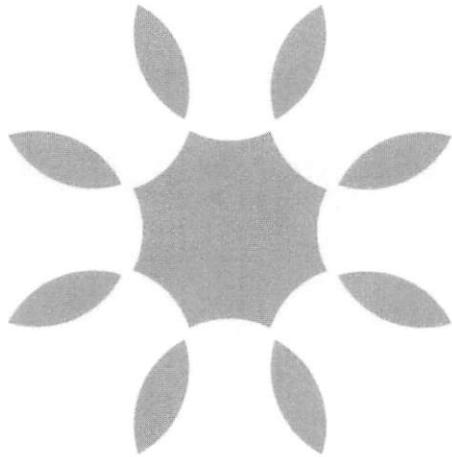


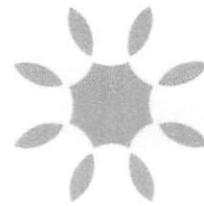
Plano de Trabalho

tema da colaboração
004/2021



Apodec

Projeto Força Paralímpica 2022



Apodec

PLANO DE TRABALHO				
1. DADOS CADASTRAIS				
Órgão/Entidade Proponente: Associação de Pessoas Com Deficiência de Caruaru			CNPJ: 01.206.707/0001-11	
Endereço: Rua Professor Sergio Coelho nº 42 Lot. Rosa de Saron Bairro: Cedro				
Cidade CARUARU	UF PE	CEP 55.020.990	(DDD)Fone/Fax: 81-3722-9063	Email: apodec
Conta-corrente : 82324-4	Banco: Brasil	Agência n.º 159-7	Praça de Pagamento	
Nome do Responsável pela Instituição: Esnande Quirino da Silva			CPF: 018.615.044-03	
RG- Órgão Expedidor: 5025593 SSP-PE		Cargo: Presidente	Função: Presidente	Matrícula
Endereço Completo: Rua Maria Júlia da Conceição, nº 06, Salgado, Caruaru-PE			CEP: 55.020-335	Fone: (81) 993085009
2. OUTROS PARTICÍPES (Interveniente ou executor)				
Órgão/instituição		CNPJ	Email:	
Endereço:			(DDD) Fone/Fax	CEP
Nome do responsável pela instituição:			CPF:	
RG- Órgão Expedidor	Cargo	Função:	Matrícula	
Endereço Completo		CEP	(DDD)Fone/Fax	

62

3. DESCRIÇÃO DO PROJETO

3.1. Título do Projeto	Período da execução	
Força Paralímpica 2021-2021	Início	Término
	Dezembro/ 2021	Janeiro/2023

3.2. Identificação do Objeto:

Historicamente, pessoas com deficiência tem sido excluídas das práticas esportivas, por se acreditar na impossibilidade delas conseguirem realizar tais atividades. Com uma visão diferenciada a Associação de Pessoas Com Deficiência de Caruaru (APODEC) está há mais de 20 anos, realizando a inclusão Social da pessoa com deficiência através do esporte de rendimento, assim demonstrando a área de atuação do nosso projeto que é o esporte de alto rendimento. O projeto Força Paralímpica vem mostrando e comprovando a enorme capacidade da pessoa com deficiência em se superar diariamente, pois mesmo sendo um público pouco observado pelos setores governamentais, eles estão presentes em grande número e buscam cada vez mais de voz diante das mais diversas áreas, não sendo diferente no esporte. O movimento paralímpico mesmo tendo menor investimento esportivo ele apresenta resultados mais significativos do que os tidos como "normais", temos inúmeros recordistas mundiais, além de campeões mundiais e paralímpicos, sempre estando entre os melhores do mundo. Esse exemplo serve para fortalecer ainda mais nosso projeto como um modificador de vidas, onde ele vai servir para mostrar uma nova saída, um novo caminho a ser seguido, em busca de uma qualidade melhor para sua vida e de seus familiares. Estamos colhendo os frutos deste projeto com nossos atletas campeões e vice-campeões regionais e nacionais nas modalidades de Bocha Paralímpica e Halterofilismo no ano de 2020 e 2021, e esses resultados vem demonstrar que estamos no caminho certo. Nosso projeto tem por objetivo aprimorar a capacidade técnica dos paratletas de bocha Paralímpica, atletismo e halterofilismo, oferecendo-lhes condições de excelência material e profissional, para que os atletas estejam sempre no melhor da sua forma, podendo melhorar ainda mais seus resultados nas competições, assim gerando maior visibilidade do projeto sendo ela uma das ferramentas utilizadas para atrair novos atletas para a instituição.



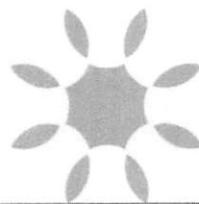


3.3. Justificativa da Proposição:

Historicamente, as pessoas com deficiências têm sido excluídas das práticas esportivas, por se acreditar na impossibilidade delas conseguirem realizar tais atividades. A constituição Brasileira, no seu Artigo 217, reza que o esporte é um direito dos cidadãos e deve ser fomentado pelo estado, com destinação de recursos, em casos específicos, para desportos de alto rendimento (inciso II do mesmo artigo).

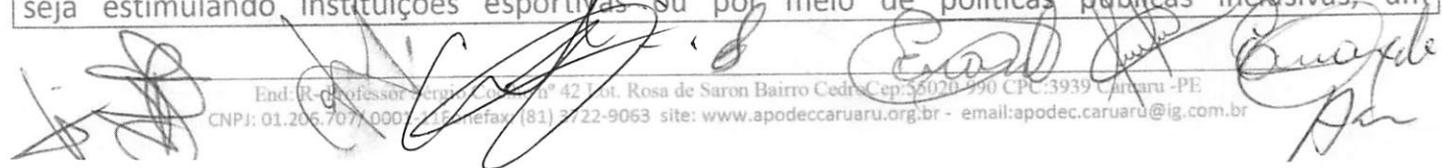


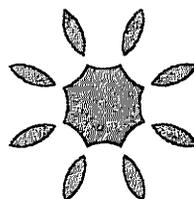
U



Apodec

A Lei 11.438/2006 prevê a possibilidade de incentivos e benefícios para fomentar as atividades de caráter desportivo. A Lei 12.715/2012 instituiu o Programa Nacional de apoio à atenção da saúde da Pessoa com Deficiência-Pronas/ PCD. Este programa foi implementado para incentivar ações e serviços desenvolvidos, sem fins lucrativos no âmbito da pessoa com deficiência. Apesar do que reza a legislação, a Apodec vem, ao logo desses anos, formando paratletas, os quais representam nosso município em competições estaduais, regionais e nacionais, mesmo sem recursos advindos dos incentivos previstos em lei. Este fato dificulta o desenvolvimento das atividades tais como: evolução dos paratletas, aquisição de material esportivo de qualidade, os implementos específicos de cada modalidade e a participação em competições fora do município. O contexto que motivou a elaboração deste projeto, foi à aprovação da Lei Municipal n 6.034/2018. A qual destina recursos públicos aos praticantes de desporto de alto rendimento na modalidade paralímpica. Voltada para pessoas com deficiência, o foco da Apodec é o desporto de alto rendimento, nas modalidades de Bocha adaptada, atletismo e halterofilismo, além de levar o nome de Caruaru para outras instancias, a atividade desportiva contribui para o aumento da autoestima, melhoria da saúde, qualidade de vida e autonomia dos paratletas. Contudo para ter um trabalho de qualidade, seja ela profissional ou estrutural, recursos financeiros sempre auxiliam a melhorar e ampliar o projeto, com a conquista de tais recursos poderemos investir de maneira mais imediata na compra de novos uniformes (camisas e agasalhos), despesas fixas mensais com os técnicos e apoio em logística de competições (traslados aéreos e terrestres, acomodações em hotéis), mostrando um grau de profissionalismo maior já que no rendimento sempre é necessário o conjunto entre um bom atleta e uma boa logística para competir e mostrar que o mesmo e a entidade que ele representa sejam vistos dentro do padrão de qualidade que o projeto busca, que é a excelência. Esses recursos também serão utilizados para auxiliar na busca de novos atletas. Todo esse investimento também será importante no combate nas zonas de maior risco de vulnerabilidade social servindo como válvula de escape e incentivo para uma vida longe de problemas e em busca da vida dentro dos parâmetros legais. Uma mostra sempre é a utilização do esporte de rendimento como fonte de inspiração para uma melhor participação nas escolas e na educação de uma maneira geral, por sempre ensinar disciplina os praticantes se sujeitam menos as situações de risco como uso de drogas, assaltos, violência de maneira em geral, também evitando que os mesmos sejam utilizados perante a sociedade. Esta instituição tem parceria com a Asces-Unita, através do Proted, e contamos ainda com a colaboração de voluntários. No seu quadro de profissionais, a Apodec conta com dois (3) professores de Educação Física, especializados nas modalidades desportivas Bocha Paralímpica, atletismo e halterofilismo com cursos e seminários, realizados pela Associação Nacional de Desporte para deficientes (ANDE) e pelo Comitê Paralímpico Brasileiro (CPB), os mesmos possuem também participações em inúmeras competições sejam elas estaduais, regionais e nacionais, assim como qualificação técnica oferecida pelo Comitê Paralímpico Brasileiro (CPB). A APODEC possui sede própria com instalações que lhe permitem ofertar treinamento das modalidades desportivas com as quais trabalha, utilizando também o campo em frente a sua sede e o campus II e III da Asces-Unita na parceria com o Proted. Ao desenvolver atividade desportiva de alto rendimento, a instituição motiva outras entidades, que poderão atuar no mesmo sentido, assim existindo uma abrangência maior em nossa cidade, podendo até ser ofertados novos esportes de acordo com a demanda que for surgindo, envolvendo ainda mais pessoas com outras deficiências, deixando claro assim que a cidade de Caruaru se importa com a pessoa com deficiência e oferece, seja estimulando instituições esportivas ou por meio de políticas públicas inclusivas, um





Apodec

protagonismo maior da pessoa com deficiência. Destacamos ainda o efeito positivo que as ações acarretam, comprovando a quebra do paradigma de que é possível o acesso da pessoa com deficiência ao desporto de alto rendimento. Os atletas paralímpicos vinculados à APODEC são oriundos dos serviços, projetos e programas de transferência de renda e benefícios socioassistenciais, público prioritário das políticas públicas e investimento público, o que torna a instituição apta. Assim aproveitamos para demonstrar nossa capacidade de continuidade por meio das nossas já inúmeras participações nos campeonatos estaduais, regionais e nacionais, e com os resultados recentes: vice-campeões regionais na modalidade haterofilismo 2020, 3º colocados por clubes no Campeonato Brasileiro Masculino de Bocha Paralímpica 2021, além do nosso atleta campeão na classe bc4 no mesmo evento e uma atleta 3ª colocada na classe bc2 no Campeonato Brasileiro Feminino de Bocha Paralímpica 2021. Além de ter um corpo de profissionais qualificados e dedicados a fortalecer ainda mais o movimento paralímpico, em conjunto com parceiros, sejam eles por pessoa física, como fisioterapeutas e profissionais de educação física que trabalham voluntariamente, como também com instituições, como no caso já existente com a ASCES-UNITA. Deixando claro também o incentivo do CPB (Comitê Paralímpico Brasileiro) e da ANDE. Finalizando nossa abordagem, destacamos a possibilidade abrangente de legado para cidade por meio do rendimento esportivo para a pessoa com deficiência, por meio da busca de atletas cada vez maior viabilizando melhores resultados para o projeto e assim gerando fontes inspiradoras para as novas gerações que por ventura surgirem, servindo assim o esporte de rendimento como modificador de vidas, onde pode se buscar uma vida melhor para si e para a família também, diminuindo assim a probabilidade de ingresso em meios de vida ilícitos, garantindo à sociedade de Caruaru melhores pessoas e melhores exemplos a serem seguidos.

3.4. Objetivos:

OBJETIVO GERAL:

• Aprimorar a capacidade técnica dos paratletas de bocha Paralímpica, halterofilismo e atletismo, oferecendo-lhes condições de excelência material e profissional, para que os atletas estejam sempre no melhor da sua forma assim podendo melhorar ainda mais seus resultados nas competições e gerando maior visibilidade do projeto sendo ela uma das ferramentas utilizadas para atrair novos atletas para o projeto.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Aprimorar as condições técnicas dos paratletas
- Promover participações em competições a nível estadual (campeonato pernambucano), regional (circuito loterias caixa de atletismo etapa regional norte/nordeste de halterofilismo, natação e atletismo e regional norte/nordeste de bocha paralímpica) e campeonato brasileiro de bocha paralímpica, halterofilismo e atletismo.
- Dar visibilidade as ações realizadas pelo projeto e surgimento de novos paratletas.
- Tornar a APODEC, assim como a cidade de Caruaru-PE, referência no paradesporto municipal,

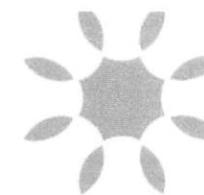
estadual e nacional.

3.5. Metas:

- Atender, beneficiar e fortalecer nossa equipe, representante do município de Caruaru, com o foco no treinamento paradesportivo e participação em competições regionais, nacionais e internacionais;
- Incentivar crianças, adolescentes e jovens com deficiência, a iniciação e prática paradesportiva, através de nosso projeto e divulgação por meio de apresentações esportivas nos espaços de esporte e lazer da cidade, visitas em escolas e em centros de atividade física de nosso município;
- Divulgar nosso trabalho e munir os Órgãos Operacionais através de informações que versem sobre participação em eventos esportivos, com fotos, folders, títulos;
- Contribuir no incremento das ações de enfrentamento à problemática da violência, de crianças e adolescentes em situação de vulnerabilidade social, através da Secretaria de Desenvolvimento Social e Direitos Humanos.

3.6. Metodologia:

Treinamento realizado em quatro dias por semanas, em locais específicos para cada modalidade, planejados e com periodização específica. Esses treinamentos serão realizados na sede da APODEC, como também na ASCES-UNITA, os dias dos treinos e horários serão: quartas na ASCES-UNITA das 13h as 16h e na sede da APODEC, nas segunda, quartas e sextas das 08h30min as 11h30min e das 14h as 16h e como já estamos em continuidade de calendário competitivo alguns atletas terão treinamentos diferentes de outros. Ao final de cada treinamento os atletas serão constantemente avaliados por fichas onde levarão em consideração: presença, nível de concentração no treinamento, pontualidade, desempenho nas diferentes atividades propostas, compromisso com o projeto, além de avaliações de cada competição, pelo desempenho apresentado independente no resultado obtido, avaliações funcionais dos movimentos dos atletas também serão realizadas uma no início do treinamento e outra ao final para analisarmos o que houve de melhora ou não, para que possa ser corrigido o mais breve possível. O mesmo se aplicará aos profissionais que estiverem acompanhando os atletas sejam eles técnicos e/ou coordenadores. Todas as atividades realizadas nos treinamentos serão monitoradas e supervisionadas pelos diretores técnicos da APODEC, assim como os mesmos estarão presentes em todas as competições, avaliações e planejamento paradesportivo. Cada atleta e diretor terá sua ficha cadastral, os atletas terão suas fichas individuais de inspeção de jogo, e os diretores e técnicos terão que fazer relatórios mensais com informações técnicas e fotográficas para melhor acompanhamento e desenvolvimento do projeto.



Periodização do Halterofilismo e Bocha

Dezembro	Janeiro	Fevereiro	Março	Abril	Maior	Junho	Julho	Agosto	Setembro	Outubro	Novembro	Dezembro	Janeiro
Semana 1: Bocha: força + ênfase na parcial de desempate Halterofilismo: Resistência	Semana 1: Bocha: Técnica de saída de jogo Halterofilismo: Força + resistência	Semana 1: Bocha: Técnica de saída de jogo Halterofilismo: Técnica	Semana 1: Bocha: Técnica de saída de jogo Halterofilismo: Resistência	Semana 1: Bocha: Força Halterofilismo: Técnica	Semana 1: Bocha: Técnica de saída de jogo Halterofilismo: Força + resistência	Semana 1: Bocha: Técnica de saída de jogo Halterofilismo: Técnica Pré-competição	Semana 1: Bocha: Técnica de saída de jogo Halterofilismo: Resistência	Semana 1: Bocha: Força Halterofilismo: Técnica	Semana 1: Bocha: Técnica de saída de jogo Halterofilismo: Resistência	Semana 1: Bocha: Técnica de saída de jogo Halterofilismo: Força + resistência	Semana 1: Bocha: Força + Jogo Halterofilismo: Técnico-pré-competição	Semana 1: Bocha: Força + ênfase na parcial de desempate Halterofilismo: Resistência	Semana 1: Bocha: Força Halterofilismo: Técnica
Semana 2: Bocha: força + ênfase na parcial de desempate Halterofilismo: Força + resistência	Semana 2: Bocha: utilização de táticas adversárias de competição para melhoras tomadas de decisão Halterofilismo	Semana 2: Bocha, Halterofilismo e flexibilidade e relaxamento.	Semana 2: Bocha: Técnica de saída de jogo Halterofilismo: Resistência + Força	Semana 2: Bocha: Força + definição de padrão de jogo Halterofilismo: Técnica	Semana 2: Bocha: força + ênfase na parcial de desempate Halterofilismo: Força + resistência	Semana 2: Bocha: Força + manutenção do treino Halterofilismo: Competição	Semana 2: Bocha: Técnica de saída de jogo Halterofilismo: Resistência + Força	Semana 2: Bocha: Força + definição de padrão de jogo Halterofilismo: Técnica	Semana 2: Bocha: Técnica de saída de jogo Halterofilismo: Resistência + Força	Semana 2: Bocha: força + ênfase na parcial de desempate Halterofilismo: Força + resistência	Semana 2: Bocha: utilização de táticas adversárias de competição para melhoras tomadas de decisão Halterofilismo: Competição	Semana 2: Bocha, Halterofilismo e flexibilidade e relaxamento.	Semana 2: Bocha: força + ênfase na parcial de desempate Halterofilismo: Força + resistência
Semana 3: Bocha: força + ênfase na parcial de desempate Halterofilismo: Força + resistência	Semana 3: Bocha: Bocha: Força + Jogo Halterofilismo:	Semana 3: Bocha, halterofilismo e mini competição	Semana 3: Bocha: Técnica de defesa Halterofilismo: Força	Semana 3: Bocha: Força + melhoria do padrão de jogo	Semana 3: Bocha: força + ênfase na parcial de desempate	Semana 3: Bocha: Tático + Técnica de aproximação	Semana 3: Bocha: Técnica de defesa Halterofilismo: Força	Semana 3: Bocha: Força + melhoria do padrão de jogo	Semana 3: Bocha: Técnica de defesa Halterofilismo: Força	Semana 3: Bocha: força + ênfase na parcial de desempate	Semana 3: Bocha: Força + Jogo Halterofilismo: Regenerati	Semana 3: Bocha, halterofilismo e mini competição interna, para avaliação de	Semana 3: Bocha: Técnica de defesa Halterofilismo: Força

62

[Handwritten signature]

Regenerativo	interna	Halterofilismo: Técnica + Resistência	Halterofilismo: Força + resistência	Halterofilismo: Regenerativo + avaliação da competição	Halterofilismo: Técnica + Resistência	Halterofilismo: Técnica + Resistência	Halterofilismo: Técnica + Resistência	Halterofilismo: Técnica + Resistência	Halterofilismo: Técnica + Resistência	Halterofilismo: Força + resistência	vo + avaliação da competição	desempenho.	
Semana 4: Bocha: Força + manutenção do treino Halterofilismo: Técnica Pré-competição	Semana 4: Bocha: força + Tática de meio quadra, obstrução e saída de situação complexas. Halterofilismo: Regenerativo + Técnica	Semana 4: Bocha, halterofilismo: avaliação física e funcional para análise de melhoras e possíveis compensações para início do próximo ciclo de treinamento	Semana 4: Bocha: Força + técnica de saída de jogo Halterofilismo: Técnica + Resistência	Semana 4: Bocha: Força + técnica de saída de jogo Halterofilismo: Técnica + Resistência	Semana 4: Bocha: Força + manutenção do treino Halterofilismo: Técnica Pré-competição	Semana 4: Bocha: Tático + Técnica aproximação Halterofilismo: Regenerativo + Técnica	Semana 4: Bocha: Técnica de defesa Halterofilismo: Explosão	Semana 4: Bocha: Força + técnica de saída de jogo Halterofilismo: Técnica + Resistência	Semana 4: Bocha: Técnica de defesa Halterofilismo: Explosão	Semana 4: Bocha: Força + manutenção do treino Halterofilismo: Técnica Pré-competição	Semana 4: Bocha: força + Tática de meio quadra, obstrução e saída de situação complexas. Halterofilismo: Regenerativo + Técnica	Semana 4: Bocha, halterofilismo: avaliação física e funcional para análise de melhoras e possíveis compensações para início do próximo ciclo de treinamento	Semana 4: Bocha, halterofilismo: avaliação física e funcional para análise de melhoras e possíveis compensações para início do próximo ciclo de treinamento

[Handwritten signature]

Periodização do Atletismo

	Dezembro 2021	Janeiro 2022	Fevereiro 2022	Março 2022	Abril 2022	Mai 2022	Junho 2022	Julho 2022	Agosto 2022	Setembro 2022	Outubro 2022	Novembro 2022	Dezembro 2022	Janeiro 2023
Flexibilidade														
Força														
Resistência														
Técnica														
Períodos de treino	Transição	Pré competitivo	Pré competitivo	Competitivo	Manutenção	Manutenção	Manutenção	Pré competitivo	Pré competitivo	Pré competitivo	Competitivo	Competitivo	Transição	Pré competitivo

[Handwritten signature]

Descanso
Leve
Moderado
Intenso

[Handwritten mark]

[Handwritten signature]

[Handwritten mark]

[Handwritten signature]

[Handwritten mark]

[Handwritten mark]

[Handwritten signature]

valor base Mesal	INSS Segurado 11%	INSS empresa 20%	Total Mensal	Total 14 Meses
R\$ 1.000,00	R\$ 110,00	R\$ 200,00	R\$ 310,00	R\$ 4.340,00
R\$ 700,00	R\$ 77,00	R\$ 140,00	R\$ 217,00	R\$ 3.038,00
R\$ 1.700,00	R\$ 187,00	R\$ 340,00	R\$ 527,00	R\$ 7.378,00

Item	valor mês	valor 14 meses
Profissional 1 bocha /halterof	R\$ 1.000,00	R\$ 14.000,00
Profissional 1 bocha /halterof	R\$ 700,00	R\$ 9.800,00
Profissional 1 Atletismo	R\$ 700,00	R\$ 9.800,00
Salario	R\$ 2.400,00	R\$ 33.600,00
Total + 20 % patronal +11%	R\$ 527,00	R\$ 7.387,00
Total geral	R\$ 2.927,00	R\$ 40.987,00

Translado/aéreo e terrestre/hospedagem/Uniforme		
Itens	Valor disponível	Valor total
Camisas/Blusão	R\$ 5.000,00	R\$ 5.000,00
Traslados	R\$ 24.013,00	R\$ 24.013,00
Total geral	R\$ 29.013,00	R\$ 29.013,00

Natureza da despesa	Total
Especificação	
Serviços de Terceiros Pessoa Física:	R\$ 40.987,00
Serviços de Terceiros Pessoa Jurídica	R\$ 29.013,00
Investimentos	R\$ -
Material de consumo	R\$ -
Total Geral	R\$ 70.000,00

4. CRONOGRAMA DE EXECUÇÃO

Meta	Etapa/fase	Especificação	Indicador Físico		Duração	
			Unidade	Quant.	Início	Término
Avaliação Aquisição material	1	Equipe de atletismo/ Halterofilismo/Bocha	Pessoas / atletas	22	Dezembro 2021	Janeiro 2023
	2	Equipe de atletismo/ Halterofilismo/Bocha	Pessoas /atletas	22	Dezembro 2021	Janeiro 2023
Treinos E avaliação r	3	Equipe de atletismo/ Halterofilismo/Bocha	Pessoas /atletas	22	Dezembro 2021	Janeiro 2023
	4	Equipe de atletismo/ Halterofilismo/Bocha	Pessoas /atletas	22	Dezembro 2021	Janeiro 2023
Treinos/ avaliação /competição.	5	Equipes de bocha /atletismo/Halterofilismo	Pessoas /atletas	22	Dezembro 2021	Janeiro 2023

5. PLANO DE APLICAÇÃO (R\$ 1,00)

Natureza da despesa	Total
Especificação	
Serviços de Terceiros Pessoa Física:	R\$ 40.987,00
Serviços de Terceiros Pessoa Jurídica	R\$ 29.013,00
Investimentos	R\$ -
Material de consumo	R\$ -
Total Geral R\$	70.000,00

6. CRONOGRAMA DE DESEMBOLSO (R\$ 1,00)

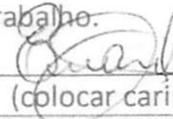
Número de parcelas	Valor
Parcela 1	R\$ 5.000,00
Parcela 2	R\$ 5.000,00
Parcela 3	R\$ 5.000,00
Parcela 4	R\$ 5.000,00
Parcela 5	R\$ 5.000,00
Parcela 6	R\$ 5.000,00
Parcela 7	R\$ 5.000,00
Parcela 8	R\$ 5.000,00
Parcela 9	R\$ 5.000,00
Parcela 10	R\$ 5.000,00
Parcela 11	R\$ 5.000,00
Parcela 12	R\$ 5.000,00
Parcela 13	R\$ 5.000,00
Parcela 14	R\$ 5.000,00
Total:	R\$ 70.000,00



7. DECLARAÇÃO

Na qualidade de representante legal do proponente, declaro, para fins de prova junto a Secretaria de desenvolvimento Social e Direitos Humanos de Caruaru, para os efeitos e sob as penas do art. 299 do Código Penal, que inexistem mora ou débito junto a qualquer órgão ou instituição da Administração Pública Municipal direta ou indireta que impeça a transferência de recursos oriundos de dotações consignadas no orçamento do Estado, na forma deste plano de trabalho.

Caruaru, 22 de novembro 2021.


APODEC
 Esnande Quirino da Silva
 (colocar carimbo) CNPJ: 01.206.707/0001-11

7.1- DATA E ASSINATURA DO PROPONENTE

Caruaru, 22 de novembro 2021.


 Esnande Quirino da Silva
 Presidente

7.2 PARECER TÉCNICO DA COMISSÃO DE SELEÇÃO

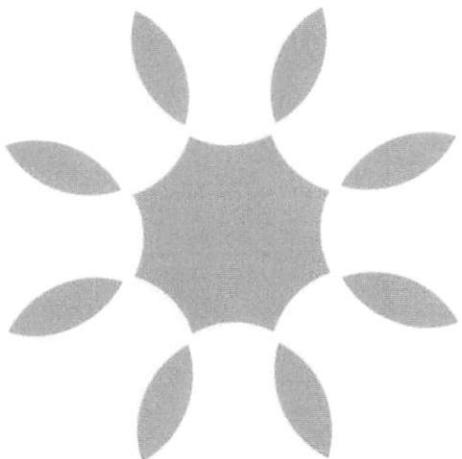
7.3 APROVAÇÃO PELO CONCEDENTE

Aprovado

Caruaru, /

Assinatura/carimbo do concedente

Projeto



Apodec

Projeto Força Paralympica 2022

[Handwritten scribbles and marks]

[Handwritten signature]

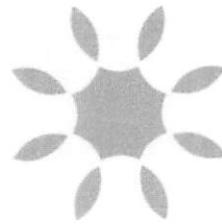
[Handwritten signature]

[Handwritten signature]

[Handwritten initials]

[Handwritten mark]

[Handwritten mark]



Apodec

Projeto Força Paralímpica 2022

IDENTIFICAÇÃO DA ORGANIZAÇÃO EXECUTORA.

Nome: Associação das Pessoas com Deficiência de Caruaru
End: Rua Professor Sergio Coelho nº 42 Bairro: Cedro- Caruaru-PE
CNPJ: 01.206.707/0001-11
Fone: (81) 3722-9063

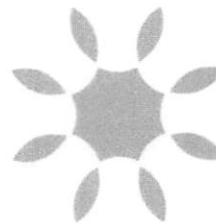
Identificação do Dirigente / Presidente

Representante: Esnande Quirino da Silva
Cargo: Presidente
RG: 5025593 SSP-PE
CPF: 018.615.044-03
Data de Posse da atual Diretoria: 01/12/2020
Período da vigência da atual diretoria 01/12/2020 a 31/11/2024
Estado Civil: Solteiro
Profissão: Aposentado
Escolaridade 2º grau Completo

IDENTIFICAÇÃO DO (A) COORDENADOR (A) DO PROJETO

Responsável técnico do projeto: Erik Rafael dos Anjos
RG: 8.303.200 SDS-PE
CPF: 089.081.524-07
Profissão: Educador Físico
Fone: (81) 9-9298-4790
Escolaridade Superior Completo
Formação em bacharel em educação física
Técnico / Apodec
CREF: 0005792 G/PE
E-mail: erikrpanjos@gmail.com

Coordenador do projeto: Esnande Quirino da Silva
RG: 5025593 SSP-PE
CPF: 018.615.044-03
Profissão: Aposentado
Fone: (81) 9-9308-5009
Escolaridade 2º grau completo
Presidente da Apodec
E-mail: esnadequirino@gmail.com



Apodec

Técnico das modalidades de Bocha e Halterofilismo: Erik Rafael dos Anjos

RG: 8.303.200 SDS-PE

CPF: 089.081.524-07

Profissão: Educador Físico

Fone: (81) 9-9298-4790

Escolaridade Superior Completo

Formação em bacharel em educação física

Técnico / Apodec

CREF: 0005792 G/PE

E-mail: erikrpanjos@gmail.com

Técnico da modalidade de atletismo: Geiverton José Marques de Arruda

RG: 7.284.908 SDS-PE

CPF: 069.949.214-92

Profissão: Educador Físico

Fone: (81) 9-9486-3903

Escolaridade Superior Completo

Técnico / Apodec

CREF: 6303 G/PE

Formação em bacharel em educação física

Técnico da modalidade de Bocha e Halterofilismo: João Everton da Silva Quirino

RG: 10.042.076 SDS-PE

CPF: 709.879.324-89

Fone: (81) 9-9838-9084

Escolaridade Superior Completo

Formação em bacharel em educação física

Técnico / Apodec

Formação em bacharel em educação física

IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

Nome do Projeto: Força Paralímpica 2022

Área de atuação: Esporte de Rendimento

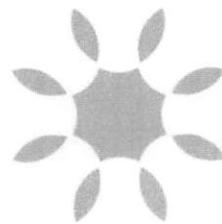
Público alvo: Pessoa com deficiência (Atletas paralímpico da bocha, atletismos e halterofilismo)

Local a ser desenvolvido o projeto: Sede da APODEC / campo em frete a apodec / Asces Unita. (Campus II).

Condições do espaço físico: Ótimo - Espaço amplo, climatizado, adaptado para os esportes do projeto.

Situação do projeto: () Novo (X) Em andamento

Período de execução: 14 (catorze) meses.



Apodec

1- CAPACIDADE INSTITUCIONAL:

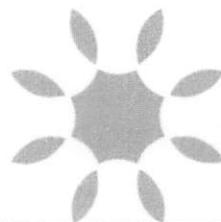
A prática esportiva para pessoas com deficiência é uma atividade desenvolvida pela Apodec desde 1998. Considerando o crescimento do paradesporto no cenário nacional e internacional, a Apodec vislumbrou, através do esporte de alto rendimento, a oportunidade e de ver transformada a realidade dos indivíduos com deficiência. O desportista nessa condição se adapta a si e à sociedade e esta se adapta às diferenças. Este projeto fortalece as ações da Apodec de garantir, as pessoas com deficiência, o acesso ao esporte e ao meio competitivo modificando assim sua realidade e lhe proporcionando novas vivências nas competições que o mesmo venha a participar. Através do recebimento de recursos financeiros, continuará a custear despesas próprias da formação de paratletas de alto rendimento. Já estamos colhendo os frutos do Projeto Força Paralímpica onde no ano de 2019 tivemos uma atleta vice-campeã de Halterofilismo, em 2020 tivemos duas medalhas de prata no Campeonato Regional de Halterofilismo e no ano de 2021 nosso atleta foi Campeão de Bocha Paralímpica na classe bc4 e uma atleta ficou com a terceira colocação no Campeonato Brasileiro Feminino de Bocha Paralímpica. No nosso corpo técnico e institucional temos as seguintes pessoas: Nosso coordenador Esnande Quirino possui cursos de capacitação na bocha/atletismo/arbitragem e classificação funcional, e também é ex-atleta de halterofilismo da seleção brasileira e participou entre outras competições do para-pan do Rio de Janeiro em 2007, possui mais de 20 anos no movimento paralímpico. Nosso técnico de halterofilismo e bocha paralímpica Erik Rafael dos Anjos, formado em bacharelado em educação física pela faculdade ascés, registrado no cref sob o número de registro 5792G/PE, possuindo mais de 9 anos de formação acadêmica, além de possuir cursos de formação no esporte paralímpico desde sua graduação tendo assim um tempo de atuação e experiência profissional acima de 7 anos, tendo trabalhado já em competições tanto de bocha, como de atletismo e hatelrofilismo, sejam competições estaduais, municipais e nacionais e com título brasileiro de Bocha Paralímpica Masculino na classe bc4 e um terceiro lugar no Campeonato Brasileiro Feminino de Bocha Paralímpica, além de um vice-campeonato com uma atleta de Halterofilismo no ano de 2019; o técnico da equipe de atletismo será o Geiverton José Marques de Arruda, formado em bacharelado em educação física pela faculdade ascés, registrado no cref sob o número de registro 6303G/PE possui mais de 4 anos de formação acadêmica e também de experiência no movimento paralímpico, também já participou de cursos de formação realizados pela ANDE, Comitê Paralímpico Brasileiro (CPB) e de competições sejam elas estaduais, regionais e nacionais; o técnico de Halterofilismo e de Bocha João Everton da Silva Quirino, recém formado em Educação Física mas com um currículo vasto com estagiário das modalidades, curso de árbitro de Bocha Paralímpica pela ANDE e cursos pelo CPB; além de fisioterapeutas voluntários que acompanham os atletas sempre que necessário. Além de contar com sede própria onde são realizados os treinos da bocha e halterofilismo (sala com tamanho adequado a quadra oficial e piso onde é possível um treinamento de alta qualidade) e também no campo de futebol na frente da sede onde também existe o treinamento do atletismo, além da parceria existente com a instituição de ensino superior ASCES-UNITA, onde são utilizados os espaços da instituição

Academia para o treinamento de força, sala de espelho voltada para a bocha e também o campo de futebol para o atletismo) e também os alunos do curso de bacharelado em educação física atuam auxiliando nos treinamentos, otimizando ainda mais a melhoria nos diferentes níveis do condicionamento físico e técnico. Assim aproveitamos para demonstrar nossa capacidade de continuidade por meio das nossas já inúmeras participações no campeonato estadual, regionais e nacionais, além de ter um corpo de profissionais qualificados e dedicados a fortalecer ainda mais o movimento paralímpico, em conjunto com parceiros sejam eles por pessoas física como fisioterapeutas e profissionais de educação física que trabalham voluntariamente, como também com instituições como no caso já existente com a ASCES-UNITA.

2- JUSTIFICATIVA:

Historicamente, as pessoas com deficiências têm sido excluídas das práticas esportivas, por se acreditar na impossibilidade delas conseguirem realizar tais atividades. A constituição Brasileira, no seu Artigo 217, reza que o esporte é um direito dos cidadãos e deve ser fomentado pelo estado, com destinação de recursos, em casos específicos, para desportos de alto rendimento (inciso II do mesmo artigo).

A Lei 11.438/2006 prevê a possibilidade de incentivos e benefícios para fomentar as atividades de caráter desportivo. A Lei 12.715/2012 instituiu o Programa Nacional de apoio à atenção da saúde da Pessoa com Deficiência–Pronas/ PCD. Este programa foi implementado para incentivar ações e serviços desenvolvidos, sem fins lucrativos no âmbito da pessoa com deficiência. Apesar do que reza a legislação, a Apodec vem, ao logo desses anos, formando paratletas, os quais representam nosso município em competições estaduais, regionais e nacionais, mesmo sem recursos advindos dos incentivos previstos em lei. Este fato dificulta o desenvolvimento das atividades tais como: evolução dos paratletas, aquisição de material esportivo de qualidade, os implementos específicos de cada modalidade e a participação em competições fora do município. O contexto que motivou a elaboração deste projeto, foi à aprovação da Lei Municipal n 6.034/2018. A qual destina recursos públicos aos praticantes de desporto de alto rendimento na modalidade paralímpica. Voltada para pessoas com deficiência, o foco da Apodec é o desporto de alto rendimento, nas modalidades de Bocha adaptada, atletismo e halterofilismo, além de levar o nome de Caruaru para outras instancias, a atividade desportiva contribui para o aumento da autoestima, melhoria da saúde, qualidade de vida e autonomia dos paratletas. Contudo para ter um trabalho de qualidade, seja ela profissional ou estrutural, recursos financeiros sempre auxiliam a melhorar e ampliar o projeto, com a conquista de tais recursos poderemos investir de maneira mais imediata na compra de novos uniformes (camisas e agasalhos), despesas fixas mensais com os técnicos e apoio em logística de competições



Apodec

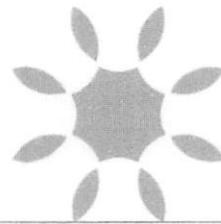
(traslados aéreos e terrestres, acomodações em hotéis), mostrando um grau de profissionalismo maior já que no rendimento sempre é necessário o conjunto entre um bom atleta e uma boa logística para competir e mostrar que o mesmo e a entidade que ele representa sejam vistos dentro do padrão de qualidade que o projeto busca, que é a excelência. Esses recursos também serão utilizados para auxiliar na busca de novos atletas. Todo esse investimento também será importante no combate nas zonas de maior risco de vulnerabilidade social servindo como válvula de escape e incentivo para uma vida longe de problemas e em busca da vida dentro dos parâmetros legais. Uma mostra sempre é a utilização do esporte de rendimento como fonte de inspiração para uma melhor participação nas escolas e na educação de uma maneira geral, por sempre ensinar disciplina os praticantes se sujeitam menos as situações de risco como uso de drogas, assaltos, violência de maneira em geral, também evitando que os mesmos sejam inutilizados perante a sociedade. Esta instituição tem parceria com a Asces-Unita, através do Proted, e contamos ainda com a colaboração de voluntários. No seu quadro de profissionais, a Apodec conta com dois (3) professores de Educação Física, especializados nas modalidades desportivas Bocha Paralímpica, atletismo e halterofilismo com cursos e seminários, realizados pela Associação Nacional de Desporte para deficientes (ANDE) e pelo Comitê Paralímpico Brasileiro (CPB), os mesmos possuem também participações em inúmeras competições sejam elas estaduais, regionais e nacionais, assim como qualificação técnica oferecida pelo Comitê Paralímpico Brasileiro (CPB). A APODEC possui sede própria com instalações que lhe permitem ofertar treinamento das modalidades desportivas com as quais trabalha, utilizando também o campo em frente a sua sede e o campus II e III da Asces-Unita na parceria com o Proted. Ao desenvolver atividade desportiva de alto rendimento, a instituição motiva outras entidades, que poderão atuar no mesmo sentido, assim existindo uma abrangência maior em nossa cidade, podendo até ser ofertados novos esportes de acordo com a demanda que for surgindo, envolvendo ainda mais pessoas com outras deficiências, deixando claro assim que a cidade de Caruaru se importa com a pessoa com deficiência e oferece, seja estimulando instituições esportivas ou por meio de políticas públicas inclusivas, um protagonismo maior da pessoa com deficiência. Destacamos ainda o efeito positivo que as ações acarretam, comprovando a quebra do paradigma de que é possível o acesso

da pessoa com deficiência ao desporto de alto rendimento. Os atletas paralímpicos vinculados à APODEC são oriundos dos serviços, projetos e programas de transferência de renda e benefícios socioassistenciais, público prioritário das políticas públicas e investimento público, o que torna a instituição apta. Assim aproveitamos para demonstrar nossa capacidade de continuidade por meio das nossas já inúmeras participações nos campeonatos estaduais, regionais e nacionais, e com os resultados recentes: vice-campeões regionais na modalidade haterofilismo 2020, 3º colocados gerais por clubes no Campeonato Brasileiro Masculino de Bocha Paralímpica 2021, além do nosso atleta campeão na classe bc4 no mesmo evento e uma atleta 3ª colocada na classe bc2 no Campeonato Brasileiro Feminino de Bocha Paralímpica 2021. Além de ter um corpo de profissionais qualificados e dedicados a fortalecer ainda mais o movimento paralímpico, em conjunto com parceiros, sejam eles por pessoa física, como fisioterapeutas e profissionais de educação física que trabalham voluntariamente, como também com instituições, como no caso já existente com a ASCES-UNITA. Deixando claro também o incentivo do CPB (Comitê Paralímpico Brasileiro) e da ANDE. Finalizando nossa abordagem, destacamos a possibilidade abrangente de legado para cidade por meio do rendimento esportivo para a pessoa com deficiência, por meio da busca de atletas cada vez maior viabilizando melhores resultados para o projeto e assim gerando fontes inspiradoras para as novas gerações que por ventura surgirem, servindo assim o esporte de rendimento como modificador de vidas, onde pode se buscar uma vida melhor para si e para a família também, diminuindo assim a probabilidade de ingresso em meios de vida ilícitos, garantindo à sociedade de Caruaru melhores pessoas e melhores exemplos a serem seguidos.

(Handwritten mark)

3- OBJETIVOS:

3.1- OBJETIVO GERAL:



Apodec

Aprimorar a capacidade técnica dos paratletas de bocha Paralímpica, halterofilismo e atletismo, oferecendo-lhes condições de excelência, material e profissional, para que os atletas estejam sempre no melhor da sua forma assim podendo melhorar ainda mais seus resultados nas competições e gerando maior visibilidade do projeto sendo ela uma das ferramentas utilizadas para atrair novos atletas para o projeto.

3.2- OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

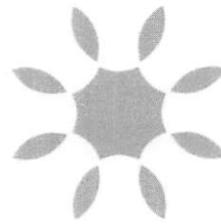
OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Aprimorar as condições técnicas dos paratletas
- Promove participações em competições (estadual (pernambucano), regional (circuito loteria caixa de atletismo etapa regional norte/nordeste e regional norte/nordeste de bocha) e brasileiro de bocha, halterofilismo e atletismo).
- Dar visibilidade as ações realizadas pelo projeto e surgimento de novos paratletas.
- Tornar a APODEC, assim como a cidade de Caruaru-PE referência no Município e Estado.
- Propiciar a manutenção dos espaços.
- Viabilizar a participação em campeonatos municipais, estaduais e nacionais através de uma logística adequada ao alto nível de rendimento.

4- PUBLICO DESTINATORIO

Pessoas com paralisia cerebral, com paraplegia, com deficiência visual, com deficiência física e entre outras deficiências. Atualmente com um total de 17 atletas, mas com a expectativa com a captação de novos atletas chegar a pelo menos 22 atletas. Exigindo como idade mínima 14 anos para início das atividades de treinamento.

5- META:



Apodec

- Atender, beneficiar e fortalecer nossa equipe, representante do município de Caruaru, com o foco no treinamento paradesportivo e participação em competições regionais, nacionais e internacionais;
- Incentivar crianças, adolescentes e jovens com deficiência, a iniciação e prática paradesportiva, através de nosso projeto e divulgação por meio de apresentações esportivas nos espaços de esporte e lazer da cidade, visitas em escolas e em centros de atividade física de nosso município;
- Divulgar nosso trabalho e munir os Órgãos Operacionais através de informações que versem sobre participação em eventos esportivos, com fotos, folders, títulos;
- Contribuir no incremento das ações de enfrentamento à problemática da violência, de crianças e adolescentes em situação de vulnerabilidade social, através da Secretaria de Desenvolvimento Social e Direitos Humanos.

6- METODOLOGIA

Treinamento realizado em quatro dias por semanas, em locais específicos para cada modalidade, planejados e com periodização específica. Esses treinamentos serão realizados na sede da APODEC, como também na ASCES-UNITA, os dias dos treinos e horários serão: quartas na ASCES-UNITA das 13h as 16h e na sede da APODEC, nas segunda, quartas e sextas das 08h30min as 11h30min e das 14h as 16h e como já estamos em continuidade de calendário competitivo alguns atletas terão treinamentos diferentes de outros. Ao final de cada treinamento os atletas serão constantemente avaliados por fichas onde levarão em consideração: presença, nível de concentração no treinamento, pontualidade, desempenho nas diferentes atividades propostas, compromisso com o projeto, além de avaliações de cada competição, pelo desempenho apresentado independente no resultado obtido, avaliações funcionais dos movimentos dos atletas também serão realizadas uma no início do treinamento e outra ao final para analisarmos o que houve de melhora ou não, para que possa ser corrigido o mais breve possível. O mesmo se aplicará aos profissionais que estiverem acompanhando os atletas sejam eles técnicos e/ou coordenadores. Todas as atividades realizadas nos treinamentos serão monitoradas e supervisionadas pelos diretores técnicos da APODEC, assim como os mesmos estarão presentes em todas as competições, avaliações e planejamento paradesportivo. Cada atleta e diretor terá sua ficha cadastral, os atletas terão suas fichas individuais de inspeção de jogo, e os diretores e técnicos terão que fazer relatórios mensais com informações técnicas e fotográficas para melhor acompanhamento e desenvolvimento do projeto.

[Handwritten signature]



Periodização do Halterofilismo e Bocha

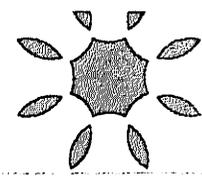
Dezembro	Janeiro	Fevereiro	Março	Abril	Maior	Junho	Julho	Agosto	Setembro	Outubro	Novembro	Dezembro	Janeiro
Semana 1: Bocha: força + ênfase na parcial de desempate Halterofilismo: Resistência	Semana 1: Bocha: Técnica de saída de jogo Halterofilismo: Força + resistência	Semana 1: Bocha: Técnica de saída de jogo Halterofilismo: Técnica	Semana 1: Bocha: Técnica de saída de jogo Halterofilismo: Resistência	Semana 1: Bocha: Força Halterofilismo: Técnica	Semana 1: Bocha: Técnica de saída de jogo Halterofilismo: Força + resistência	Semana 1: Bocha: Técnica de saída de jogo Halterofilismo: Técnica	Semana 1: Bocha: Técnica de saída de jogo Halterofilismo: Resistência	Semana 1: Bocha: Força Halterofilismo: Técnica	Semana 1: Bocha: Técnica de saída de jogo Halterofilismo: Resistência	Semana 1: Bocha: Técnica de saída de jogo Halterofilismo: Força + resistência	Semana 1: Bocha: Força + Jogo Halterofilismo: Técnico-pré-competição	Semana 1: Bocha: Força + ênfase na parcial de desempate Halterofilismo: Resistência	Semana 1: Bocha: Força Halterofilismo: Técnica
Semana 2: Bocha: força + ênfase na parcial de desempate Halterofilismo: Força + resistência	Semana 2: Bocha: utilização de táticas adversárias de competição para melhoras tomadas de decisão Halterofilismo	Semana 2: Bocha, Halterofilismo e flexibilidade e relaxamento.	Semana 2: Bocha: Técnica de saída de jogo Halterofilismo: Resistência + Força	Semana 2: Bocha: Força + definição de padrão de jogo Halterofilismo: Técnica	Semana 2: Bocha: força + ênfase na parcial de desempate Halterofilismo: Força + resistência	Semana 2: Bocha: Força + manutenção do treino Halterofilismo: Competição	Semana 2: Bocha: Técnica de saída de jogo Halterofilismo: Resistência + Força	Semana 2: Bocha: Força + definição de padrão de jogo Halterofilismo: Técnica	Semana 2: Bocha: Técnica de saída de jogo Halterofilismo: Resistência + Força	Semana 2: Bocha: força + ênfase na parcial de desempate Halterofilismo: Força + resistência	Semana 2: Bocha: utilização de táticas adversárias de competição para melhoras tomadas de decisão Halterofilismo: Competição	Semana 2: Bocha, Halterofilismo e flexibilidade e relaxamento.	Semana 2: Bocha: força + ênfase na parcial de desempate Halterofilismo: Força + resistência
Semana 3: Bocha: força + ênfase na parcial de desempate Halterofilismo: Força + resistência	Semana 3: Bocha: Bocha: Força + Jogo Halterofilismo: Regenera	Semana 3: Bocha, halterofilismo e mini competição	Semana 3: Bocha: Técnica de defesa Halterofilismo: Força	Semana 3: Bocha: Força + melhoria do padrão de jogo Halterofilismo	Semana 3: Bocha: força + ênfase na parcial de desempate Halterofilismo	Semana 3: Bocha: Tático + Técnica de defesa aproximado Halterofilismo	Semana 3: Bocha: Técnica de defesa Halterofilismo: Força	Semana 3: Bocha: Força + melhoria do padrão de jogo Halterofilismo	Semana 3: Bocha: Técnica de defesa Halterofilismo: Força	Semana 3: Bocha: força + ênfase na parcial de desempate Halterofilismo	Semana 3: Bocha: Força + Jogo Halterofilismo: Regenerativo +	Semana 3: Bocha, halterofilismo e mini competição interna, para avaliação de desempenho	Semana 3: Bocha: Técnica de defesa Halterofilismo: Força

[Handwritten signature]

[Handwritten signature]

[Handwritten signature]

A. [Handwritten scribbles]



	tivo	interna		ismo: Técnica + Resistênc ia	ismo: Força + resistênci a	ismo: Regenera tivo + avaliação da competiç ão		ismo: Técnica + Resistênc ia		ismo: Força + resistênci a	avaliação da competiçã o		
Semana 4: Bocha: Força + manutenção do treino Halterofilismo: Técnica Pré- competição	Semana 4: Bocha: força + Tática de meio quadra, obstrução e saída de situação complexa s. Halterofil ismo: Regenera tivo + Técnica	Semana 4: Bocha, halterofil ismo: avaliação fisica e funcional para análise de melhoras e possiveis compens ações para inicio do próximo ciclo de treiname nto	Semana 4: Bocha: Força + técnica de saída de jogo Halterofil ismo: Técnica + Resistênc ia	Semana 4: Bocha: Força + técnica de saída de jogo Halterofil ismo: Técnica + Resistênc ia	Semana 4: Bocha: Força + manutenç ão do treino Halterofil ismo: Técnica Pré- competiç ão	Semana 4: Bocha: Tático + Técnica de aproxima ção Halterofil ismo: Regenera tivo + Técnica	Semana 4: Bocha: Técnica de defesa Halterofi lismo: Explosão	Semana 4: Bocha: Força + técnica de saída de jogo Halterofil ismo: Técnica + Resistênc ia	Semana 4: Bocha: Técnica de defesa Halterofi lismo: Explosão	Semana 4: Bocha: Força + manutenç ão do treino Halterofil ismo: Técnica Pré- competiç ão	Semana 4: Bocha: força + Tática de meio quadra, obstrução e saída de situação complexas Halterofili simo: Regenerati vo + Técnica	Semana 4: Bocha, halterofilis mo: avaliação fisica e funcional para análise de melhoras e possiveis compensaç ões para inicio do próximo ciclo de treinamento	Semana 4: Bocha, halterofilismo: avaliação fisica e funcional para análise de melhoras e possiveis compensações para inicio do próximo ciclo de treinamento

[Handwritten scribbles]

[Handwritten scribbles]

[Handwritten scribbles]

[Handwritten scribbles]

[Handwritten signature]

[Handwritten signature]

Periodização do atletismo

	Dezembro 2021	Janeiro 2022	Fevereiro 2022	Março 2022	Abril 2022	Mai 2022	Junho 2022	Julho 2022	Agosto 2022	Setembro 2022	Outubro 2022	Novembro 2022	Dezembro 2022	Janeiro 2023
Flexibilidade														
Força														
Resistência														
Técnica														
Período de treino	Transição	Pré competitivo	Pré competitivo	Competitivo	Manutenção	Manutenção	Manutenção	Pré competitivo	Pré competitivo	Pré competitivo	Competitivo	Competitivo	Transição	Pré competitivo

- Descanso
- Leve
- Moderado
- Intenso

