



RELATÓRIO MENSAL CIRCUNSTANCIADO DE ATIVIDADES 2022

SETEMBRO DE 2022





“Projeto Esporte Inclusivo”

***“Nunca desista das coisas que te
fazem sorrir”***



| DADOS GERAIS DA ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL – OSC | | |
|---|---|----------------------|
| Nome: Associação Mariliense de Esportes Inclusivos – AMEI | | |
| CNPJ: 05.560.548.0001-00 | | |
| Endereço: Avenida Archimedes Manhães, nº 1113 | | CEP: 17.519-254 |
| Bairro: Fragata | Complemento: | |
| Telefone: (14) 3432-3083 | e-mail: contato@ameimarilia.com.br | |
| Cidade: Marília | UF: SP | |
| DADOS GERAIS DA ORGANIZAÇÃO DO RESPONSÁVEL LEGAL OSC | | |
| Nome: João Ailton Marcato | | |
| Cargo: Presidente | Profissão: Corretor de café | Estado Civil: Casado |
| Endereço: Rua Engenheiro Columbano Eppinhaus, 740 | | Cidade: Marília |
| Bairro: Jardim Estoril | | CEP: 17.514-200 |
| Telefone: (14)99722-9002 | e-mail: contato@ameimarilia.com.br | |
| IDENTIFICAÇÃO DO RESPONSÁVEL TÉCNICO PELO PROJETO | | |
| Nome: Levi Henrique Magron Carrion | | |
| Área de formação: Esporte | Nº Registro no conselho Profissional: 116253-G/SP | |
| Endereço: Rua Hosuke Uchida, 63 | Cidade: Marília | |
| Bairro: Fragata C | CEP: 17.519-222 | |
| Telefone: 14 3433-8229 | e-mail: levi@ameimarilia.com.br | |
| IDENTIFICAÇÃO DO CONTADOR RESPONSÁVEL PELA OSC | | |
| Nome: Joaquim Aparecido Saraiva | | |
| Nº Registro CRC: 1SPP09239/O-2 | CPF: 319.827.198-34 | |
| Endereço: Av. Carlos Artêncio, 88 | Cidade: Marília | |
| Bairro: Fragata | CEP: 17519-255 | |
| Telefone: (14)3303-1900 | e-mail: saraiva@kintec.com.br | |
| Nome do Escritório: Kintec | Telefone do escritório: (14)3303-1900 | |

APRESENTAÇÃO DO PROJETO

O Esporte Inclusivo, pretende formar 30 atletas com deficiências intelectual, na modalidade de Basquete e Futsal, sendo jovens e adultos de ambos os sexos, a partir dos 06 anos de idade, estimulando além da prática esportiva, a oportunidade de inclusão social e formação cívica da população.

A proposta apresentada, será na manifestação de Formação Desportiva, promovendo a inclusão social e o aprimoramento físico e técnico dos alunos com deficiências, visando promover o bem-estar físico, emocional e social, oportunizando-os com profissionais qualificados, formação na modalidade específica, materiais esportivos, uniformes e competições.

OBJETIVO DO SERVIÇO

Objetivo geral:

Oferecer atendimento especializado na Formação Desportiva a pessoas com deficiências intelectual, visando promover a autonomia, inclusão social, melhoria na qualidade de vida, ampliar a oferta de atividades sócio-recreativa-desportiva que respeitem e acolham a diversidade. Assegurando que as pessoas com deficiência participem em igualdade de oportunidade como as demais pessoas.

Objetivos (s) específica (s):

- Promover condições adaptadas para o desenvolvimento de seu potencial esportivo, proporcionando sua emancipação pessoal;
- Desenvolver as habilidades individuais de cada participante;
- Ensino aprendido da modalidade de futsal e basquete, com o intuito de formação qualificada para pessoas com deficiência;
- Estimular a prática esportiva garantindo qualidade de vida;
- Auxiliar as condições físicas e psicológicas, contribuindo para a autoestima, a autonomia e o convívio social.
- Amparar a família em suas particularidades e contexto social;

Orientar as famílias e/ou usuário quanto a garantia de direitos e encaminhamentos à rede socioassistencial

IMPACTO SOCIAL ESPERADO

O projeto complementou as ações da família na proteção e no desenvolvimento dos mesmos, contribuiu para o fortalecimento das estruturas emocionais e cognitivas dos atletas minimizando o impacto emocional e social. Os envolvidos apresentaram melhoras significativas quanto à qualidade de vida, bem estar, coordenação motora, atenção, concentração, aprendizagem, postura, autonomia, cooperativismo, socialização, aceitação de regras e disciplina, proteção das situações de risco, ampliação do acesso a informação, prevenção e orientação dentro do contexto social onde estão inseridos. Como ponto forte, podemos destacar o fortalecimento de vínculos entre instituição, comunidade local, equipe institucional e famílias atendidas.

Uma mudança facilmente notada é o estilo de vida mais saudável com a inserção da prática esportiva no cotidiano dos usuários. A prática esportiva traz ao usuário benefícios como aumento da capacidade cardiorrespiratória, ganho de massa magra e perda de gordura e melhoria no sono. Aliado a isso, percebe-se a evolução dos alunos/atleta no quesito de autoconfiança e autoestima, pelo fato de conseguirem desenvolver com maior habilidade os exercícios com o passar das aulas. O ganho de autoconfiança e autoestima reflete diretamente no convívio social, onde o aluno/ atleta se sente mais preparado para os deveres diários.

Públicos Alvo

Pessoas com deficiências intelectual, de ambos os sexos a partir dos 06 anos, interessados na formação de futsal e basquete.

Beneficiários Diretos

30 (trintas) pessoas com deficiência intelectual de ambos os sexos.

Beneficiários Indiretos

As famílias, a comunidade, os profissionais do Projeto, todo o município de Marília- SP, sua região, o Estado e a Nação com as representatividades.

DESCRIÇÃO DOS SERVIÇOS REALIZADOS NO BASQUETE E FUTSAL

| UNIDADE – Local de execução do serviço | DESCRIÇÃO DO SERVIÇO | PÚBLICO ALVO | MÊS/ATIVIDADE QUANTIDADE EXECUTADA |
|---|-----------------------------|--|---|
| Marília – S/P | Basquete e Futsal | Pessoas de ambos os sexos, sendo: sem deficiência dos 06 aos 10 anos de idade e pessoas com deficiência, a partir dos 06 anos. | Executada 02 X por semana 16 dias de execução do serviço |

Basquete AMEI (terça-feira e quarta-feira) SETEMBRO

Terça-feira 06/09/22

- Aquecimento:

Corrida com movimentos específicos sem bola (corrida de frente, de costas, lateralidade sem cruzar as pernas, lateralidade cruzando as pernas, skip baixo, skip alto).

- Exercícios:
 1. Batendo bola de um lado ao outro, com mão direita e esquerda.
 2. Passando bola envolta da barriga, para um lado depois para o outro.
 3. Passando bola por trás das costas, quicando bola no chão.
 4. Passando bola entre as pernas, sem tocar bola no chão
 5. Passando bola entre as pernas, quicando bola no chão.
 6. Manuseio de bola na ponta dos dedos, com braços esticados na frente.
 7. Manuseio de bola na ponta dos dedos, com braços esticados acima da cabeça.
 8. Rolando a bola com uma mão até o outro lado da quadra.
 9. Arremesso do lance livre.
 10. Bandeja lado direito e esquerdo com finalização no arremesso.
- Alongamento.

Quarta-feira 07/09/22

- Aquecimento:

Corrida com movimentos específicos sem bola (corrida de frente, de costas, lateralidade sem cruzar as pernas, lateralidade cruzando as pernas, skip baixo, skip alto).

- Exercícios:
 1. Batendo bola de um lado ao outro, com mão direita e esquerda.
 2. Passando bola por trás das costas.
 3. Passando bola entre as pernas.
 4. Arremesso na tabelinha (direita e esquerda).
 5. Circuito com movimentação e bola, realizando dribles e fintas, movimentação em diag tocando cones e passada da bandeja nos bambolês finalizando no arremesso.
 6. Arremesso do lance livre.
 7. Brincadeira: Arranca rabo.
- Alongamento.

Terça-feira 13/09/22

- Aquecimento:

Corrida com movimentos específicos com bola (corrida de frente batendo bola, de costas batendo bola, trocando a mão a cada 3 batidas; 2 batidas; bate e troca).

- Exercícios:
 1. Passe de peito.
 2. Passe de peito finalizando no arremesso.

3. Passe picado.
4. Passe picado finalizando no arremesso.
5. Trabalho de passes em duplas.
6. Trabalho de passes em grupo.
7. Arremesso livre.
8. Joguinho coletivo.
- Alongamento.

Quarta-feira 14/09/22

- Aquecimento:

Corrida nas escadas/arquibancada. Corrida ao redor da quadra.

- Exercícios:
 1. Arremesso livre.
 2. Batendo bola por entre as pernas.
 3. Batendo bola por trás das costas.
 4. Batendo bola e fazendo giro.]
 5. Corrida batendo bola com arremesso do outro lado da quadra em equipe.
- Alongamento.



Terça-feira 20/09/22

- Aquecimento:

Corrida com movimentos específicos sem bola (corrida de frente, de costas, lateralid sem cruzar as pernas, lateralidade cruzando as pernas, skip baixo, skip alto).

- Exercícios:
 1. Circuito 1: Lateralidade, domínio de bola com as duas mãos, atenção concentrada e dividida. Corrida em tiro batendo bola e arremesso.
 2. Circuito 2: Semelhante ao 1, porém em dupla. Um dos alunos realiza os passes de volta para o outro e finaliza na marcação.
 3. Joguinho 3x3.
- Alongamento.

Quarta-feira 21/09/22

- Aquecimento:

Corrida com movimentos específicos sem bola (corrida de frente, de costas, lateralid sem cruzar as pernas, lateralidade cruzando as pernas, skip baixo, skip alto).

- Exercícios:
 1. Circuito de habilidades psicomotoras e destreza física.
 2. Arremesso livre.
 3. Batendo bola com mão direita.
 4. Batendo bola com mão esquerda.
 5. Batendo bola trocando mão.
 6. Arremesso de 5 posições diferentes, definidas a perto e média distância.

7. Trabalho de ataque e defesa.
 • Alongamento.



Terça-feira 27/09/22

- Aquecimento:

Brincadeira:

- Exercícios:
1. Batendo bola de um lado ao outro, com mão direita e esquerda.
 2. Passando bola por trás das costas.
 3. Passando bola entre as pernas.
 4. Circuito com domínio de bola com as duas mãos, fazendo trocas, drible nos cones e arremesso.
 5. Arremesso na tabelinha.
 6. Trabalho de ataque e defesa, dois contra dois.
- Alongamento.



Quarta-feira 28/09/22

- Aquecimento:

Corrida com movimentos específicos sem bola (corrida de frente, de costas, lateralidade sem cruzar as pernas, lateralidade cruzando as pernas, skip baixo, skip alto).

- Exercícios:
1. Trabalho de marcação e lateralidade.
 2. Mudança de direção.
 3. Salto vertical.
 4. Salto unilateral-vertical.
 5. Bater bola em circuito.

6. Arremesso em cinco estações diferentes.
 - Alongamento.



DESCRIÇÃO DOS SERVIÇOS REALIZADOS - FUTSAL

Dia 01/09/2022 – Quinta-feira

- Aquecimento

Alongamento dos MMSS e MMII.

2 Voltas correndo ao redor da quadra.

- Parte Física

Circuito motor com objetivo de trabalhar

- * Lateralidade
- * Agilidade
- * noção espacial
- * Fortalecimento dos MMII
- * Coordenação motora gossa
- * Equilíbrio

- Parte Técnica

- * Passe com pé dominante e não dominante
- * Drible
- * Chute ao gol em velocidade
- * Simulação de contra-ataque (passe + chute)
- * Jogo coletivo



Dia 05/09/2022 - Segunda-feira

- Aquecimento

Alongamento dos MMSS e MMII.

2 Voltas correndo ao redor da quadra.

- Parte Física

Circuito motor com objetivo de trabalhar

- * Lateralidade
- * Agilidade
- * Velocidade
- * noção espacial
- * Equilíbrio
- * Gasto energético correndo de um lado para o outro da quadra passando por obstáculos

- Parte Técnica

- * Condução de bola
- * Chute ao gol em velocidade passando em zig e zag pelos obstáculos.
- * Condução de bola e chute frontal
- * Treino específico com os goleiros (Tempo de reação; Agilidade; Rebote)
- * Jogo coletivo



Dia 08/09/2022 - Quinta-feira

- Aquecimento

Alongamento dos MMSS e MMII.

2 Voltas correndo ao redor da quadra.

- Parte Física

Circuito motor com objetivo de trabalhar

- * Lateralidade
- * Agilidade
- * Velocidade
- * Salto
- * Equilíbrio
- * Corrida mudando de direção alternando com polichinelos.
- * Gasto energético correndo de um lado para o outro da quadra passando por obstáculos

- Parte Técnica

- * Corrida e chute frontal alternado os lados através de cores.
- * Chute ao gol em diagonal
- * Simulação de jogada de ataque por estações
- * Domínio de bola (Rasteira e alta)
- * Treino específico com os goleiros (Tempo de reação; Agilidade; Rebote)
- * Jogo coletivo

Dia 12/09/2022 - Segunda-feira**- Aquecimento**

Alongamento dos MMSS e MMII.

2 Voltas correndo ao redor da quadra.

- Parte Física

Circuito motor com objetivo de trabalhar

- * Lateralidade
- * Agilidade
- * Velocidade
- * Noção espacial
- * Salto
- * Equilíbrio
- * Gasto energético correndo de um lado para o outro passando por obstáculos.

- Parte Técnica

- * Passe com pé dominante e não dominante
- * Simulação de contra ataque
- * Chute ao gol em velocidade
- * Jogo coletivo

**Dia 15/09/2022 - Quinta-feira****- Aquecimento**

Alongamento dos MMSS e MMII.

2 Voltas correndo ao redor da quadra.

- Parte Física

Circuito motor com objetivo de trabalhar

- * Lateralidade
- * Agilidade



- * Fortalecimento dos MMII
- * Velocidade
- * Salto (Frontal e lateral)
- * Equilíbrio
- * Polichinelos
- Parte Técnica
- * Passe com pé dominante e não dominante
- * Simulação de defesa
- * Drible curto
- * Chute ao gol em velocidade
- * Domínio de bola (Rasteira e alta)
- * Jogo coletivo

Dia 19/09/2022 - Segunda-feira

- Aquecimento

Alongamento dos MMSS e MMII.

2 Voltas correndo ao redor da quadra.

- Parte Física

Circuito motor com objetivo de trabalhar

- * Velocidade
- * Agilidade
- * noção espacial
- * Controle corporal
- * Noção espacial
- * Fortalecimento dos MMII
- * Equilíbrio
- * Correção da postura corporal

- Parte Técnica

- * Passe com pé dominante e não dominante
- * Chute ao gol em velocidade
- * Simulação de contra-ataque (passe + chute)
- * Simulação de jogada de ataque por estações
- * Condução de bola e chute frontal
- * Jogo coletivo

Dia 22/09/2022 - Quinta-feira

- Aquecimento

Alongamento dos MMSS e MMII.

2 Voltas correndo ao redor da quadra.

- Parte Física

Circuito motor com objetivo de trabalhar

- * Agilidade
- * noção espacial
- * Equilíbrio
- * Correção da postura corporal
- * Gasto energético correndo de um lado para o outro quadra passando por obstáculos

- * Lateralidade
- * Polichinelos
- Parte Técnica
- * Passe em deslocamento
- * Drible
- * Chute ao gol em velocidade
- * Condução de bola e chute frontal
- * Corrida e chute frontal alternado os lados através de cores.
- * Jogo coletivo

Dia 26/09/2022 - Segunda-feira

- Aquecimento

Alongamento dos MMSS e MMII.
2 Voltas correndo ao redor da quadra.

- Parte Física

Circuito motor com objetivo de trabalhar

- * Velocidade
- * Agilidade
- * noção espacial
- * Concentração
- * Fortalecimento dos MMII
- * Equilíbrio

- Parte Técnica

- * Passe com pé dominante e não dominante
- * Drible
- * Domínio de bola (alta e rasteira)
- * Chute ao gol em velocidade
- * Condução de bola e chute frontal
- * Treino específico com os goleiros (Tempo de reação; Agilidade; Rebote)
- * Jogo coletivo



Dia 29/09/2022 - Quinta-feira

- Aquecimento

Alongamento dos MMSS e MMII.
2 Voltas correndo ao redor da quadra.

- Parte Física

Circuito motor com objetivo de trabalhar

- * Lateralidade
- * Agilidade
- * Fortalecimento dos MMII
- * Velocidade
- * Salto (Frontal e lateral)
- * Equilíbrio
- * Polichinelos

- Parte Técnica

- * Condução de bola
- * Chute ao gol em velocidade passando em zig e zag pelos obstáculos.
- * Condução de bola e chute frontal
- * Treino específico com os goleiros (Tempo de reação; Agilidade; Rebote)
- * Jogo coletivo

Marília 30 de setembro de 2022



João Ailton Marcato

Qualificação: Presidente
CPF: 132.119.038-79 RG: 20746868