



## **Bauru Tênis Clube**

**R. José Vicente Aiello, nº 5-176, Vila Serrão, CEP: 17053-342 - Bauru – SP**

**CNPJ: 45.008.695/0001-96 – Fone: (14) 3235-0500**

### **Relatório Circunstanciado de Atividades – Mensal – 03/2022**

#### **1. Objetivo do Serviço**

Promover a atividade esportiva de Tênis de Quadra e auxiliar no rendimento com desenvolvimento integral dos atletas, se restringindo a crianças e adolescentes, na cidade de Bauru - SP.

#### **2. Impacto Social Esperado**

O impacto social a ser esperado pelas ações do projeto preveem uma maior valorização do esporte; crescente evolução e aprimoramento das técnicas para rendimento no Tênis; redução da evasão escolar; assiduidade e compromisso nas atividades de forma geral; aumento da motivação e participação em atividades esportivas e educacionais e evolução a nível de alto rendimento.

#### **3. Atividades Realizadas**

No mês de março, em relação aos treinos esportivos de tênis foi iniciado o treino com o movimento de esquerda com a raquete, além de manter o que já fora aprendido com o movimento de direita e também a consciência corpórea e de movimentação dentro da quadra; em relação a preparação física dos alunos inscritos no alto rendimento, com base na avaliação realizada no mês anterior e a consciência corporal adquirida até então, foi inserido um treinamento de base, que incluía o trabalho de mobilidade das articulações a fim de atingir uma maior amplitude de movimentos e a “força de dentro para fora”, principalmente das articulações, com o objetivo de prevenção de possíveis lesões por conta dos movimentos repetitivos empregados no esporte. Também foram inseridos padrões integrados de movimentos funcionais, como: agachar, levantar, empurrar e puxar, voltado ao peso do próprio corpo, a fim de ampliar o que já fora iniciado anteriormente: o repertório motor. Em relação ao trabalho da psicologia foi



## **Bauru Tênis Clube**

**R. José Vicente Aiello, nº 5-176, Vila Serrão, CEP: 17053-342 - Bauru – SP**

**CNPJ: 45.008.695/0001-96 – Fone: (14) 3235-0500**

dado o início aos grupos terapêuticos com todas as turmas que já estavam realizando as aulas de tênis, com base no plano de trabalho elaborado no mês anterior, sendo assim, o passo inicial, seria estabelecer as regras do grupo, passar uma compreensão do que é psicologia e qual a sua função para as crianças, e realizar jogos e atividades para geração de vínculo com a psicóloga e entre os integrantes dos grupos.

#### **4. Resultados Obtidos**

Os resultados obtidos neste mês, diante do que fora trabalhado e descrito acima, foram uma melhor desenvoltura nos movimentos de esquerda e direita com a raquete, além de uma melhor consciência de movimentação na quadra esportiva; em relação ao trabalho de preparação física os alunos obtiveram maior conscientização corporal e aprendizado de movimentos importantes para a prevenção de lesões, além do fortalecimento e melhor condicionamento físico e amplitude dos movimentos das articulações. No trabalho da psicologia, não foi possível observar ainda grandes resultados, no entanto, é possível constatar uma maior integração entre os alunos e a psicóloga, além de um maior conhecimento adquirido em relação ao trabalho e função da psicologia.

#### **5. Observações Gerais**

Importante ressaltar que os atendidos do BTC, recebem diariamente alimentação balanceada após os treinos, nos respectivos horários em que estão na instituição.

**Local e Data:** 30/03/2022, Bauru - SP



## Bauru Tênis Clube

R. José Vicente Aiello, nº 5-176, Vila Serrão, CEP: 17053-342 - Bauru – SP

CNPJ: 45.008.695/0001-96 – Fone: (14) 3235-0500

Responsável pela execução do serviço:

Nome Completo: Nathalia Gandara Sanches

Função: Psicóloga e Coordenadora Educacional

Nathalia Gandara Sanches  
Psicóloga  
CRP 06/165288  
30/03/2023

*Nathalia@sancheS*

Assinatura e Carimbo

Nome Completo: Carlos Eduardo de Oliveira

Função: Professor de Tênis

Assinatura



## Bauru Tênis Clube

R. José Vicente Aiello, nº 5-176, Vila Serrão, CEP: 17053-342 - Bauru – SP

CNPJ: 45.008.695/0001-96 – Fone: (14) 3235-0500

### 6. Relatório Fotográfico







## Bauru Tênis Clube

R. José Vicente Aiello, nº 5-176, Vila Serrão, CEP: 17053-342 - Bauru – SP

CNPJ: 45.008.695/0001-96 – Fone: (14) 3235-0500

