



ALMAN

ASSOCIAÇÃO LIMEIRENSE MASTER DE NATAÇÃO

Rua Capitão Flaminio Ferreira N.º 245, Centro CEP 13480-140

CNPJ(MF) 07.298.416/0001-87 / IM 32.997

Fone: (019) 3452-6119 Email: alman.natacao@terra.com.br

Data da Fundação: 27/02/2005

PEDIDO DE AVALIAÇÃO DE PROJETO

Solicitamos a Comissão de Avaliação de Projetos da Secretaria Municipal de Esportes e Lazer, que o presente projeto esportivo **NATAÇÃO MÁSTER MASCULINO E FEMININO** hora apresentado pela Associação Limeirense Master de Nataçao, seja avaliado conforme os requisitos descritos no Edital de Chamamento Público Nº 02/2017.

Limeira, 02 de agosto de 2017.

Walter Bigeli Filho

Presidente



ALMAN

ASSOCIAÇÃO LIMEIRENSE MASTER DE NATAÇÃO

Rua Capitão Flaminio Ferreira N.º 245, Centro CEP 13480-140

CNPJ(MF) 07.298.416/0001-87 / IM 32.997

Fone: (019) 3452-6119 Email: alman.natacao@terra.com.br

Data da Fundação: 27/02/2005

PLANO DE TRABALHO – ITEM 6.2 do Edital Nº 02/2017

Objeto: Nataçao Máster

1. DADOS GERAIS DA OSC		
Nome: ASSOCIAÇÃO LIMEIRENSE MASTER DE NATAÇÃO- ALMAN		
CNPJ: 07.298.416/0001-87		
Endereço: Rua Capitão Flaminio Ferreira, 245	CEP: 13482-374	
Bairro: Centro	Ponto de referênci a:	
Telefone (s): (19) 3441-0832 e (19) 3444- 4364	Email: aabblimeira@uol.com.br	
Pág. Web: http://almanatacaomaster.com	UF: SP	Limeira
2. IDENTIFICAÇÃO DO RESPONSÁVEL LEGAL PELA OSC (PRESIDENTE)		
Nome: Walter Bigeli Filho		
Nº CPF: 016.399.388/67	Nº RG: 7.536.493	
Mandato da diretoria: 21/02/2017 a 21/02/2019		
Cargo: Presidente		
Endereço: Rua Nove de Novembro	CEP: 13484-016	
Bairro: Cidade Jardim		
Telefones: 19. 98145626	Email: walter@zaccaria.com.br	
Cidade de residência: Limeira	UF: SP	



ALMAN

ASSOCIAÇÃO LIMEIRENSE MASTER DE NATAÇÃO

Rua Capitão Flaminio Ferreira N.º 245, Centro CEP 13480-140

CNPJ(MF) 07.298.416/0001-87 / IM 32.997

Fone: (019) 3452-6119 Email: alman.natacao@terra.com.br

Data da Funda o: 27/02/2005

3. IDENTIFICAÇÃO DO RESPONSÁVEL TÉCNICO PELO PROJETO	
Nome: HOMERO GUSTAVO FERRARI	
Área de Formação: EDUCAÇÃO FÍSICA	
Nº do Registro do Conselho Profissional: 18.272/G-SP	
Telefone: 34463034	Email: hgferrari@ig.com.br
4. OUTROS PARTICÍPES PLANO DE TRABALHO	
NÃO SE APLICA	

OBJETO: NATAÇÃO MÁSTER MASCULINO E FEMININO

Descrição do objeto:

Projeto de esporte e lazer na modalidade de natação master masculino e feminino acima de 25 anos, a ser executado em equipamento esportivo público e aberto   comunidade de forma gratuita, sendo que, a equipe de rendimento poderá realizar os treinamentos em instalações próprias caso possua para participa o de competições amistosas ou oficiais, inclusive representando o município em eventos de acordo com convoca o da Secretaria Municipal de Esporte e Lazer

5. DESCRIÇÃO DA REALIDADE
INTRODUÇÃO
A natação como modalidade esportiva no Brasil, se inicia em meados de 1900, mas passa a ter maior representatividade e expansão a partir da década de 30. Atualmente a natação � o 4º esporte mais praticados no Brasil [1] e dados do Atlas do Esporte no Brasil [1], apontam que só no estado de São Paulo existem aproximadamente 25.000 nadadores federados em todas as categorias, mais que o dobro do segundo estado com mais nadadores federados, Minas Gerais. No que diz respeito ao nosso município, Limeira, a natação também parece ser uma das modalidades mais praticadas, aja vista, a quantidade de piscinas municipais e também em clubes esportivos existentes, no entanto, a maior parte de seus praticantes estão em uma faixa etária abaixo de 20 anos de idade. Fomentar a prática do exercício através do esporte como a natação na fase



ALMAN

ASSOCIAÇÃO LIMEIRENSE MASTER DE NATAÇÃO

Rua Capitão Flaminio Ferreira N.º 245, Centro CEP 13480-140

CNPJ(MF) 07.298.416/0001-87 / IM 32.997

Fone: (019) 3452-6119 Email: alman.natacao@terra.com.br

Data da Funda o: 27/02/2005

adulta se faz importante, pois Segundo a Organiza o Mundial da Saúde (OMS), o sedentarismo, ou seja, a inatividade física   a quarta principal causa de mortes no mundo [2]. No Brasil o sedentarismo   a causa direta de 8,2% dos casos de doenças cardíacas, 10,1% dos casos de diabetes tipo II, 13,4% dos casos de câncer de mama e 14,6% dos casos de câncer de cólon [2], sem falar da obesidade. S  para se ter ideia dos custos financeiros do sedentarismo, em 2013 o Brasil gastou cerca de 3,62 bilhões de dólares para custear o tratamento de doenças relacionadas ao sedentarismo [3]. No Brasil, dados do IBGE mostram que mais de 70% dos brasileiros são considerados sedentários e se metade deles deixassem de ser sedentários e passassem a ser fisicamente ativos o país economizaria cerca de 1,14 bilhões de dólares ao ano com saúde [3]. Aliado a tudo isso, ainda temos o grave problema da obesidade, que   considerada a maior epidemia da atualidade e um dos grandes desafios da saúde pública mundial. No Brasil, dados do Ministério da Saúde, indicam que quase 70% da popula o está com excesso de peso. Além dos custos com o sedentarismo, estima-se que os gastos com a obesidade fiquem em torno de 3,6 bilhões de reais por ano [4]. Dessa forma, fomentar a atividade física através do esporte na fase adulta   uma conduta de preven o e promo o da saúde e também de economia dos gastos com saúde pública, corroborando com a Política Nacional de Promo o da Saúde [5], além de ser uma excelente forma de lazer, justificando assim o presente projeto.

Referências utilizadas

1. DA COSTA, L.P. Atlas do esporte no Brasil. Ed. Shape: Rio de Janeiro, 2005.
2. THE LANCET PHYSICAL ACTIVITY SERIES WORKING GROUP. Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: An analysis of burden of disease and life expectancy. **Lancet**, 380(9838):219-229, 2012.
3. BUENO, DR; MARUCCI, MFN; CODOGNO, JS; ROEDGER, MA. Os custos da inatividade física no mundo: estudo de revisão. **Ciência & Saúde Coletiva**, 21 (4): 1001-1010, 2016.
4. BAHIA, LR; ARAÚJO, DV. Impacto Econ mico da Obesidade no Brasil. **Revista do Hospital Universitário Pedro Ernesto**, 13 (1), S/P, 2014.
5. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Política Nacional de Promo o da Saúde**, 2010.



ALMAN

ASSOCIAÇÃO LIMEIRENSE MASTER DE NATAÇÃO

Rua Capitão Flaminio Ferreira N.º 245, Centro CEP 13480-140

CNPJ(MF) 07.298.416/0001-87 / IM 32.997

Fone: (019) 3452-6119 Email: alman.natacao@terra.com.br

Data da Funda o: 27/02/2005

6. DESCRIÇÃO DE METAS E 6.1. PARÂMETROS DE AFERIÇÃO

METAS QUANTITATIVAS

META		AFERIÇÃO DA META E PERIODICIDADE
1	Atender acima de 40 participantes	Aferi�o: ficha de inscri�o e controle de frequência. Periodicidade: mensal
2	Ensinar as técnicas dos 4 nados da nata�o: crawl, costas, peito e borboleta	Aferi�o: plano de aula e relatório de avalia�o observacional do professor. Periodicidade: semestral
3	Treinar as 2 capacidades físicas mais utilizadas nas diversas provas de nata�o: a velocidade e a resistência aeróbia	Aferi�o: testes para mensura�o da velocidade de nado e resistência aeróbia específica. Periodicidade: semestral

METAS QUALITATIVAS

META		AFERIÇÃO DA META E PERIODICIDADE
1	Aperfeiçoar a qualidade técnica dos nados crawl, costas, peito e borboleta	Aferi�o: ficha de avalia�o técnica e relatório de avalia�o observacional do professor. Periodicidade: semestral
2	Aperfeiçoar as capacidades físicas de velocidade e resistência aeróbia específica de nado	Aferi�o: análise dos resultados obtidos pelos testes físicos aplicados. Periodicidade: semestral
3	Melhorar a percep�o de domínios de	Aferi�o: depoimentos



ALMAN

ASSOCIAÇÃO LIMEIRENSE MASTER DE NATAÇÃO

Rua Capitão Flaminio Ferreira N.º 245, Centro CEP 13480-140

CNPJ(MF) 07.298.416/0001-87 / IM 32.997

Fone: (019) 3452-6119 Email: alman.natacao@terra.com.br

Data da Funda o: 27/02/2005

qualidade de vida, como sociais,
psicológicos e físicos.

Periodicidade: semestral

5.2. OBJETIVO GERAL DA PROPOSTA

Oportunizar aos participantes acima dos 25 anos de idade a prática da Nata o Máster como meio para melhorar ou manter seus aspectos físicos e sociais, além de participar de competi es oficiais representando o município de Limeira.

5.3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DA PROPOSTA

- ✓ Oferecer treinamento para o aprendizado e aperfei amento dos nados crawl, costas, peito e borboleta;
- ✓ Participar de competi es de nata o Máster.

5.4. ABRANGÊNCIA DA PROPOSTA

O projeto terá abrangência municipal, atendendo prioritariamente munic pes de Limeira, no entanto, havendo possibilidade de capacidade técnica-operacional, também poderá atender participantes de outros municípios.

6.5 PERÍODO DE EXECU O DO OBJETO PROPOSTO

O projeto terá vigência de 12 meses a partir da data de assinatura do Termo de Fomento, com previsão de acontecer de setembro de 2017 a agosto de 2018, conforme item 19.1 do edital de chamamento N  02/2017.



ALMAN

ASSOCIAÇÃO LIMEIRENSE MASTER DE NATAÇÃO

Rua Capitão Flaminio Ferreira N.º 245, Centro CEP 13480-140

CNPJ(MF) 07.298.416/0001-87 / IM 32.997

Fone: (019) 3452-6119 Email: alman.natacao@terra.com.br

Data da Funda o: 27/02/2005

6.6 METODOLOGIA E ABORDAGEM DA PROPOSTA

Metodologia

As aulas de nata o são ministradas por um Profissional de Educa o Física, pautados pelos meios e métodos científicos adequados, bem como, respeitando os aspectos biológicos e morfológicos dos participantes. As aulas são divididas por nível técnico, sendo: aprendizado e treinamento/aperfei amento.

Estrutura das aulas:

As aulas de aprendizagem ter o dura o total de 60 minutos com frequência de duas vezes semanais, enquanto as aulas de treinamento/aperfei amento ter o dura o de 90 minutos com frequência de seis vezes semanais.

Locais:

1. Equipamento público (piscina) a ser definido pela Secretaria de Esporte e Lazer
2. Piscina do Limeira Clube em forma de parceria com a ALMAM.

Dias e Horários:

Local	Dia/semana	Horário	Faixa etária
Equipamento público	Terça e quinta	17:30 – 18:30hs. (2 aulas semanais)	A partir de 25 anos
Limeira Clube	Segunda a sábado	18:30 – 20:00hs. (6 aulas semanais)	A partir de 25 anos

6.7 PÚBLICO BENEFICIÁRIO e PERFIL DO PÚBLICO BENEFICIÁRIO DIRETO



ALMAN

ASSOCIAÇÃO LIMEIRENSE MASTER DE NATAÇÃO

Rua Capitão Flaminio Ferreira N.º 245, Centro CEP 13480-140

CNPJ(MF) 07.298.416/0001-87 / IM 32.997

Fone: (019) 3452-6119 Email: alman.natacao@terra.com.br

Data da Funda o: 27/02/2005

Homens e mulheres acima de 25 anos de idade

6.8 META DE ATENDIMENTO

41 participantes

6.9 COMPATIBILIDADE DE CUSTOS

Apresentados no anexo 1.

7. CAPACIDADE INSTALADA

7.1 – Equipe de Profissionais Permanente da OSC

Nome	Forma�o	Fun�o na OSC	Carga Horária Semanal de Trabalho
NÃO POSSUI			

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

7.3 – Instala es Físicas

C�modo	Quantidade	Tipo de atividades desenvolvidas no espaço
SECRETARIA	1	ADMINISTRATIVA
SALAS	2	REUNIÃO
BANHEIRO	2	

8. MONITORAMENTO, AVALIA O E SUSTENTABILIDADE DA PROPOSTA



ALMAN

ASSOCIAÇÃO LIMEIRENSE MASTER DE NATAÇÃO

Rua Capitão Flaminio Ferreira N.º 245, Centro CEP 13480-140

CNPJ(MF) 07.298.416/0001-87 / IM 32.997

Fone: (019) 3452-6119 Email: alman.natacao@terra.com.br

Data da Funda o: 27/02/2005

8.1 – Quais Técnicas de Monitoramento e Avalia o serão aplicadas durante a execu o 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.



ALMAN

ASSOCIAÇÃO LIMEIRENSE MASTER DE NATAÇÃO

Rua Capitão Flaminio Ferreira N.º 245, Centro CEP 13480-140

CNPJ(MF) 07.298.416/0001-87 / IM 32.997

Fone: (019) 3452-6119 Email: alman.natacao@terra.com.br

Data da Funda o: 27/02/2005

9. DETALHAMENTO DA APLICAÇÃO DOS RECURSOS FINANCEIROS

PLANILHA 1. Orçamento Analítico							
Ação-Nº	2- Detalhamento da ação		3- Quantidade	4- Unidade	5- Duração	6- Valor unitário (R\$)	7- Total (R\$)
	Indique o item ou serviço que será contratado/utilizado		Indique a quantidade de cada item da coluna 2	Indique a unidade de medida de cada item da coluna 3	Indique a duração de cada item da coluna 2	Indique o preço de cada unidade de despesa	col. 3 x col. 5 x col. 6
ATIVIDADES							
	Item	Detalhamento					
1	Recursos Humanos						
1.1	Profissional de Educa�o Física	Professor (a) para ministrar aulas de aprendizado e treinamento de nata�o (11 horas/semanais)	1	pessoa	10 meses	1.000,00	10.000,00
Sub-total							10.000,00 (33,58%)
2	Competi�es						
2.1	Taxas de inscri�o	Taxa de inscri�o referente a 2 provas por participante. Memória de cáculo = 28 participantes x 10 competi�es x 2 provas = 560 taxas)	560	taxas	12 meses	31	17.360,00
Sub-total							17.152,80
3	Materiais						
3.1	Materiais para aulas de nata�o						1.740,00



ALMAN

ASSOCIAÇÃO LIMEIRENSE MASTER DE NATAÇÃO

Rua Capitão Flaminio Ferreira N.º 245, Centro CEP 13480-140

CNPJ(MF) 07.298.416/0001-87 / IM 32.997

Fone: (019) 3452-6119 Email: alman.natacao@terra.com.br

Data da Fundação: 27/02/2005

							Sub-total	1.740,00
4	Custos indiretos							
4.1	Assessoria técnica esportiva	Assessoria para treinamento	1	assessoria	1 mês	850,00	900,00	
							Sub-total	900,00 (3,00%)
							TOTAL GERAL DAS ATIVIDADES	30.000,00



ALMAN
ASSOCIAÇÃO LIMEIRENSE MASTER DE NATAÇÃO

Rua Capitão Flaminio Ferreira N.º 245, Centro CEP 13480-140

CNPJ(MF) 07.298.416/0001-87 / IM 32.997

Fone: (019) 3452-6119 Email: alman.natacao@terra.com.br

Data da Fundação: 27/02/2005

10. CRONOGRAMA DE DESEMBOLSO

PLANILHA 2. Cronograma de desembolso					
AÇÕES DO PROJETO					
Meses	Recursos humanos	Competições	Materiais	Custos indiretos	Total
Setembro – 2017	1.000,00	1.736,00	0	900,00	3.636,00
Outubro – 2017	1.000,00	1.736,00	1.740,00	0,0	4.476,00
Novembro – 2017	1.000,00	1.736,00	0,0	0,0	2.736,00
Dezembro – 2017	1.000,00	1.736,00	0,0	0,0	2.736,00
Janeiro – 2018	0	0	0	0	0
Fevereiro - 2018	0	0	0	0	0
Março – 2018	1.000,00	1.736,00	0,0	0,0	2.736,00
Abril – 2018	1.000,00	1.736,00	0,0	0,0	2.736,00
Mai – 2018	1.000,00	1.736,00	0,0	0,0	2.736,00
Junho – 2018	1.000,00	1.736,00	0,0	0,0	2.736,00
Julho - 2018	1.000,00	1.736,00	0,0	0,0	2.736,00
Agosto - 2018	1.000,00	1.736,00	0,0	0,0	2.736,00
Total	10.000,00	17.360,00	1.740,00	900,00	30.000,00



ALMAN

ASSOCIAÇÃO LIMEIRENSE MASTER DE NATAÇÃO

Rua Capitão Flaminio Ferreira N.º 245, Centro CEP 13480-140

CNPJ(MF) 07.298.416/0001-87 / IM 32.997

Fone: (019) 3452-6119 Email: alman.natacao@terra.com.br

Data da Funda o: 27/02/2005