

PLANO DE TRABALHO
Objeto: Voleibol Masculino

1. DADOS GERAIS DA OSC

Nome: ASSOCIAÇÃO ATLÉTICA BANCO DO BRASIL - AABB	
CNPJ: 51.476.315/0001-40	
Endereço: R. Manoel David, nº 210	CEP: 13482-374
Bairro: Jardim Nossa Sra. de Fatima	Ponto de referência:
Telefone (s): (19) 3441-0832 e (19) 3444-4364	Email: aabblimeira@uol.com.br
Pág. Web: http://limeira.aabb.com.br/	UF: SP Limeira

2. IDENTIFICAÇÃO DO RESPONSÁVEL LEGAL PELA OSC (PRESIDENTE)

Nome: Dorival Geremias da Silva	
Nº CPF: 015.927.288-20	Nº RG: 12.498.865-9
Mandato da diretoria: 01/09/2015 a 31/12/2018	
Cargo: Presidente Administrativo	
Endereço: R. Arnaldo Stocco, 475, casa 5	CEP: 13.482-375
Bairro: Jd. Nossa Senhora de Fátima	
Telefones: (19) 99747-5395/ 3704-6700	Email: dori_gsilva@yahoo.com.br
Cidade de residência: Limeira	UF: SP

3. IDENTIFICAÇÃO DO RESPONSÁVEL TÉCNICO PELO PROJETO

Nome: ROGÉRIO BARBOSA	
Área de Formação: EDUCAÇÃO FÍSICA	
Nº do Registro do Conselho Profissional: 056915-G/SP	
Telefone: (19) 98404-4041	Email: rogerioaabb@yahoo.com.br

4. OUTROS PARTICIPES PLANO DE TRABALHO

NÃO SE APLICA

OBJETO: VOLEIBOL MASCULINO

Descrição do objeto:

Projeto de formação esportiva na modalidade voleibol masculino, a ser executado em no mínimo 02 (dois) equipamentos esportivos públicos e abertos à comunidade de forma gratuita, sendo que, as equipes de rendimento poderão realizar os treinamentos em instalações próprias caso possua, atendimento a partir dos 07 anos na fase de iniciação com realização de no mínimo 08 (oito) aulas semanais com duração mínima de uma hora cada, divididas em 02 (dois) períodos, manhã e tarde e, sequencialmente, realizar atividades nas fases de treinamento e formação de equipe de rendimento para participação de competições oficiais, inclusive representando o município em eventos de acordo com convocação da Secretaria Municipal de Esporte e Lazer.

5. DESCRIÇÃO DA REALIDADE

INTRODUÇÃO

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

Dentre as várias modalidades esportivas existentes o presente projeto tem como objeto o Voleibol. Sem dúvida o Voleibol é um dos esportes coletivos mais praticados no mundo incluindo o Brasil. No Brasil oficialmente o Voleibol é o segundo esporte mais praticado [4] e talvez seja o esporte mais bem organizado e vitorioso que temos com uma longa

trajetória de sucesso. Dados de 2005, indica que o número de atletas filiados as federações de voleibol ultrapassam 85 mil atletas. No entanto, aqueles que praticam o voleibol de maneira não competitiva ultrapassam os 15 milhões de praticantes [4]. Fica claro portanto, a importância dessa modalidade para o país.

O desenvolvimento de qualquer modalidade esportiva depende de muitos fatores, mas sobretudo, no investimento em formação de atletas, que começa de maneira geral na maioria das modalidades esportivas com a iniciação esportiva (7 a 10 anos), posteriormente passando a uma fase de aperfeiçoamento (11 a 14 anos) e culminando com o início da fase de rendimento esportivo (a partir de 15 anos) [5,6]. Especificamente no Brasil, com exceção da iniciação esportiva que também é ensinada na Educação Física escolar, as fases de aperfeiçoamento e rendimento é quase que exclusivamente desenvolvidas em clubes esportivos privados ou escolas de esportes mantidas pelo poder público.

Possibilidades de desenvolvimento do Voleibol em Limeira

Segundo dados do IBGE de 2010, Limeira tinha uma população de aproximadamente 276 mil habitantes, sendo que desse total aproximadamente 40 mil estavam situados entre 7 a 15 anos, que compreende as fases de iniciação ao início do rendimento esportivo, o que demonstra o potencial de recursos humanos para o desenvolvimento esportivo da cidade, em especial o Voleibol.

Nos últimos 20 anos o Voleibol Limeirense cresceu muito em qualidade e número de praticantes e atualmente pode ser considerada como modelo de gestão esportiva pela maneira como é conduzida. Nesse sentido, a AABB tem contribuído para esse desenvolvimento mantendo escola de formação e equipe de rendimento do Voleibol na cidade a mais de 6 anos consecutivos, representando o município em competições regionais e nacionais, assim, afim de continuar nesse trabalho, o presente projeto pretende continuar o desenvolvimento da modalidade na cidade em parceria com a administração pública, atuando na iniciação, aperfeiçoamento e rendimento da modalidade, explorando sobretudo, a utilização dos equipamentos esportivos públicos e a comunidade do seu entorno.

REFERÊNCIAS

1. ALMEIDA, M. A. B.; ROSE, D . Fenômeno Esporte: relações com a Qualidade de Vida. In: Roberto Vilarta; Gustavo Luis Gutierrez; Maria Inês Monteiro. (Org.). Qualidade de Vida: Evolução dos conceitos e práticas no século XXI. 1ed.Campinas: IPES, 2010, v. 1, p. 11-18.

2. NAÇÕES UNIDAS NO BRASIL. Esporte para o Desenvolvimento e a Paz. Publicado pelo grupo de trabalho interagencial da ONU no Brasil, 2016. Disponível em: <http://unesdoc.unesco.org/images/0024/002443/244329POR.pdf>.
3. FUNDAÇÃO VALE E UNESCO. Valores no esporte, 2013. 42p. Disponível em: <http://unesdoc.unesco.org/images/0022/002250/225003POR.pdf>.
4. DA COSTA, L.P. Atlas do esporte no Brasil. Ed. Shape: Rio de Janeiro, 2005.
5. BOMPA, T. Treinamento Total para Jovens Campeões. Barueri: Manole, 2002.
6. MAKARENKO, L. P. Natação: Seleção de Talentos e Iniciação Desportiva. São Paulo: Artmed Editora, 2001.

6. DESCRIÇÃO DE METAS E 6.1. PARÂMETROS DE AFERIÇÃO**FORMAÇÃO ESPORTIVA****METAS QUANTITATIVAS**

META		AFERIÇÃO DA META E PERIODICIDADE
1	Atender 80 participantes a partir de 7 anos de idade	Aferição: ficha de inscrição e controle de frequência. Periodicidade: mensal
2	Ensinar 5 fundamentos básicos do Voleibol: saque, manchete, levantamento, recepção e bloqueio.	Aferição: plano de aula e relatório de avaliação observacional dos professores. Periodicidade: mensal
3	Ensinar as 20 regras básicas oficiais do Voleibol	Aferição: plano de aula e avaliação oral dos participantes. Periodicidade: mensal
4	Ensinar os 3 principais sistemas táticos básicos do Voleibol: 6 x 0, 4 x 2 e 3 x 3.	Aferição: plano de aula e relatório de avaliação observacional dos professores. Periodicidade: trimestral
5	Avaliar periodicamente o desenvolvimento de 12 habilidades motoras básicas das quais 6 são habilidades de locomoção (correr, galopar, saltitar, passada, salto horizontal e corrida lateral) e 6 são	Aferição: bateria de teste TGMD-2* de testes motores. Periodicidade: aplicada a cada 4 meses

	habilidades de controle de objetos (rebater, quicar, receber, chutar, arremessar por cima do ombro e rolar uma bola).	
6	Avaliar periodicamente o desenvolvimento das 4 capacidades físicas básicas do condicionamento físico geral (força, flexibilidade, resistência aeróbia e velocidade)	Aferição: bateria de testes físicos adotada pelo Ministério dos Esportes PROESP-BR#. Periodicidade: aplicada a cada 4 meses.
7	Promover 2 festivais de VOLEIBOL	Aferição: fotos, filmagens, relatório de participação e de atividades. Periodicidade: a cada evento
8	Promover 6 atividades extras visando à promoção de inclusão social; de saúde; à preservação de valores morais e o civismo e à conscientização de princípios sócio-educativos.	Aferição: fotos, relatório da atividade e lista de presença. Periodicidade: a cada atividade.

METAS QUALITATIVAS

	META	AFERIÇÃO DA META E PERIODICIDADE
1	Aperfeiçoar a qualidade técnica dos fundamentos básicos do VOLEIBOL	Aferição: ficha de avaliação técnica desenvolvida pela equipe técnica e relatório de avaliação observacional dos professores. Periodicidade: trimestral.
2	Aperfeiçoar o desenvolvimento motor dos participantes através das habilidades motoras básicas exigidas no VOLEIBOL	Aferição: análise dos resultados obtidos pela Bateria TGMD-2* de testes motores. Periodicidade: a cada 4 meses.
3	Aperfeiçoar o desenvolvimento das	Aferição: análise dos resultados obtidos

	capacidades físicas básicas do condicionamento físico dos participantes através das capacidades físicas básicas exigidas no VOLEIBOL	pela Bateria de teste PRESP-BR [#] . Periodicidade: a cada 4 meses.
4	Impactar positivamente os valores morais, o civismo, a conscientização de princípios sócio-educativos e o rendimento escolar do participante.	Análise de boletins escolares de maneira periódica e entrevista semi-estruturada com os responsáveis sobre os aspectos sociais e morais do participante, a cada 3 meses

RENDIMENTO ESPORTIVO

METAS QUANTITATIVAS		
	META	AFERIÇÃO DA META E PERIODICIDADE
1	Atender 40 participantes (jovens atletas) a partir de 12 anos de idade	Aferição: ficha de inscrição e controle de frequência. Periodicidade: semanal
2	Aperfeiçoar progressivamente 6 fundamentos básicos do Voleibol: saque, manchete, levantamento, recepção, bloqueio e ataque.	Aferição: plano de treinamento e relatório de avaliação observacional dos técnicos. Periodicidade: a cada 2-3 meses
3	Aprofundar o desenvolvimento dos 3 esquemas táticos de ataque do VOLEIBOL.	Aferição: plano de treinamento e relatório de avaliação observacional dos técnicos. Periodicidade: a cada 2-3 meses
4	Aprofundar o desenvolvimento dos 3 esquemas táticos de defesa do VOLEIBOL.	Aferição: plano de treinamento e relatório de avaliação observacional dos técnicos. Periodicidade: a cada 2-3 meses
5	Desenvolver as 4 capacidades físicas específicas do VOLEIBOL (velocidade, força especial, resistência especial e flexibilidade	Aferição: bateria de testes físicos específicos aplicados ao voleibol. Periodicidade: aplicada a cada 4 meses

	geral)	
6	Participar de 1 competição oficial (torneio/campeonato) promovido por liga da modalidade	Aferição: Documento comprobatório de inscrição da equipe na liga. Periodicidade: a cada inscrição.
7	Ficar entre as 4 primeiras colocadas no campeonato inscrito	Aferição: boletim final do campeonato fornecido pela liga. Periodicidade: a cada campeonato.
8	Promover 6 atividades de orientação para os fatores complementares da preparação esportiva do atleta, como aspectos nutricionais, de saúde, de educação formal, psicológicos e de prevenção a lesões.	Aferição: fotos, relatório da atividade e lista de presença. Periodicidade: a cada atividade.

METAS QUALITATIVAS

META		AFERIÇÃO DA META E PERIODICIDADE
1	Aperfeiçoar e desenvolver de maneira profunda os aspectos técnicos e táticos, envolvidos no rendimento do VOLEIBOL	Aferição: ficha de avaliação técnica desenvolvida pela equipe técnica e relatório de avaliação observacional dos professores. Periodicidade: trimestral.
2	Aperfeiçoar e desenvolver de maneira profunda as capacidades físicas específicas envolvidas no rendimento do VOLEIBOL	Aferição: análise dos resultados obtidos pela Bateria de testes. Periodicidade: a cada 4 meses.
3	Aperfeiçoar e desenvolver de maneira profunda os aspectos morfológicos envolvidas no rendimento do VOLEIBOL	Aferição: análise dos resultados obtidos pela Bateria de testes antropométricos. Periodicidade: a cada 4 meses.
4	Desenvolver os fatores complementares da preparação esportiva do atleta, como aspectos	Aferição: entrevistas semi-estruturadas, aplicação de questionários específicos, testes bioquímicos e relatórios produzidos

<p>nutricionais, de saúde, de educação formal, psicológicos e de prevenção a lesões.</p>	<p>pelos atletas e técnicos. Periodicidade: a cada 2-3 meses.</p>
--	--

6.2. OBJETIVO GERAL DA PROPOSTA

Objetivo geral para Formação Esportiva:

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

Objetivo geral para Rendimento Esportivo:

Oportunizar aos participantes o aprofundamento dos aspectos envolvidos no rendimento do VOLEIBOL, como aspectos técnicos, táticos e físicos, bem como, o desenvolvimento de fatores complementares da preparação esportiva do atleta, como aspectos nutricionais, de saúde, psicológicos e de prevenção a lesões. Além disso, também participar de competições oficiais representando o município Limeira.

6.3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DA PROPOSTA

Objetivos específicos para Formação Esportiva:

- ✓ Aprendizado e aperfeiçoamento dos fundamentos técnicos do VOLEIBOL;
- ✓ Aprendizado das regras oficiais do VOLEIBOL;
- ✓ Aprendizado dos sistemas táticos básicos do VOLEIBOL;
- ✓ Aperfeiçoamento das habilidades motoras básicas e capacidades físicas básicas do condicionamento físico geral;
- ✓ Selecionar os participantes com maior possibilidade para ingressar na equipe de rendimento;
- ✓ Promover atividades extras, visando à promoção de inclusão social; de saúde; à preservação de valores morais e o civismo e à conscientização de princípios socioeducativos;
- ✓ Promover festivais da modalidade.

Objetivos específicos para Formação Esportiva:

- ✓ Aperfeiçoamento e aprofundamento dos aspectos técnicos do VOLEIBOL visando o alto rendimento;
- ✓ Aperfeiçoamento e aprofundamento dos aspectos táticos do VOLEIBOL visando o alto rendimento;
- ✓ Aperfeiçoamento progressivo das capacidades físicas específicas requisitadas no VOLEIBOL visando o alto rendimento;
- ✓ Promover a orientação para os fatores complementares da preparação esportiva do atleta, como aspectos nutricionais, de saúde, de educação formal, psicológicos e de prevenção a lesões.

6.4. ABRANGÊNCIA DA PROPOSTA

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

6.5 PERÍODO DE EXECUÇÃO DO OBJETO PROPOSTO

O projeto de prorrogação terá vigência de 6 meses a partir da data de assinatura do Termo de Fomento, com previsão de acontecer de julho de 2018 a dezembro de 2018.

6.6 METODOLOGIA E ABORDAGEM DA PROPOSTA**Formação:****Metodologia**

As aulas de voleibol visando a formação serão ministradas por um Profissional de Educação Física, pautados pelos meios e métodos científicos adequados, bem como, respeitando os aspectos biológicos e morfológicos dos participantes.

Estrutura das aulas:

As aulas terão duração total de 60 minutos, sendo uma parte dedicada a atividades de formação física multilateral, realizada de maneira lúdica através de pequenos jogos e

brincadeiras.

Locais:**Dias e Horários:**

Local	Dia/sem.	Período	Horário	Faixa etária
Parque Hipólito	Segunda e Quarta	Tarde	15:30 – 16:30hs.	13 a 16 anos
			16:30 – 18:00hs.	7 a 12 anos
Jardim Santa Eulália	Quarta e Sexta	Manhã	9:00 – 11:00hs.	7 a 15 anos
		Tarde	16:00 – 18:00hs.	7 a 15 anos
Cecap	Segunda e Quarta	Manhã	9:30 – 11:00hs	7 a 15 anos
		Tarde	13:30 – 16:30hs	7 a 11 anos
			16:30 – 18:00hs	12 a 15 anos
Ginásio do Vo Lucato	Quarta e Sexta	Manhã	9:00 – 11:00hs.	7 a 15 anos
Ginásio da AABB	Terça e Quinta	Noite	19:00 – 20:30hs.	7 a 15 anos

Rendimento:**Metodologia**

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

Local:**Dias e Horários:**

Local	Dia/sem.	Período	Horário	Faixa etária
Ginásio do SESI	Segunda e Quarta	Noite	18:30 – 20:30hs.	10 a 12 anos
	Terça / Quinta e Sexta Quadra 2	Tarde	14:30 – 16:30hs	13 e 14 anos
Ginásio da AABB	Terça a Sexta Quadra 1	Tarde	14:30 – 16:30hs	15 e 16 anos
	Segunda Terça e Quinta	Manhã	11:00 – 13:30hs.	17 a 25 anos
Ginásio do Vo Lucato	Quarta e Sexta	Manhã	11:00 – 13:30hs.	17 a 25 anos

Os sábados e domingos serão reservados aos jogos oficiais.

6.7 PÚBLICO BENEFICIÁRIO**Formação Esportiva**

- ✓ Crianças e adolescentes a partir de 7 anos de idade até 15 anos.

Rendimento Esportivo

- ✓ Adolescentes a partir de 10 anos de idade até 25 anos.

6.7.1. PERFIL DO PÚBLICO BENEFICIÁRIO DIRETO**Formação Esportiva**

- ✓ Gênero masculino

Rendimento Esportivo

- ✓ Gênero masculino

6.8 META DE ATENDIMENTO**Formação Esportiva**

- ✓ 300 atendidos.

Rendimento Esportivo

✓ 60 atendidos.

6.9 COMPATIBILIDADE DE CUSTOS

Apresentados no anexo 1.

7. CAPACIDADE INSTALADA**7.1 – Equipe de Profissionais Permanente da OSC**

Nome	Formação	Função na OSC	Carga Horária Semanal de Trabalho
ANA PAULA MAROSTEGAN	Educador Físico	PROFESSORA	30
JEFFREY TOCHIRO KASHIBA	Educador Físico	PROFESSOR	20
LENI FERREIRA DA SILVA	Educador Físico	PROFESSORA	38,5
MARCELO JOSÉ TOLENTINO DE TOLEDO	Educador Físico	PROFESSOR	10
MARCOS VINICIUS FREITAGAS	Educador Físico	PROFESSOR	18
NAICON JACINTHO DE SOUZA	Educador Físico	PROFESSOR	44
RITA DE CASSIA MELLO FREIRE THOMAZ	Educador Físico	PROFESSORA	2
ROGÉRIO BARBOSA	Educador Físico	PROFESSOR	44

7.2 – Estrutura Física: Própria () Cedida () Alugada () Outros**7.3 – Instalações Físicas**

Cômodo	Quantidade	Tipo de atividades desenvolvidas no espaço
SECRETARIA	1	ADMINISTRATIVA
SALÃO SOCIAL	1	AULAS DE GINÁSTICA / FESTAS / EVENTOS
BAR	1	COMIDAS E BEBIDAS
GINÁSIO	1	QUADRA POLIESPORTIVA
PISCINA	1	RECREATIVA / NATAÇÃO / HIDROGINÁSTICA
ACADEMIA	1	APARELHOS DE MUSCULAÇÃO
ERGOMETRIA	1	ESTEIRAS E BICICLETAS
CAMPO	1	FUTEBOL
CAMPO SOCIETY	2	FUTEBOL SOCIETY
CAMPO SOCIETY	1	FUTEBOL SOCIETY SINTÉTICO
QUADRA DE TENIS	6	TENIS DE CAMPO
PARQUE INFANTIL	1	BRINQUEDOS
SPINNING	1	BICICLETAS SPINNING

QUIOSQUE	2	CHURRASQUEIRA
QUIOSQUE	1	FESTAS / EVENTOS
SINUCA	1	JOGOS DE SINUCA
SAUNA	2	SAUNA UMIDA
VESTIARIOS	7	COM CHUVEIROS
BANHEIROS	4	SEM CHUVEIROS

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

Serão utilizados todos os instrumentos indicados em cada meta e posteriormente analisado todos os dados coletados, afim de produzir relatórios periódicos do desenvolvimento do projeto.



9. CRONOGRAMA DE DESEMBOLSO

PLANILHA 2. Cronograma de desembolso

AÇÕES DO PROJETO

Meses	Recursos humanos	Uniformes	Material esportivo	Competição	Transporte	Alimentação	Ajuda de custo atletas	Custos indiretos	Total
Julho – 2018	4.972,30	2.063,70	1.000,00	2.800,00	1.700,00	1.200,00	2.500,00	0	16.236,00
Agosto- 2018	4.972,30	0	0	2.000,00	2.550,00	1.200,00	2.500,00	447,40	13.669,70
Setembro – 2018	4.972,30	0	0	1.500,00	1.550,00	1.200,00	2.500,00	447,40	12.169,70
Outubro – 2018	4.972,30	0	0	1.300,00	1.350,00	1.200,00	2.500,00	447,40	11.769,70
Novembro – 2018	4.972,30	0	0	1.300,00	1.450,00	1.200,00	2.500,00	447,40	11.869,70
Dezembro – 2018	4.972,30	0	0	1.100,00	850,00	0	1.500,00	447,40	8.869,70
Total	29.833,80	2.063,70	1.000,00	10.000,00	9.450,00	6.000,00	14.000,00	2.237,00	74.584,50

Proc. nº 17.279/18
 Fls. 20 / Rub. 20