

5.6



INSTITUTO RAIOS DE SOL  
 CNPJ 43.523.806/0001-77 • IM 59952  
 Av. Adhemar de Barros nº 1.347, Sala 11 A  
 Jardim Helena Maria, Guarujá/SP, CEP 11430-003  
 Tel. (13) 99200-5363 / 99732-1522  
 E-mail: irsguaruja@hotmail.com  
 Insta: @irsguaruja

## PROJETO TÉCNICO - TERMO DE FOMENTO

OSC	INSTITUTO RAIS DE SOL			Tel. Entidade		(13) 99200 5363	
CNPJ	43.523.806/0001-77			IM		59952	
E-mail Entidade	irsguaruja@hotmail.com			Endereço		Av. Adhemar de Barros, 1347, Sala 11 A	
Bairro	Jd. Helena Maria	Cidade	Guarujá	UF	SP	CEP	11430-003
Nome do Dirigente	Veruska Gerlach Compiani						
E-mail do Dirigente	<a href="mailto:veruskagerlach@hotmail.com">veruskagerlach@hotmail.com</a>			Tel. Dirigente		(13) 99200-5363	
Nome do Resp. Técnico pelo Projeto	<b>Eliana de Oliveira Jesus</b> Educadora Física – CREF 042840-G/SP						
E-mail do Resp. Técnico pelo Projeto	<a href="mailto:professoraeli.funcional@gmail.com">professoraeli.funcional@gmail.com</a>			Tel. do Resp. Técnico		(13) 99133-0141	
Objeto da Proposta	Promover aulas para o atendimento esportivo/lazer para crianças, adolescentes e adultos no Distrito de Vicente de Carvalho Guarujá/SP, nas modalidades Futebol de Campo (Campo do Itapema), Ginástica Funcional (Praça da Fraternidade), Futsal (Quadra Poliesportiva Escola Estadual Marechal do Ar Eduardo Gomes) e Arte Marcial Karatê (CAEC Profª Marcia Regina dos Santos).						
Chamamento Público		Valor do repasse do MC (R\$)	160.000,00	Valor da contrapartida (R\$)			
Data de início da vigência	01/08/2023	Data de término da vigência	01/06/2024	Valor global (R\$)			
Modalidade(s) Esportiva(s) contemplada(s)	<b>FUTEBOL DE CAMPO, GINÁSTICA FUNCIONAL, FUTSAL E KARATÊ</b>						
Ações a serem custeadas	Contratação e Capacitação dos Colaboradores, Aulas Promovidas e Reuniões de Avaliação e Monitoramento.						

### Quantitativo de Beneficiados por Classificação (no que couber)

Esporte Modalidade	Categoria de Base		Categoria Principal		Profissionais Capacitados		Subtotais
	MASC	FEM	MASC	FEM	MASC	FEM	
FUTEBOL DE CAMPO	X	X	X	X	X	X	100
GINÁSTICA FUNCIONAL	X	X	X	X	X	X	60
FUTSAL	X	X	X	X	X	X	100
KARATÊ	X	X	X	X	X	X	40
<b>TOTAL GERAL</b>	<b>300</b>						



INSTITUTO RAIOS DE SOL  
CNPJ 43.523.806/0001-77 • IM 59952  
Av. Adhemar de Barros nº 1.347, Sala 11 A  
Jardim Helena Maria, Guarujá/SP, CEP 11430-003  
Tel. (13) 99200-5363 / 99732-1522  
E-mail: irsguaruja@hotmail.com  
Insta: @irsguaruja

## 1. INTRODUÇÃO<sup>1</sup>

Guarujá é um município da Microrregião de Santos, na Região Metropolitana da Baixada Santista, no estado de São Paulo, no Brasil. A população estimada em 2010 era de 290 607 habitantes. Possui uma área de 142,7 km<sup>2</sup>, o que resulta numa densidade demográfica de 2 076,94 hab/km<sup>2</sup>. É a terceira maior ilha do litoral do estado de São Paulo.

Atualmente, a cidade de Guarujá é conhecida como a "Pérola do Atlântico", devido às suas belas praias e belezas naturais. Muito procurada pelos turistas na alta temporada, a cidade conta com praias urbanizadas e algumas selvagens, acessíveis apenas por trilhas. Além do litoral, Guarujá oferece construções históricas e trilhas de ecoturismo. Outra atração local é a pesca artesanal, que pode ser vista e praticada em diversas praias do município.

### 1.1. SOBRE A CIDADE DO GUARUJÁ

- Área da unidade territorial: 143 Km<sup>2</sup>
- Latitude do distrito sede do município: -23,99306°
- Longitude do distrito sede do município: -46,25639°
- Altitude: 4m
- Gentílico: guarujaense
- Prefeito 2021/2024: **Valter Suman** - PSB
- População de Guarujá – Resultado da Estimativa **IBGE-2012**: 294.669 hab.
- Fundo de Participação dos Municípios – **FPM-2012**: R\$ 37.613.235,05
- Fundo de Manutenção e Desenvolvimento da Educação Básica e de Valorização dos Profissionais da Educação (**FUNDEB-2012**) R\$ 107.514.751,54

Guarujá, pelo seu histórico, infraestrutura e proximidade com a capital mais populosa do país, oferece forte atrativo imobiliário e turístico. Boa parte da região da orla, nas praias próximas de centro (principalmente Astúrias, Pitangueiras, Enseada, e Tombo) é tomada por edificações dedicadas à população sazonal, que as ocupa principalmente nas férias de verão. O turismo, sazonal, e os ganhos advindos do mercado imobiliário-turístico (incluindo impostos, compra/venda/aluguel, segurança, e manutenção predial), movimentam parte significativa da economia do Guarujá.

A outra parte, relevante e não sazonal, advém do porto (margem esquerda do Porto de Santos) e atividades afins, tais como transporte. Devido a sua proximidade com Cubatão (maior distrito industrial do país) e portos, existe também interesse pela ocupação industrial na região, iniciada em 1976 pela Dow Química, ainda hoje a única grande indústria a ocupar a região. Segundo dados do IBGE de 2006 "a produção de riquezas na área de serviços, no Município, somou, naquele ano, R\$ 1,820 bilhão, o equivalente a 0,14% em participação no PIB brasileiro".

### HISTÓRIA DO IRS

O IRS tem por finalidade congregar pessoas físicas e jurídicas com o propósito de promover atividades relacionadas à educação, desporto, cultura, lazer, cidadania, saúde, assistência social, meio ambiente e desenvolvimento sustentável com o objetivo de conscientização e valorização da vida humana.

Fundado na cidade de Guarujá/SP em 27/10/2021 por um grupo de amigos: Veruska Gerlach Compiani (idealizadora), professora de Capoeira, André Luiz Bertolaccini Rodrigues e Eliana dos Santos Oliveira, educadores físicos, Roberta Castro Lima Adjuto, professora de dança e Paulina Mendes Delgado, praticante de Capoeira, todos eles considerados sócios fundadores, são atuantes em projetos sociais e particulares no município de Guarujá/SP.

#### O início

Praticante da modalidade desde 1996, ministrante de aulas desde 2006, Veruska foi a idealizadora do Instituto, conhecida como Sol, além de professora de Capoeira é Empresária especialista no Terceiro Setor, sempre teve o sonho de fundar sua própria entidade e desenvolver projetos de maneira séria e humanizada. O **Projeto EDUCAPOEIRA** foi criado em 2006, nasceu da necessidade de integrar a arte da **CAPOEIRA** e a **EDUCAÇÃO**.

A CAPOEIRA é recomendada às pessoas com dificuldades de se controlar diante de situações novas e conflitantes, com dificuldades de fala e também como terapia de controle do stress. É história, filosofia de vida, sentimento de brasilidade, música, dança, jogo, amor, poesia, educação, cultura e esporte.



INSTITUTO RAIOS DE SOL  
CNPJ 43.523.806/0001-77 • IM 59952  
Av. Adhemar de Barros nº 1.347, Sala 11 A  
Jardim Helena Maria, Guarujá/SP, CEP 11430-003  
Tel. (13) 99200-5363 / 99732-1522  
E-mail: irsguaruja@hotmail.com  
Insta: @irsguaruja

Desenvolve a sensibilidade ao ritmo, a segurança dos movimentos corporais e a segurança no relacionamento com as pessoas porque na CAPOEIRA todos são iguais. Além do mais, a CAPOEIRA traz aos seus praticantes benefícios como: força; resistência muscular, respiratória e cardiovascular; flexibilidade; ação e reação aos movimentos; ritmo; coordenação; criatividade; socialização; cultura (História da Cultura Brasileira).

O **PROJETO VALORES** também está inserido dentro do **Projeto EDUCAPOEIRA** tem como meta ensinar os valores durante as aulas visando aumentar e trabalhar o potencial de cada aluno, além de contribuir para o crescimento do eu individual e do eu social. Lembrando que os valores são virtudes que todo ser humano deve ter e que quando são praticados contribuem para um mundo melhor!

Na cidade de Guarujá iniciamos nosso trabalho em Setembro de 2010, com uma Turma na Sede da Associação Folclórica Reisado Sergipano e Bumba meu Boi de Guarujá. Em Janeiro de 2012 a 1ª Turma do **Projeto EDUCAPOEIRA – CAPOEIRA PRA JESUS** foi iniciada na Igreja Batista Jardim Primavera. Em 2017 o Projeto passou a ministrar aulas em Escolas particulares na cidade de Santos. Em 2018 o Projeto passou a ministrar aulas em Escolas particulares na cidade de Guarujá.

Atualmente o IRS ministra aulas através do PROJETO EDUCAPOEIRA no **NEIC Universo da Criança** sito à Rua Calixto Daige, 195, Vila Santo Antônio, Guarujá/SP, CEP 11432-490.

## 1.2. SOBRE O ESPORTE

Em 2013, a Assembleia Geral das Nações Unidas proclamou o dia **6 de abril como o Dia Internacional do Esporte para o Desenvolvimento e a Paz**. Isso implica que o esporte tem um poder real tanto para mudança social, quanto para a manutenção da paz e para o auxílio à compreensão do próximo.

Segundo o Ministério do Esporte (apud Borges, 2009), o esporte desenvolvido em projetos sociais, que por sua própria característica de socialização e inclusão social, poderá a longo ou médio prazo, enfatizar valores morais e sociais como, por exemplo, a participação, cooperação, liderança, respeito, dentre outros valores.

Esporte e cidadania é um assunto de grande importância para a formação de todos, visto que devemos aprender a ser cidadãos e compreender o nosso papel na sociedade. A prática esportiva inspira respeito ao próximo, construindo conceitos de cidadania, com regras bem definidas, tais como: respeitar e ser respeitado.

O esporte também auxilia na formação dos indivíduos, enquanto cidadãos, desenvolvendo noções de companheirismo e solidariedade, além de promover a interação social. A prática de esportes é a principal responsável por encontrar caminhos e até proporcionar respostas que possam levar o ser humano a uma formação integral.

Além da inclusão social, o esporte proporciona inúmeros benefícios à saúde humana. Atuando na prevenção de doenças cardíacas, diabetes, obesidade e várias outras doenças, o esporte ganha espaço e interesse pela medicina. É essencial a sociedade estimular a prática do esporte na população. Esse contexto nos mostra a importância que o esporte assume na vida de quem pratica, organiza e convive com ele.

Nesse ponto, chamo a atenção para características dele que, com certeza, se bem utilizadas, são ferramentas que irão auxiliar a formação da autonomia do indivíduo.

Praticar atividade física proporciona mais qualidade de vida e contribui para: diminuir o estresse causado pelas tensões do dia a dia, aumentar a concentração e a eficiência no trabalho e na escola, melhorar a qualidade do sono, melhorar o humor, manter o peso ideal, aumentar a autoconfiança e também desenvolver a liderança. Mas, esses benefícios não acabam por aqui!

As atividades esportivas são muito importantes para os seres humanos, não importando a sua idade. São necessárias porque o ser humano assim aprende a viver em grupo e desenvolver o seu lado físico e psíquico.

A prática esportiva ajuda a desenvolver habilidades físicas e motoras e a aprender regras de convivência. Já as atividades culturais contribuem com a inserção do cidadão na sociedade em que vive. Infelizmente, a própria sociedade não reconhece a importância dessas atividades como deveria.

Através das aulas de **FUTEBOL DE CAMPO, GINÁSTICA FUNCIONAL, FUTSAL E KARATÊ** pretendemos fomentar, desenvolver e divulgar a prática do esporte em nossa cidade.

Nosso objetivo com as atividades esportivas é criar mais espaços de integração, lazer e entretenimento para os alunos, contribuindo para a formação de cidadãos conscientes dos seus direitos e deveres.



INSTITUTO RAIOS DE SOL  
 CNPJ 43.523.806/0001-77 • IM 59952  
 Av. Adhemar de Barros nº 1.347, Sala 11 A  
 Jardim Helena Maria, Guarujá/SP, CEP 11430-003  
 Tel. (13) 99200-5363 / 99732-1522  
 E-mail: irsguaruja@hotmail.com  
 Insta: @irsguaruja

**3. PÚBLICO ALVO/BENEFICIADOS<sup>2</sup>**

Promover aulas para o atendimento esportivo/lazer para crianças, adolescentes e adultos no Distrito de Vicente de Carvalho Guarujá/SP, nas modalidades Futebol de Campo (Campo do Itapema), Ginástica Funcional (Praça da Fraternidade), Futsal (Quadra Poliesportiva Escola Estadual Marechal do Ar Eduardo Gomes) e Arte Marcial Karatê (CAEC Profª Marcia Regina dos Santos). As crianças e adolescentes devem estar preferencialmente matriculados regularmente na escola e/ou instituições ligadas ao Município.

**4. OBJETIVO GERAL**

O objetivo do projeto é promover, através de ações educacionais e esportivas, o desenvolvimento pessoal e social, de crianças e adolescentes de Guarujá, contribuindo para a construção de uma visão mais ampla da realidade em que estão inseridos, na busca do exercício pleno de sua cidadania.

**5. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

	<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>	<b>AÇÕES</b>	<b>METAS</b>
1	Promover Confraternizações em datas comemorativas	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Mobilizar os alunos</li> <li>✓ Organizar cada evento de acordo com seus temas</li> <li>✓ Realizar o Evento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Realizar eventos na Páscoa, Dia das Crianças e Natal</li> </ul>
2	Promover Palestras de Hábitos Saudáveis, Vivências com Profissionais da Área	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Selecionar o conteúdo das palestras e os palestrantes</li> <li>✓ Realizar as palestras</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Realizar 02 Palestras distintas</li> </ul>
3	Promover aulas de <b>FUTEBOL DE CAMPO</b> que englobam: condicionamento físico, jogos coletivos, ensino de técnica e regras	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Aulas Práticas e Teóricas</li> <li>✓ Realizar as aulas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Capacidade Total <b>100 alunos/mês</b> em 4 turmas de 25 alunos cada no período de 12 meses, 2X por semana</li> </ul>
4	Promover um Festival Interno	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Divulgação nas Redes Sociais</li> <li>✓ Planejamento e Execução das Etapas para Organização</li> <li>✓ Realizar o Evento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Realizar 01 Evento no ano</li> </ul>
5	Promover aulas de <b>FUNCIONAL</b> que englobam: movimentos individuais, em dupla e condicionamento físico	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Aulas Práticas e Teóricas</li> <li>✓ Realizar as aulas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Capacidade Total <b>60 alunos/mês</b> em 3 turmas no período de 12 meses, 2X por semana</li> </ul>
6	Promover uma Gincana Anual	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Divulgação nas Redes Sociais</li> <li>✓ Planejamento e Execução das Etapas para Organização</li> <li>✓ Realizar o Evento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Realizar 01 Evento no ano</li> </ul>
7	Promover aulas de <b>FUTSAL</b> que englobam: condicionamento físico, jogos coletivos, ensino de técnica e regras	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Aulas Práticas e Teóricas</li> <li>✓ Realizar as aulas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Capacidade Total <b>100 alunos/mês</b> em 4 turmas de 25 alunos cada no período de 12 meses, 2X por semana</li> </ul>
8	Promover um Festival Interno	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Divulgação nas Redes Sociais</li> <li>✓ Planejamento e Execução das Etapas para Organização</li> <li>✓ Realizar o Evento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Realizar 01 Evento no ano</li> </ul>
9	Promover aulas de <b>KARATÊ</b> que englobam: movimentos individuais, em dupla e condicionamento físico	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Aulas Práticas e Teóricas</li> <li>✓ Realizar as aulas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Capacidade Total <b>40 alunos/mês</b> em 2 turmas de 20 alunos no período de 12 meses, 3X por semana</li> </ul>
10	Promover a Entrega de Graduação Anual	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Divulgação nas Redes Sociais</li> <li>✓ Planejamento e Execução das Etapas para Organização</li> <li>✓ Realizar o Evento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Realizar 01 Evento no ano</li> </ul>



INSTITUTO RAIOS DE SOL  
 CNPJ 43.523.806/0001-77 • IM 59952  
 Av. Adhemar de Barros nº 1.347, Sala 11 A  
 Jardim Helena Maria, Guarujá/SP, CEP 11430-003  
 Tel. (13) 99200-5363 / 99732-1522  
 E-mail: irsguaruja@hotmail.com  
 Insta: @irsguaruja

## 6. METAS

	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	METAS E PRAZOS	INDICADORES	MEIOS DE VERIFICAÇÃO	PERÍODO DE VERIFICAÇÃO
1	Promover Confraternizações em datas comemorativas	Realizar eventos na Páscoa, Dia das Crianças e Natal	1. Evento realizado	Relatórios com registros fotográficos	Mensal
2	Promover Palestras de Hábitos Saudáveis, Vivências com Profissionais da Área	Realizar 02 Palestras distintas	1. Palestras realizadas	Lista de presença e relatórios com registros fotográficos	Semestral
3	Promover aulas de <b>FUTEBOL DE CAMPO</b> que englobam: condicionamento físico, jogos coletivos, ensino de técnica e regras Promover um Festival Interno	Capacidade Total <b>100 alunos/mês</b> em 4 turmas de 25 alunos cada no período de 12 meses, 2X por semana	1. Número de aulas realizadas	Lista de presença e relatórios com registros fotográficos	Mensal
			2. Percentual de frequência dos participantes nas aulas	Lista de presença e relatórios de frequência dos participantes	Mensal
4	Promover um Festival Interno	Realizar 01 Evento no ano	1. Evento realizado	Relatórios com registros fotográficos e Listagem de Alunos Participantes	Anual
5	Promover aulas de <b>FUNCIONAL</b> que englobam: movimentos individuais, em dupla e condicionamento físico	Capacidade Total <b>60 alunos/mês</b> em 3 turmas no período de 12 meses, 2X por semana	1. Número de aulas realizadas	Lista de presença e relatórios com registros fotográficos	Mensal
			2. Percentual de frequência dos participantes nas aulas	Lista de presença e relatórios de frequência dos participantes	Mensal
6	Promover uma Gincana Anual	Realizar 01 Evento no ano	1. Evento realizado	Relatórios com registros fotográficos e Listagem de Alunos Participantes	Anual
7	Promover aulas de <b>FUTSAL</b> que englobam: condicionamento físico, jogos coletivos, ensino de técnica e regras	Capacidade Total <b>100 alunos/mês</b> em 4 turmas de 25 alunos cada no período de 12 meses, 2X por semana	1. Número de aulas realizadas	Lista de presença e relatórios com registros fotográficos	Mensal
			2. Percentual de frequência dos participantes nas aulas	Lista de presença e relatórios de frequência dos participantes	Mensal
8	Promover um Festival Interno	Realizar 01 Evento no ano	1. Evento realizado	Relatórios com registros fotográficos e Listagem de Alunos Participantes	Anual
9	Promover aulas de <b>KARATÊ</b> que englobam: movimentos individuais, em dupla e condicionamento físico	Capacidade Total <b>40 alunos/mês</b> em 2 turmas de 20 alunos no período de 12 meses, 3X por semana	1. Número de aulas realizadas	Lista de presença e relatórios com registros fotográficos	Mensal
			2. Percentual de frequência dos participantes nas aulas	Lista de presença e relatórios de frequência dos participantes	Mensal
10	Promover a Entrega de Graduação Anual	Realizar 01 Evento no ano	1. Evento realizado	Relatórios com registros fotográficos e Listagem de Alunos Participantes	Anual

**\*PODE HAVER ALTERAÇÃO NOS MESES DE VIGÊNCIA, DE ACORDO COM A DATA DE ASSINATURA DO TERMO E PUBLICAÇÃO NO DIÁRIO OFICIAL.**



INSTITUTO RAIOS DE SOL  
CNPJ 43.523.806/0001-77 • IM 59952  
Av. Adhemar de Barros nº 1.347, Sala 11 A  
Jardim Helena Maria, Guarujá/SP, CEP 11430-003  
Tel. (13) 99200-5363 / 99732-1522  
E-mail: irsguaruja@hotmail.com  
Insta: @irsguaruja

## 7. INFRAESTRUTURA

### SEDE OPERACIONAL (Aluguel)

CEAB

Av. Adhemar de Barros, 1347, Sala 11 A, Jardim Helena Maria, Guarujá/SP, CEP 11430-003

### ANEXO 1 (Sessão de Uso)

Campo do Itapema

R. José Lourenço Guerra, 28, Jardim Boa Esperança (Vicente de Carvalho), Guarujá/SP, CEP 11471-040

### ANEXO 2 (Sessão de Uso)

Praça da Fraternidade

Jardim Cunhambebe (Vicente de Carvalho) Guarujá/SP, CEP 11450-110

### ANEXO 3 (Sessão de Uso)

Quadra Poliesportiva – Escola Estadual Marechal do Ar Eduardo Gomes

Av. Castelo Branco, s/nº, Jardim Cunhambebe (Vicente de Carvalho), Guarujá/SP, CEP 11450-010

### ANEXO 4 (Sessão de Uso)

CAEC Profª Márcia Regina dos Santos

Av. Mario Daige, 1440, Jardim Boa Esperança (Vicente de Carvalho), Guarujá/SP, CEP 11470-062

## 8. METODOLOGIA

### 1ª Fase: Inscrições

- ✓ No primeiro atendimento aos participantes será realizado o levantamento do perfil sócio econômico através de entrevistas e preenchimento de questionários e formulários específicos;
- ✓ Realização do levantamento das necessidades dos participantes acessando (se necessário) os serviços de atendimento público nas áreas de saúde, assistência social e educação, e em casos específicos atuação em visitas domiciliares.

Metas para INSCRIÇÕES:

- ✓ 1º mês: 50% da capacidade total do Projeto (150 vagas).
- ✓ 2º mês: 75% da capacidade total do Projeto (225 vagas).
- ✓ A partir do 3º mês: 100% da capacidade total do Projeto (300 vagas).

### 2ª Fase: Início

- ✓ A equipe responsável pelas atividades receberá as atendidos;
- ✓ As atividades serão realizadas por um professor/instrutor, os responsáveis técnicos irão supervisionar todas as atividades do Projeto;
- ✓ As crianças, adolescentes e adultos serão atendidos conforme CRONOGRAMA DE ATIVIDADES.
- ✓ Serão realizadas palestras e dinâmicas de grupo enfatizando temas sobre as questões esportivas e socioambientais;
- ✓ Desenvolvimento: as aulas serão divididas em teóricas e prática:
  - AULAS TEÓRICAS: explanação dos conteúdos e exibição de filme;
  - AULAS PRÁTICAS: de acordo com o PLANEJAMENTO DE CADA MODALIDADE.
- ✓ Os profissionais usarão técnicas de aprendizagem compatíveis com o rendimento e a evolução dos alunos;
- ✓ Divisão de Aula:
  - MOBILIDADE: consiste na capacidade de mover um segmento corporal em um amplo arco de movimento. Este conceito está intimamente ligado ao movimento voluntário, ao contrário da flexibilidade que é um conceito essencialmente passivo. Por esses conceitos podemos concluir que mobilidade e flexibilidade são conceitos bem distintos, um consiste na amplitude que pode ser alcançada de forma natural e a outra envolve forças externas;
  - AQUECIMENTO: preparação do organismo para o esporte seja em treinamento, na competição ou no lazer. Visa obter o estado ideal psíquico e físico, a preparação para os movimentos e principalmente prevenir as lesões;
  - PARTE PRINCIPAL: realização dos movimentos a serem executados durante a prática individual de cada modalidade;
  - PARTE PRÁTICA: executar os movimentos aprendidos na parte principal;
  - VOLTA À CALMA: consiste na parte final da aula é composta de um relaxamento e/ou exercícios de alongamento. Essa parte final deve conter de 5 a 10 minutos e é muito importante, pois promove ao aluno benefícios como: relaxamento muscular e alongamento, evitando assim as indesejáveis dores musculares no dia seguinte.



INSTITUTO RAIOS DE SOL  
CNPJ 43.523.806/0001-77 • IM 59952  
Av. Adhemar de Barros nº 1.347, Sala 11 A  
Jardim Helena Maria, Guarujá/SP, CEP 11430-003  
Tel. (13) 99200-5363 / 99732-1522  
E-mail: irsguaruja@hotmail.com  
Insta: @irsguaruja

### 3ª Fase: Desenvolvimento

- ✓ Continuidade no desenvolvimento das Atividades;
- ✓ O programa se desenvolverá em cinco eixos de trabalho: Gestão, Inclusão, Condicionamento, Desempenho, Plano de Mídia e Sustentabilidade:
  - **GESTÃO:** vem ao encontro dos procedimentos necessários da gestão profissional dos recursos e das atividades do projeto e visa dar suporte a todas as ações da organização;
  - **INCLUSÃO:** consiste em acolher e cuidar dos participantes do projeto, oferecendo estrutura de apoio para os treinamentos, além de atividades de recreação e lazer;
  - **CONDICIONAMENTO:** visa condicionar os participantes, através de metodologias inovadoras na área de (educação) preparação física, tornando-os aptos a participarem de eventos de competição amadores e profissionais;
  - **DESEMPENHO:** tem como objetivo principal alcançar resultados positivos dentro das competições através de estratégias inovadoras de avaliação e monitoramento e de conhecimentos e experiências práticas da equipe responsável pelo projeto;
  - **PLANO DE MÍDIA:** tem como foco a visibilidade do programa e de seus parceiros gerenciando as ações de marketing, apresentando as ações do programa de forma positiva e agregando valores a todos que estão envolvidos na realização do projeto;
  - **SUSTENTABILIDADE:** busca programar e implantar sistemas de captação de recursos diversos e fidelização de parceiros desenvolvendo formas alternativas de captação de recursos independentes, criando um cenário favorável para o aumento das ações e da continuidade dos programas.

## 9. JUSTIFICATIVA

A falta de equipamentos públicos e atividades recreativas e culturais de fácil acesso para a comunidade residente na região traz ociosidade, fazendo com que a comunidade não tenha perspectiva de melhorias e sinta-se esquecida pelos órgãos públicos.

Para favorecer o acesso ao esporte melhorando assim o desenvolvimento e as condições de vida de tais comunidades, a "IRS" pretende fomentar, desenvolver e divulgar a prática do esporte em nossa cidade através das aulas de **FUTEBOL DE CAMPO, GINÁSTICA FUNCIONAL, FUTSAL E KARATÊ**, oferecendo um espaço de convivência sadio e com possibilidade de crescimento educacional, esportivo e profissional.

### 9.1. PROJETO SOCIAL RAIOS DE SOL

O Projeto terá duração de 10 meses e será realizado em 07 (sete) locais diferentes:

#### SEDE OPERACIONAL (Aluguel)

#### ATENDIMENTO ADMINISTRATIVO

CEAB

Av. Adhemar de Barros, 1347, Sala 11 A, Jardim Helena Maria, Guarujá/SP, CEP 11430-003

#### ANEXO 1 (Sessão de Uso)

#### MODALIDADE: FUTEBOL DE CAMPO

Campo do Itapema

R. José Lourenço Guerra, 28, Jardim Boa Esperança (Vicente de Carvalho), Guarujá/SP, CEP 11471-040

#### ANEXO 2 (Sessão de Uso)

#### MODALIDADE: GINÁSTICA FUNCIONAL

Praça da Fraternidade

Jardim Cunhambebe (Vicente de Carvalho) Guarujá/SP, CEP 11450-110

#### ANEXO 3 (Sessão de Uso)

#### MODALIDADE: FUTSAL

Quadra Poliesportiva – Escola Estadual Marechal do Ar Eduardo Gomes

Av. Castelo Branco, s/nº, Jardim Cunhambebe (Vicente de Carvalho), Guarujá/SP, CEP 11450-010

#### ANEXO 4 (Sessão de Uso)

#### MODALIDADE: KARATÊ

CAEC Profª Márcia Regina dos Santos

Av. Mario Daige, 1440, Jardim Boa Esperança (Vicente de Carvalho), Guarujá/SP, CEP 11470-062



INSTITUTO RAIOS DE SOL  
CNPJ 43.523.806/0001-77 • IM 59952  
Av. Adhemar de Barros nº 1.347, Sala 11 A  
Jardim Helena Maria, Guarujá/SP, CEP 11430-003  
Tel. (13) 99200-5363 / 99732-1522  
E-mail: irsguaruja@hotmail.com  
Insta: @irsguaruja

Tendo como objeto a promoção de aulas para o atendimento de crianças, adolescentes e adultos para a prática de atividades físicas e esportivas nas modalidades: **FUTEBOL DE CAMPO, GINÁSTICA FUNCIONAL, FUTSAL E KARATÊ**, contemplando os bairros: Jardim Boa Esperança, Jardim Progresso, Paecará, Vila Áurea e adjacências no Município do Guarujá/SP.

## 9.2. RESULTADOS ESPERADOS

- ✓ Acolher como proposta a integração entre, aprendizagem, valorização, união e divulgação do esporte;
- ✓ Ampliar o acesso ao esporte competitivo na cidade de Guarujá;
- ✓ Apresentar o Esporte como recurso para a integração social do indivíduo;
- ✓ Atendimento de **300 (trezentos)** atendimentos (crianças, adolescentes e adultos a partir dos 05 anos);
- ✓ Atendimento INDIRETO de 1000 (hum mil) pessoas;
- ✓ Aulas de **FUTEBOL DE CAMPO, GINÁSTICA FUNCIONAL, FUTSAL E KARATÊ** que englobam: a prática da modalidade e condicionamento físico;
- ✓ Auxiliar na formação do cidadão crítico, criativo, autônomo e consciente de sua cidadania;
- ✓ Construção de regras e limites;
- ✓ Contribuir para a melhoria da qualidade de vida, do aperfeiçoamento dos desenvolvimentos corporal, psicológico, motor, afetivo e cognitivo e no rendimento escolar;
- ✓ Contribuir para a melhoria nas capacidades físicas, motoras, psicológicas, cognitivas e sócio afetivas do indivíduo;
- ✓ Contribuir para diminuição da exposição aos riscos sociais presentes na escola, e ainda para os índices de evasão escolar, nos bairros e comunidades de Guarujá.
- ✓ Desenvolver a inclusão social;
- ✓ Desenvolver atividades lúdicas, ensinando aos alunos a executar atividades nas modalidades esportivas de maneira que enfatize todas as valências, habilidades motoras, cognitivas;
- ✓ Desenvolver atividades que enfatizem o social mostrando a importância de ajudar e sempre colaborar com o bem estar de todos;
- ✓ Desenvolvimento físico e mental e estímulo a autoestima;
- ✓ Disseminar a prática de atividade física como forma de saúde, física e mental, enfatizando a inclusão social traduzido como um fator de desenvolvimento e transformação humana, através das modalidades **FUTEBOL DE CAMPO, GINÁSTICA FUNCIONAL, FUTSAL E KARATÊ** por poder ser praticado por todo o tipo de público, independente de gênero, idade ou, até mesmo, condição física;
- ✓ Estimular o desenvolvimento de novos talentos, de várias faixas etárias e ambos os sexos;
- ✓ Implementar as ações específicas de acordo com o feedback dado em aula pelos beneficiados ou de acordo com a especialidade do professor(a);
- ✓ Incentivo ao trabalho em equipe;
- ✓ Levar os alunos a adotarem atitudes de respeito mútuo, dignidade, cooperação e solidariedade, afastando qualquer prática de violência;
- ✓ Mostrar a importância da prática do Esporte e seu desempenho, como fator e fonte inesgotável de conhecimento;
- ✓ Promover através do Esporte, condições sociais e pessoais fundamentados em valores como educação, emancipação, participação e cooperação;
- ✓ Promover condições sociais e pessoais fundamentados em valores como educação, emancipação, participação e cooperação;
- ✓ Promover Confraternizações em datas comemorativas;
- ✓ Promover Palestras / Vivências com Profissionais da Área;
- ✓ Propiciar momentos de prazer, descontração e recreação;
- ✓ Reforçar a cidade como referência na prática da **FUTEBOL DE CAMPO, GINÁSTICA FUNCIONAL, FUTSAL E KARATÊ**;

## 9.3. POR QUE TRABALHAR COM CRIANÇAS?

A oportunidade da prática de esportes atrelada à educação ambiental, além de um direito por si só, (Direito ao Esporte, ECA – Artigo 4º e 59º) justifica a execução deste projeto, considerando sua importância para o desenvolvimento saudável de crianças e adolescentes. Apesar das condições naturais favoráveis a prática do Surf em nosso município, os fatores socioeconômicos de nossos Atletas são um limitante para o seu desenvolvimento e participação nos campeonatos.

A prática esportiva além de possibilitar a adoção de hábitos de vida saudáveis, elevar a autoestima, torna-se um fator de prevenção à exposição ao ambiente de drogas, ilícitudes, propiciando o fortalecimento dos vínculos familiares.



INSTITUTO RAIOS DE SOL  
 CNPJ 43.523.806/0001-77 • IM 59952  
 Av. Adhemar de Barros nº 1.347, Sala 11 A  
 Jardim Helena Maria, Guarujá/SP, CEP 11430-003  
 Tel. (13) 99200-5363 / 99732-1522  
 E-mail: irsguaruja@hotmail.com  
 Insta: @irsguaruja

Este projeto vem de encontro ao atendimento dos interesses da sociedade civil, contribuindo para a execução das políticas públicas locais necessárias para superar as mazelas sociais alinhadas aos objetivos da Agenda 21 Guarujá 2034 e a Agenda 2030 dos ODS – Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da ONU – Organização das Nações Unidas.

#### 9.4. DIRETRIZ(ES)/AÇÃO(ÕES) PRIORITÁRIA(S)

**(2.5.)** Diretrizes a serem alcançadas:

- 2.5.4. Atendimento Socioeducativo;
- 2.5.5. Direito ao Esporte, Cultura e Lazer;
- 2.5.6. Capacitação e Qualificação Profissional de Adolescentes;
- 2.5.7. Garantia dos Direitos e Políticas Públicas da Inclusão Social;
- 2.5.8. Melhoria nos locais de atendimento das Crianças e Adolescentes;

#### 10. CUSTOS/NATUREZA DAS DESPESAS

TABELA DE VALORES - CUSTEIO						
QTD	ITENS	QTD MÊS/HORA	VALOR HORA	QTD MESES	MENSAL	ANUAL
<b>SERV. TERCEIROS – PJ</b>						
1	Professor Esportivo FUTEBOL DE CAMPO	48	R\$ 35,00	10	R\$ 1.680,00	R\$ 16.800,00
1	Monitor Esportivo FUTEBOL DE CAMPO	48	R\$ 20,00	10	R\$ 960,00	R\$ 9.600,00
1	Professor Esportivo FUNCIONAL	54	R\$ 35,00	10	R\$ 1.890,00	R\$ 18.900,00
1	Monitor Esportivo FUNCIONAL	54	R\$ 20,00	10	R\$ 1.080,00	R\$ 10.800,00
1	Professor Esportivo FUTSAL	48	R\$ 35,00	10	R\$ 1.680,00	R\$ 16.800,00
1	Monitor Esportivo FUTSAL	48	R\$ 20,00	10	R\$ 960,00	R\$ 9.600,00
1	Professor Esportivo KARATÊ	24	R\$ 35,00	10	R\$ 840,00	R\$ 8.400,00
1	Monitor Esportivo KARATÊ	24	R\$ 20,00	10	R\$ 480,00	R\$ 4.800,00
1	Coordenação Esportiva	<b>CONTRATO</b>		10	R\$ 3.000,00	R\$ 30.000,00
1	Assistência Contábil	<b>CONTRATO</b>		10	R\$ 2.000,00	R\$ 20.000,00
1	Confecção	<b>ORÇAMENTO</b>		1	R\$ 2.000,00	R\$ 2.000,00
1	Comunicação Visual	<b>ORÇAMENTO</b>		1	R\$ 1.500,00	R\$ 1.500,00
<b>SUBTOTAL</b>					<b>R\$ 9.212,00</b>	<b>R\$149.200,00</b>
<b>AQUISIÇÃO DE MATERIAIS E EQUIPAMENTOS</b>						
1	Material de Consumo&Permanente	NÃO SE ENQUADRA		1	R\$ 10.800,00	R\$ 10.800,00
<b>SUBTOTAL</b>					<b>#####</b>	<b>R\$ 10.800,00</b>
<b>TOTAL GERAL</b>						<b>R\$ 160.000,00</b>

#### 11. PREVISÃO DE RECEITA

Através de eventos (ex. quermesses, sorvetadas, bazares e jantares) e busca de parcerias com grandes empresas e comerciantes locais.

#### 12. RELAÇÃO DE RECURSOS HUMANOS E/OU SERVIÇOS DE TERCEIROS

PROFISSIONAL	DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES	CARGA HORÁRIA*	CONTRATAÇÃO
<b>PROFESSOR(A) ESPORTIVO FUTEBOL DE CAMPO, GINÁSTICA FUNCIONAL, FUTSAL E KARATÊ</b>	Aulas efetivamente ministradas, sua carga horária é descrita conforme o cronograma de atividades, comparecer nas Reuniões Mensais de Acompanhamento, Capacitação e Avaliação.	De acordo com o Cronograma de Atividades + 2h de reunião de avaliação e planejamento	MEI (Contrato de Prestação de Serviços)



INSTITUTO RAIOS DE SOL  
 CNPJ 43.523.806/0001-77 • IM 59952  
 Av. Adhemar de Barros nº 1.347, Sala 11 A  
 Jardim Helena Maria, Guarujá/SP, CEP 11430-003  
 Tel. (13) 99200-5363 / 99732-1522  
 E-mail: irsguaruja@hotmail.com  
 Insta: @irsguaruja

PROFISSIONAL	DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES	CARGA HORÁRIA*	CONTRATAÇÃO
<b>AUXILIAR ESPORTIVO</b> FUTEBOL DE CAMPO, GINÁSTICA FUNCIONAL, FUTSAL E KARATÊ	Auxilia o Professor, sua carga horária é descrita conforme o cronograma de atividades, comparecer nas Reuniões Mensais de Acompanhamento, Capacitação e Avaliação.	<b>Semanal</b> <b>De acordo com o Cronograma de Atividades</b>	MEI (Contrato de Prestação de Serviços)
<b>COORDENADOR(A) ESPORTIVO</b>	Subordinado ao Gerente Administrativo. Coordena as atividades em loco. Supervisiona a equipe pedagógica e contribui para que se atinjam os objetivos esperados. Responsável pelo atendimento ao público.	De acordo com o Cronograma de Atividades + 2h de reunião de avaliação e planejamento	MEI (Contrato de Prestação de Serviços)
<b>ASSESSORIA CONTÁBIL &amp; JURÍDICA</b>	Escrituração e serviços contábeis de acordo com os princípios fundamentais da Contabilidade e com as Normas Brasileiras de Contabilidade (NBC); serviço essencial e obrigatório conforme previsto na Lei Federal nº 13.019/2014; assessoria jurídica nas áreas tributária, trabalhista, entre outras, tanto nos aspectos preventivos quanto na administração do contencioso, sugerindo medidas a tomar para resguardar os interesses e dar segurança jurídica aos atos e decisões da empresa.	<b>*NÃO CUMPRE CARGA HORÁRIA, AS ATIVIDADES SÃO DESENVOLVIDAS DE FORMA REMOTA, NO ESCRITÓRIO DA EMPRESA</b>	PJ (Contrato de Prestação de Serviços)
<b>CONFECÇÃO E ESTAMPARIA</b>	Confecção e Estamparia dos Uniformes dos Profissionais – 20 camisetas	<b>CONFORME ORÇAMENTO ANEXO</b>	PJ
<b>COMUNICAÇÃO VISUAL</b>	Confecção de 08 Banners para cada local e 1000 Panfletos para divulgação. Segue modelo do banner	<b>CONFORME ORÇAMENTO ANEXO</b>	PJ

### 13. CRONOGRAMA DE ATIVIDADES

<b>ANEXO 1 (Sessão de Uso) – Campo do Itapema</b>				
<b>R. José Lourenço Guerra, 28, Jardim Boa Esperança</b>				
MODALIDADE	DIAS	HORÁRIO	FAIXA ETÁRIA	VAGAS
FUTEBOL	TER/QUI	08h00 às 09h30	A PARTIR DE 05 ANOS	25
FUTEBOL	TER/QUI	09h30 às 11h00	A PARTIR DE 05 ANOS	25
FUTEBOL	TER/QUI	14h00 às 15h30	A PARTIR DE 05 ANOS	25
FUTEBOL	TER/QUI	15h30 às 17h00	A PARTIR DE 05 ANOS	25
<b>ANEXO 2 (Sessão de Uso) – Praça da Fraternidade</b>				
<b>Jardim Cunhambebe</b>				
MODALIDADE	DIAS	HORÁRIO	FAIXA ETÁRIA	VAGAS
FUNCIONAL	SEG/QUA/SEX	07h00 às 08h00	A PARTIR DE 18 ANOS	20
FUNCIONAL	SEG/QUA/SEX	08h00 às 09h00	A PARTIR DE 18 ANOS	20
FUNCIONAL	SEG/QUA/SEX	09h00 às 10h00	A PARTIR DE 18 ANOS	20
<b>ANEXO 3 (Sessão de Uso) Quadra Poliesportiva – Escola Estadual Marechal do Ar Eduardo Gomes</b>				
<b>Av. Castelo Branco, s/nº, Jardim Cunhambebe</b>				
MODALIDADE	DIAS	HORÁRIO	FAIXA ETÁRIA	VAGAS
FUTSAL	TER/QUI	08h00 às 09h30	A PARTIR DE 05 ANOS	25
FUTSAL	TER/QUI	09h30 às 11h00	A PARTIR DE 05 ANOS	25
FUTSAL	TER/QUI	14h00 às 15h30	A PARTIR DE 05 ANOS	25
FUTSAL	TER/QUI	15h30 às 17h00	A PARTIR DE 05 ANOS	25
<b>ANEXO 4 (Sessão de Uso) – CAEC Profª Márcia Regina dos Santos</b>				
<b>Av. Mario Daige, 1440, Jardim Boa Esperança</b>				
MODALIDADE	DIAS	HORÁRIO	FAIXA ETÁRIA	VAGAS
KARATÊ	SEG/QUA/SEX	19h00 às 20h30	A PARTIR DE 05 ANOS	20
KARATÊ	SEG/QUA/SEX	20h30 às 22h00	A PARTIR DE 05 ANOS	20
				<b>300</b>



INSTITUTO RAIOS DE SOL  
 CNPJ 43.523.806/0001-77 • IM 59952  
 Av. Adhemar de Barros nº 1.347, Sala 11 A  
 Jardim Helena Maria, Guarujá/SP, CEP 11430-003  
 Tel. (13) 99200-5363 / 99732-1522  
 E-mail: irsguaruja@hotmail.com  
 Insta: @irsguaruja

**As Confraternizações, Palestras, Apresentações e Graduações serão realizadas nos locais de desenvolvimento das atividades.**

#### 14. CRONOGRAMA DE DESEMBOLSO<sup>3</sup>

MÊS	VALOR
1	R\$ 28.870,00
2	R\$ 14.570,00
3	R\$ 14.570,00
4	R\$ 14.570,00
5	R\$ 14.570,00
6	R\$ 14.570,00
7	R\$ 14.570,00
8	R\$ 14.570,00
9	R\$ 14.570,00
10	R\$ 14.570,00
<b>TOTAL</b>	<b>R\$ 160.000,00</b>

#### 15. CRONOGRAMA EXECUÇÃO DO PROJETO<sup>4</sup>

Nº	AÇÕES	MÊS											
		01	02	03	04	05	06	07	08	09	10		
1	Contratações	X											
2	Treinamentos	X					X						
3	Reuniões de Avaliação	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
4	Realização das Aulas	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
5	Relatório de Atividades	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
6	Publicações em Redes Sociais	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
7	Prestação de Contas	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
8	Datas Comemorativas				X		X						
9	Palestra					X						X	
10	Ações para Encerramento											X	X
11	Prestação de Contas Final												X

#### 16. ESTRATÉGIAS DE COMUNICAÇÃO<sup>5</sup>

Para alcançar nosso público alvo o Projeto será divulgado nas mídias sociais, mas além disso, as vagas serão oferecidas nas Unidades de Serviços Públicos: CRAS, UBS e Escolas Municipais e Estaduais. Também serão criadas parcerias com outras Entidades da cidade. Publicações nas Redes Sociais: Instagram/Facebook (@irsguaruja)

TIPO DE MÍDIA	PERÍODO	PÚBLICO
Redes Sociais	Mensal	Crianças, Adolescentes, Jovens e Adultos
CRAS / CAECS / CMDCA	Trimestral	

#### 17. MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

##### 17.1. SISTEMA DE AVALIAÇÃO DAS AULAS

- ✓ Fichas de Inscrição – para acompanhamento do número de atendidos;
- ✓ Aulas ministradas – através da supervisão do Gestor de Projetos e do Supervisor de Cursos;
- ✓ Lista de presença – para acompanhamento da frequência dos atendidos;
- ✓ Relatórios de atividades diários preenchidos pelos professores – para acompanhamento do Plano de Trabalho exposto e aprovado para cada modalidade;



INSTITUTO RAIOS DE SOL  
CNPJ 43.523.806/0001-77 • IM 59952  
Av. Adhemar de Barros nº 1.347, Sala 11 A  
Jardim Helena Maria, Guarujá/SP, CEP 11430-003  
Tel. (13) 99200-5363 / 99732-1522  
E-mail: irsguaruja@hotmail.com  
Insta: @irsguaruja

## **17.2. SISTEMA DE AVALIAÇÃO DOS DEMAIS OBJETIVOS**

- ✓ Palestras promovidas – através da lista de presença dos interessados;
- ✓ Eventos realizados – através de relatórios com registros fotográficos
- ✓ Publicações nas Redes Sociais: Instagram/Facebook (@irsguaruja)
- ✓ Reuniões Mensais de Avaliação.

## **18. INFORMAÇÕES COMPLEMENTARES DA PROPOSTA**

### **18.1. IMPACTO SOCIAL**

Crianças e adolescentes são seres humanos em fase de desenvolvimento. Direitos de crianças e adolescentes são, portanto, direitos humanos, com as peculiaridades inerentes à sua etapa de vida. Trabalhar pelos direitos de crianças e adolescentes significa enfatizar as obrigações legais e morais daqueles a quem cabe o compromisso de promovê-los e garanti-los. Significa, também, empenhar-se na correção das situações de não cumprimento desses compromissos que caracterizam a violação dos mencionados direitos.

A preservação e promoção da Cultura e do Esporte são direitos reconhecidos pela Constituição Federal de 1988, em seus Artigos 205, 206 e 217, e também pelo Estatuto da Criança e do Adolescente.

Além de otimizar a saúde de cada indivíduo, o esporte também contribui para o desenvolvimento e interação social das pessoas. Torna-se uma ação quase que impossível a de finalizar a contabilização de benefícios que o esporte pode conceder na sociedade de um modo geral. Podemos citar, dentre os diversos, a retirada de jovens e adolescentes de caminhos obscuros, como por exemplo o mundo das drogas. Mundo afora já observamos diversos exemplos de superação por meio do caminho do esporte.

Toda e qualquer atividade física favorecem o não aparecimento das doenças do coração, diabetes, excesso de gordura e inúmeras doenças distintas. Nota-se também que empresas estão cada vez mais se preocupando em incluir algum esporte a sua equipe, para que o rendimento dos funcionários seja potencializado.

### **18.2. OS BENEFÍCIOS ESPORTIVOS PARA O NOSSO CORPO**

Realizar exercícios é fundamental para a adoção de um estilo de vida saudável. Se iniciadas já na juventude ou mesmo quando ainda somos crianças, as atividades físicas nos trazem incontáveis benefícios para o organismo. Digamos que não apenas para o organismo, mas também para o nosso psicológico.

Se considerarmos a parte física, se praticado algumas vezes na semana, todo e qualquer esporte favorecem a criação de um ótimo estereótipo muscular, tornam nossos membros mais maleáveis e flexíveis, além de fazer com que o corpo ósseo e as juntas fiquem mais fortes.

Para aqueles que estão acima do peso, os esportes, principalmente os aeróbicos, auxiliam no emagrecimento, redução de medidas e equilíbrio de pressão arterial. Além de tudo isso, enalteçemos que a prática do esporte reduz o colesterol ruim e otimiza o caminho do sangue ao cérebro. E isto reduz bastante os níveis de estresse, depressão ou ansiedade, favorecendo assim, um psíquico equilibrado.

### **18.3. E A SOCIEDADE? O QUE GANHA COM O ESPORTE?**

Esquecendo um pouco o fator saúde, no qual observamos que se potencializa a pessoa esportista, citamos que na sociedade em geral, o esporte também é cercado de aspectos positivos. O sujeito que toma algum esporte como parte da sua rotina, tem a capacidade de desenvolver seu espírito de equipe, liderança e sabedoria ao tomar suas decisões. O esporte desenvolve sim nas pessoas a cidadania, contribuindo então, para uma sociedade mais justa e coletiva.

As pessoas através do esporte, aprendem a se socializar, interagir e criar vínculos de amizade, muitas vezes para vida inteira. Obviamente, o espírito de competitividade se sobressai, principalmente em esportes coletivos, e isto não pode ser conectado com um aspecto negativo, mas sim é importante notarmos que a competitividade produz pessoas fortes.

Importante lembrarmos, acima de tudo, que o esporte mescla pessoas de todas as raças, níveis sociais, religiões e gêneros, seja através do esporte em si ou então em grandes eventos relacionados com o tema, no qual o mundo todo para torcer e vibrar juntos.



INSTITUTO RAIOS DE SOL  
 CNPJ 43.523.806/0001-77 • IM 59952  
 Av. Adhemar de Barros nº 1.347, Sala 11 A  
 Jardim Helena Maria, Guarujá/SP, CEP 11430-003  
 Tel. (13) 99200-5363 / 99732-1522  
 E-mail: irsguaruja@hotmail.com  
 Insta: @irsguaruja

## 19. CAPACIDADE TÉCNICA DA ENTIDADE

### PROCESSO DE SELEÇÃO

Profissionais de serão contratados, conforme processo abaixo descrito:

**Etapa 1:** definição do perfil profissiográfico e pré-requisitos para preenchimento da vaga.

**Etapa 2:** divulgação da vaga através das redes sociais e esporadicamente nos jornais locais, solicitado o envio de Currículo para nosso e-mail (irsguaruja@hotmail.com)

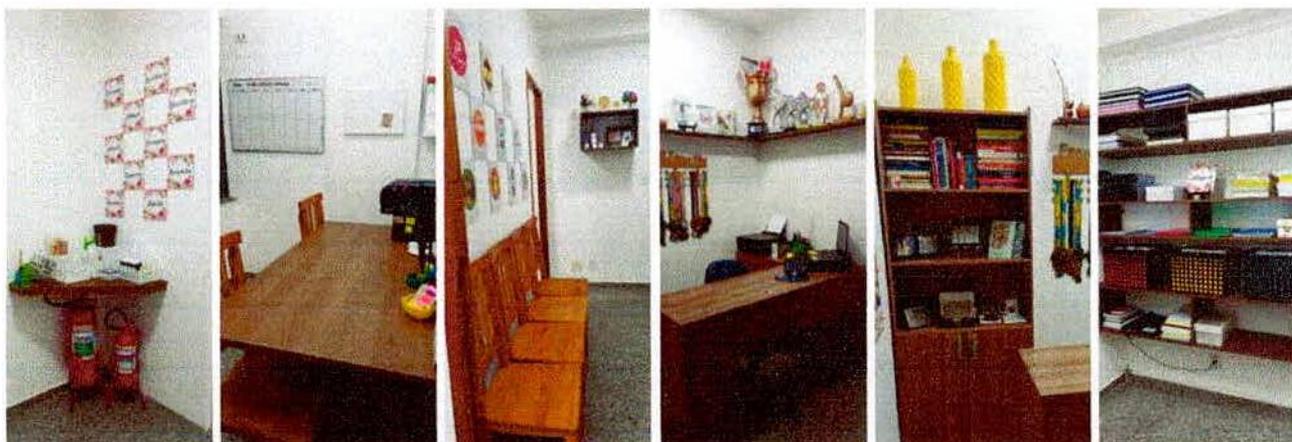
**Etapa 3:** o processo de recrutamento é comparativo de um lado as definições do perfil de cargo e do outro as características dos candidatos a fim de averiguar qual deles atende às exigências do cargo.

**Etapa 4:** os candidatos dos currículos escolhidos recebem uma ligação para agendamento de entrevista.

**Etapa 5:** os candidatos recrutados são submetidos a testes de conhecimento, desempenho e psicológicos.

**Etapa 6:** os candidatos que passam para esta etapa ficam para o teste prático e técnico com o Diretor Presidente. Os pontos principais da seleção são a qualificação, o potencial e a motivação do candidato ao cargo.

Sede Operacional: alugada em conjunto com outras entidades em formato coworking, local onde estão arquivados nossos documentos e ainda onde poderemos receber visitas técnicas e fiscalização com hora marcada;



## 20. CONTRAPARTIDA

CONTRAPARTIDA			
ITEM	QTD		VALOR
Aluguel (sublocação)	1	Anual	R\$ 3.600,00
Mobiliário PMG	1	Anual	R\$ 640,00
Acordo PMG	1	Anual	R\$ 1.000,00
Responsável Técnico (Voluntário)	1	Anual	R\$ 18.000,00
Elaborador de Projetos (Voluntário)	1	Anual	R\$ 12.000,00
Captador de Recursos (Voluntário)	1	Anual	R\$ 12.000,00
Gestor de Projetos (Voluntário)	1	Anual	R\$ 12.000,00
<b>TOTAL</b>			<b>R\$ 59.240,00</b>

## 21. CONCLUSÃO

O **PROJEO RAIOS DE SOL** propõe através do **FUTEBOL DE CAMPO, GINÁSTICA FUNCIONAL, FUTSAL E KARATÊ** não somente promover o acesso ao esporte, mas o desenvolvimento da criança como indivíduo e cidadã, além é claro do desenvolvimento físico e mental; construção de regras e limites; incentivo ao trabalho em equipe; estimular a autoestima; propiciar momentos de prazer, descontração e recreação; contribuir para a melhoria nas capacidades físicas, motoras, psicológicas, cognitivas e sócio afetivas do indivíduo; promover através da Cultura, condições sociais e pessoais fundamentados em valores como educação, emancipação, participação e cooperação; contribuir para diminuição da exposição aos riscos sociais presentes na escola, bairros e comunidades de Guarujá.



INSTITUTO RAIOS DE SOL  
CNPJ 43.523.806/0001-77 • IM 59952  
Av. Adhemar de Barros nº 1.347, Sala 11 A  
Jardim Helena Maria, Guarujá/SP, CEP 11430-003  
Tel. (13) 99200-5363 / 99732-1522  
E-mail: irsguaruja@hotmail.com  
Insta: @irsguaruja

A execução deste Projeto irá ocupar o tempo livre de um número de crianças e adolescentes que já estão se beneficiando de todas as vantagens inerentes ao esporte. A atividade esportiva por si já constitui um projeto educacional de grande utilidade. Quando ela não é praticada, abrem-se as portas para o desvio do caminho da criminalidade, irmã siamesa da droga, e para tantos outros desmandos que são a causa da aflição de pais e familiares.

O esporte, nas atuais contingências sociais das grandes metrópoles, passou a ser um instrumento de combate a um mal social que se agrava a cada dia. Estamos, portanto, diante de um excelente e desejável efeito colateral na aplicação deste planejamento.

As crianças e adolescentes mobilizados que não tiverem talento nato jamais serão desconsiderados ou reprovados nesta apuração de habilidades. Além de beneficiar-se de um amplo trabalho de caráter educacional, eles constituirão um celeiro de importante material humano no processo cultural. A preocupação do Projeto é ensinar da melhor maneira possível. Com isso desenvolver um trabalho específico com técnicas adaptadas para as crianças respeitando suas individualidades físicas, biológicas e sociais.

Qualquer atividade que se realize com crianças se faz necessário que se envolva também os seus pais, parentes e amigos, pois assim a criança se sente mais segura e orgulhosa da atividade que está realizando. Enquanto isso os pais estão acompanhando o trabalho desenvolvido com eles, e observando o comportamento nos mais diferentes lugares que seus filhos frequentam. Assim tendo certeza de que eles estão longe das drogas enquanto praticam uma atividade de lazer fora do tempo da escola.

Para alcançar nosso público alvo o Projeto será divulgado nas mídias sociais, mas além disso, as vagas serão oferecidas nas Unidades de Serviços Públicos: CRAS, UBS e Escolas Municipais e Estaduais. Também serão criadas parcerias com outras Entidades da cidade.

Os alunos matriculados no Projeto de acordo com seu perfil sócio-cultural poderão ser encaminhados para atendimento em outras Entidades do município que oferecem os serviços que ainda não oferecemos em nossa Associação. Caso haja necessidade de acompanhamento psicológico, ou ainda na área da assistência social será realizado contato com a Rede CMDCA para que a demanda seja atendida.

Guarujá, 26 de junho de 2023.

Veruska Gerlach Compiani  
**Diretora Presidente**  
RG nº 32.103.431-4 SSP/SP  
CPF/MF nº 297.243.088-39  
Contato: (13) 99200-5363  
E-mail: [veruskagerlach@hotmail.com](mailto:veruskagerlach@hotmail.com)