\$1, 056.00		
Abril/2023	R\$1, 056.00	0	0	0	0	R\$5, 315.60 ✓	R\$6, 371.60		
Maió/2023	R\$1, 056.00	0	0	R\$95, 40 ✓	0	0	R\$1, 151.40		
Junho/2023	R\$1, 056.00	0	0	0	0	0	R\$1, 056.00		
Julho/2023	R\$1, 056.00	0	0	0	0	0	R\$1, 056.00		
Agosto/2023	R\$1, 056.00	0	0	0	0	0	R\$1, 056.00		
Setembro/2023	R\$1, 056.00	0	0	0	0	0	R\$1, 056.00		
Outubro/2023	R\$1, 056.00	0	0	0	0	0	R\$1, 056.00		
Novembro/2023	R\$1, 056.00	0	0	0	0	0	R\$1, 056.00		
Dezembro/2023	R\$1, 056.00	0	0	0	0	0	R\$1, 056.00		
<b>Total</b>	<b>R\$11, 616. 00</b> ✓	<b>0</b>	<b>R\$1, 109.73</b> ✓	<b>R\$95, 40</b> ✓	<b>R\$11, 863.27</b> ✓	<b>R\$5, 315.60</b> ✓	<b>R\$30, 000.00</b> ✓		