



| 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: Apodeccaruaru2019@gmail.com |
| Conta-corrente : 92667-1 | Banco: Brasil | Agência n.º 159-7 | Praça de Pagamento Caruaru | |
| 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 | |



3. DESCRIÇÃO DO PROJETO

| 3.1. Título do Projeto | Período da execução | |
|------------------------|---------------------|---------------|
| | Início | Término |
| | Maio/2023 | Dezembro/2023 |

Força Paralímpica 2023

3.2. Identificação do Objeto:

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, nacionais e internacional, 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 na melhoria e ampliar o projeto, com a conquista de tais recursos poderemos investir de maneira mais imediata na compra de um novo equipamento (petra) para a prova do atletismo RaceRunning, despesas fixas mensais com os técnicos e apoio em logística de competições (traslados aéreos e terrestres, acomodações em hotéis). Buscando uma abrangência maior de atletas com deficiência, no ano de 2023 nosso projeto iniciará mais uma prova do atletismo: o RaceRunning (também conhecido como petra) que seus praticantes são pessoas com paralisia cerebral. Assim, iremos adquirir um equipamento para a prática de tal prova. 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 Ascen-



Unita, através do Proted, e contamos ainda com a colaboração de voluntários. No seu quadro de profissionais, a Apodec conta com dois (2) professores de Educação Física, especializados nas modalidades desportivas Bocha Paralímpica, atletismo e halterofilismo com cursos e seminários, realizados pela Associação Nacional de Desporto 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 Ascens-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, nacionais e internacional, e com os resultados recentes: vice-campeões regionais na modalidade halterofilismo 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, com convocação para a seleção brasileira de Bocha. Em 2022, obtivemos sete (07) medalhas no Meeting Paralímpico Loterias Caixa de Halterofilismo, terceiro colocado no ranking nacional de Atletismo na prova Lançamento do disco classe F35 e na Bocha tivemos três terceiros lugares no Campeonato Brasileiro da modalidade. Nossos atletas com idade de jovens também obtiveram resultados satisfatórios nas Paralímpiadas Escolares: primeiro lugar na modalidade atletismo provas Lançamento do disco e do dardo e Arremesso do peso e na Bocha tivemos um segundo lugar na classe BC3. Podemos ainda citar a participação de nossa atleta Leticia Karoline nos campeonatos internacionais de Bocha: Challenger Zagreb - Croácia 2022 e Campeonato Mundial de Bocha Rio de Janeiro 2022. 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: segundas e quartas na ASCES-UNITA das 13h as 15h e na sede da APODEC, nas segunda, quartas, quintas 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 mesociclo de 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. Ainda teremos reuniões periódicas com os profissionais envolvidos no projeto, com finalidade de avaliar o andamento do nosso projeto. 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

| Maio | Junho | Julho | Agosto | Setembro | Outubro | Novembro | Dezembro |
|--|---|---|--|--|---|--|--|
| 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 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 melhora nas tomadas de decisão Halterofilismo: Competição | Semana 2: Bocha, Halterofilismo e: flexibilidade e relaxamento. |
| Semana 3: Bocha: força + ênfase na parcial de desempate Halterofilismo: Força + resistência | Semana 3: Bocha: Tático + Técnica de aproximação Halterofilismo: Regenerativo + avaliação da competição | Semana 3: Bocha: Técnica de defesa Halterofilismo: Força | Semana 3: Bocha: Força + melhora do padrão de jogo Halterofilismo: Técnica + Resistência | Semana 3: Bocha: Técnica de defesa Halterofilismo: Força | Semana 3: Bocha: força + ênfase na parcial de desempate Halterofilismo: Força + resistência | Semana 3: Bocha: Bocha: Força + Jogo Halterofilismo: Regenerativo + avaliação da competição | Semana 3: Bocha, halterofilismo e mini competição interna, para avaliação de desempenho. |
| Semana 4: Bocha: Força + manutenção do treino Halterofilismo: Técnica Pré-competição | Semana 4: Bocha: Tático + Técnica de 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 |

Periodização do Atletismo

| | Maio 2023 | Junho 2023 | Julho 2023 | Agosto 2023 | Setembro 2023 | Outubro 2023 | Novembro 2023 | Dezembro 2023 |
|--------------------|---|---------------|-----------------|-----------------|------------------|-----------------|------------------|------------------|
| Flexibilidade | Intenso, Moderado, Intenso, Moderado, Moderado, Moderado, Descanso, Moderado, Leve, Leve, Descanso, Leve, Leve, Descanso, Leve, Descanso, Intenso, Intenso, Intenso, Intenso, Intenso, Moderado, Moderado, Descanso, Moderado, Moderado, Intenso | | | | | | | |
| Força | Leve, Leve, Leve, Leve, Moderado, Moderado, Intenso, Intenso, Moderado, Intenso, Intenso | | | | | | | |
| Resistência | Moderado, Intenso, Intenso, Moderado, Moderado, Intenso, Intenso | | | | | | | |
| Técnica | Leve, Leve, Leve, Leve, Moderado, Moderado, Intenso, Intenso | | | | | | | |
| Períodos de treino | Manutenção | Manutenção | Pré competitivo | Pré competitivo | Competitivo | Transição | Manutenção | Transição |

| |
|----------|
| Descanso |
| Leve |
| Moderado |
| Intenso |

| Valor base Mensal | Valor liquido | INSS Segurado 11% | INSS empresa 20% | Total Mensal | Total 08 Meses |
|-------------------|---------------|-------------------|------------------|--------------|----------------|
| R\$ 1.850,00 | R\$ 1.646,50 | R\$ 203,50 | R\$ 370,00 | R\$ 573,50 | R\$ 4.588,00 |
| R\$ 2.500,00 | R\$ 2.225,00 | R\$ 275,00 | R\$ 500,00 | R\$ 775,00 | R\$ 6.200,00 |
| R\$ 4.350,00 | R\$ 3.871,50 | R\$ 478,50 | R\$ 870,00 | R\$ 1.348,50 | R\$ 10.788,00 |

| Item | valor mês | valor 08 meses |
|-----------------------------------|---------------------|----------------------|
| Profissional 1 bocha /halterof | R\$ 1.850,00 | R\$ 14.800,00 |
| Profissional 1 Atletismo/halterot | R\$ 2.500,00 | R\$ 20.000,00 |
| Salario | R\$ 4.350,00 | R\$ 34.800,00 |
| Total + 20 % patronal | R\$ 870,00 | R\$ 6.960,00 |
| Total geral | R\$ 5.220,00 | R\$ 41.760,00 |

| Translado/aéreo e terrestre/hospedagem/Petra | | |
|--|----------------------|----------------------|
| Itens | Valor disponível | Valor total |
| Petra | R\$ 6.000,00 | R\$ 6.000,00 |
| Traslados/hotel | R\$ 22.240,00 | R\$ 22.240,00 |
| Total geral | R\$ 28.240,00 | R\$ 28.240,00 |

| Natureza da despesa | Total |
|---------------------------------------|----------------------|
| Especificação | |
| Serviços de Terceiros Pessoa Física: | R\$ 41.760,00 |
| Serviços de Terceiros Pessoa Jurídica | R\$ 28.240,00 |
| 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 | Maio 2023 | Dezembro 2023 |
| | 2 | Equipe de atletismo/ Halterofilismo/Bocha | Pessoas /atletas | 22 | Maio 2023 | Dezembro 2023 |
| Treinos E avaliação r | 3 | Equipe de atletismo/ Halterofilismo/Bocha | Pessoas /atletas | 22 | Maio 2023 | Dezembro 2023 |
| | 4 | Equipe de atletismo/ Halterofilismo/Bocha | Pessoas /atletas | 22 | Maio 2023 | Dezembro 2023 |
| Treinos/ avaliação /competição. | 5 | Equipes de bocha /atletismo/Halterofilismo | Pessoas /atletas | 22 | Maio 2023 | Dezembro 2023 |

5. PLANO DE APLICAÇÃO (Em Reais)

| Natureza da despesa | Total |
|---------------------------------------|------------------|
| Especificação | |
| Serviços de Terceiros Pessoa Física: | R\$ 41.760,00 |
| Serviços de Terceiros Pessoa Jurídica | R\$ 28.240,00 |
| Investimentos | R\$ - |
| Material de consumo | R\$ - |
| Total Geral R\$ | 70.000,00 |

6. CRONOGRAMA DE DESEMBOLSO (Em reais)

| Parcela 1ª | Parcela 2ª | Parcela 3ª | Parcela 4ª |
|--------------|--------------|---------------------|--------------|
| R\$ 8.750,00 | R\$ 8.750,00 | R\$ 8.750,00 | R\$ 8.750,00 |
| Parcela 5ª | Parcela 6ª | Parcela 7ª | Parcela 8ª |
| R\$ 8.750,00 | R\$ 8.750,00 | R\$ 8.750,00 | R\$ 8.750,00 |
| 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, 11 de abril 2023.

(colocar carimbo)

7.1- DATA E ASSINATURA DO PROPONENTE

Caruaru, 11 de abril 2023.

Esnande Quirino da Silva
Presidente

7.2 PARECER TÉCNICO DA COMISSÃO DE SELEÇÃO
7.3 APROVAÇÃO PELO CONCEDENTE

Aprovado

Caruaru, / /

Assinatura/carimbo do concedente

Caruaru 11 de abril de 2023.

Atenciosamente


Esnande Quirino da Silva
Presidente