



**ASSOCIAÇÃO  
MARILIENSE  
DE ESPORTES  
INCLUSIVOS**

## **RELATÓRIO ANUAL 2023**

## 1. DADOS PRELIMINARES

- 1.1 – Nome Entidade: Associação Mariliense de Esportes Inclusivos
- 1.2 – CNPJ: 05.560.548/0001-00
- 1.3 – Instrumento/Ano: Termo de Colaboração nº. 123/2022
- 1.4 – Tipo de Instrumento: Emenda Parlamentar
- 1.5 – Responsável da Entidade: João Ailton Marcato

## 2. ORGÃO GESTOR

Nome: Secretaria Municipal de Esportes, Lazer e Juventude.  
Endereço: Rua Olar Durigheto, 399 – Parque São Jorge – Marília/SP  
Telefone: (14) 3401-2030.

## 3. OBJETO

Contribuir na criação de condições e oportunidades que possibilitem o desenvolvimento biopsicossocial de crianças, adolescentes, adultos e idosos com ou sem deficiência e no fortalecimento de vínculos familiares e comunitários, propiciando dessa maneira a melhoria da qualidade de vida, favorecendo uma atuação positiva na sociedade.

**Vigência ANUAL:** 02/01/2023 à 31/12/2023

## 4. OBJETIVO GERAL

Desenvolver a interação social e melhorar a qualidade de vida de pessoas com ou sem deficiência e crianças da rede pública de ensino por meio de programas de práticas esportivos, de modo a garantir aquisições progressivas aos seus atendidos, de acordo com o seu ciclo de vida e desempenho esportivo, com o intuito de também complementar o trabalho social com famílias. Uma forma de intervenção planejada que cria situações desafiadoras, estimulando e orientando os usuários incentivando-os a socialização e a convivência comunitária e propiciando o desenvolvimento de capacidades e potencialidades, com vistas ao alcance de alternativas emancipatórias para o enfrentamento das dificuldades pessoais e sociais.

## 5. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- \* Oferecer aos usuários condições adequadas para o desenvolvimento de seu potencial esportivo, proporcionando através deste, sua integração ao meio social, contribuindo na formação de cidadãos conscientes e ativos na sociedade;
- \* Oferecer programas esportivos adequados de acordo com seus interesses, necessidades e possibilidades, abrangendo todos os aspectos que favoreçam sua integração, participação e realização pessoal na sociedade;
- \* Contribuir para melhora do rendimento técnico do usuário na sua modalidade, melhora das capacidades físicas e também psicológica com a melhora da autoestima, autonomia e emancipação, propiciando o desenvolvimento biopsicossocial.

## 6. METODOLOGIA

As atividades ocorreram na sede da AMEI de segunda a sexta-feira das 07h30 às 11h30 e período da tarde das 13h00 às 18h. Foram divididos em 08 grupos com no máximo 25 participantes por coletivo.

As atividades foram orientadas e acompanhadas por profissionais especializado nas atividades realizadas e as crianças que demandam de cuidados específicos, contamos com momentos em que os familiares participaram juntos nas atividades dentro da piscina com os filhos tendo em vista as respectivas particularidades individuais.

As famílias e os usuários também foram acompanhados pelas Assistentes Sociais nas intervenções de: acolhimento, atendimentos individuais/familiares e coletivos, visitas domiciliares, encaminhamentos e articulações junto a rede de atendimento do município.

Etapafase	Quantidade			Qualid (%)	Comentários
	Prévia	Med	Real		
Oferecer aos usuários condições adequadas para o desenvolvimento de seu potencial esportivo, proporcionando através deste, sua integração ao meio social, contribuindo na formação de cidadãos conscientes e ativos na sociedade	04 meses	02	04 meses	100 %	Através de ações que contemplaram a prática esportiva dos usuários e do envolvimento familiar neste processo.
Oferecer programas esportivos adequados de acordo com seus interesses, necessidades e possibilidades, abrangendo todos os aspectos que favoreçam sua integração, participação e realização pessoal na sociedade	04 meses	02	04 meses	100 %	Por meio do desenvolvimento de atividades pontuais e coletivas que estimularam o desenvolvimento das potencialidades, habilidades e formação cidadã.
Contribuir para melhora do rendimento técnico do usuário na sua modalidade, melhora das capacidades físicas e também psicológica com a melhora da autoestima, autonomia e emancipação, propiciando o desenvolvimento biopsicossocial	04 meses	02	04 meses	100 %	Por meio do acompanhamento diário, entender as demandas existentes no usuário seja na área esportiva, bem como no contexto familiar, orientando-os e encaminhando-os aos diversos setores existentes no município.
Promover o acompanhamento social dos atendidos e seus respectivos familiares	04 meses	02	04 meses	100 %	Como forma de prevenção e redução, oferecemos atendimento direto as famílias e na necessidade em caráter emergencial, intervimos com: vestuário e cesta básica, sobretudo, mantemos acompanhamento com os mesmos diante das demanda apresentadas visando a emancipação do usuário e do contexto familiar.

## 7. PLANEJAMENTO DA IMPLANTAÇÃO

Para a implantação do projeto primeiro foi diagnosticado qual era a questão social “problema” que precisávamos resolver e qual o tamanho da demanda. Em conversa com pais, responsáveis e professores de pessoas com deficiência, constatou-se que a cidade é muito carente no aspecto de projetos voltados ao trabalho inclusivo. Com isso ficou evidente a necessidade de elaborar um projeto esportivo voltado às pessoas com deficiência e a inclusão social. Assim sendo, a entidade possui um histórico de sucesso com as três modalidades: natação, atletismo, futsal e basquete.

Com o público alvo e as modalidades definidas, realizamos a elaboração do calendário de aulas e organização das turmas, que são incluídas de acordo com o projeto e com o desempenho no esporte.

## 8. PROCESSO DE SELEÇÃO DO PÚBLICO BENEFICIÁRIO

Para fazer parte desse projeto o usuário pode ter ou não alguma deficiência, dentre elas: física, auditiva, visual ou intelectual, com todo o cuidado, somente é exigido que o usuário esteja apto à prática esportiva, comprovando tal condição através de um atestado médico. Demanda também validada por crianças e adolescentes sem deficiência, com idade entre 07 e 14 anos, matriculada em escolas da rede pública de ensino que apresente atestado médico com autorização a prática esportiva.

## 9. CARACTERIZAÇÃO DOS BENEFICIÁRIOS

Crianças, jovens e adultos, de ambos os sexos que apresentem deficiência física, auditiva, visual ou intelectual e crianças e adolescentes entre 07 e 14 anos de ambos os sexos, com ou sem deficiência, matriculados na rede pública de ensino.

## 10. INSTRUMENTAL

### 10.1 RECURSOS HUMANOS

Item	Nome ou Cargo	Qtde	Carga horária			Meses	Comentários
			Prévia	Real	Período		
01	Gerente de projetos	1	160	160	Mensal	12	CLT
02	Educadores Físicos	03	160	160	Mensal	12	CLT
03	Estagiários de serviços esportivos	06	16	16	Mensal	12	Estagio
04	Coordenador	1	160	160	Mensal	12	CLT
05	Assistente Social	2	15	15	Mensal	12	MEI
06	Estagiarias de Serviço Social	02	24	24	Mensal	12	Estagio
07	Educador Físico	01	160	160	Mensal	12	Cedido

### 10.2 ESTRUTURA FÍSICA

Qtde	Descrição	Disponível no objeto		Reparos realizados	Comentários
		Início	Final		
01	Escritório	02/01/2023	31/12/2023		
01	Sala dos Professores	02/01/2023	31/12/2023		
02	Banheiros	02/01/2023	31/12/2023		
01	Cozinha	02/01/2023	31/12/2023		
01	Piscina Semiolímpica	02/01/2023	31/12/2023		
01	Casa de Máquinas-Piscina	02/01/2023	31/12/2023		
01	Caldeira a lenha	02/01/2023	31/12/2023		
01	Academia	02/01/2023	31/12/2023		
01	Lavanderia	02/01/2023	31/12/2023		

### 10.3 RECURSOS FISICOS

Item	Descrição	Qtd	Disponível no objeto		Reparos realizados	Comentários
			Início	Final		
01	Computador	4	02/01/2023	31/12/2023		
02	Impressora	2	02/01/2023	31/12/2023		

03	Mesa de escritório	5	02/01/2023	31/12/2023		
04	Mesa de reunião	1	02/01/2023	31/12/2023		
05	Cadeiras	10	02/01/2023	31/12/2023		
06	Ventilador	2	02/01/2023	31/12/2023		
07	Televisor	2	02/01/2023	31/12/2023		
08	Aparelho de telefone	2	02/01/2023	31/12/2023		
09	Bebedouro de água	1	02/01/2023	31/12/2023		
10	Fogão	1	02/01/2023	31/12/2023		
11	Geladeira	1	02/01/2023	31/12/2023		
12	Mesa de Cozinha	1	02/01/2023	31/12/2023		
13	Máquina de lava jato	1	02/01/2023	31/12/2023		
14	Arquivo de Aço	3	02/01/2023	31/12/2023		
15	Armário	2	02/01/2023	31/12/2023		
16	Guarda Roupas	1	02/01/2023	31/12/2023		
17	Elevador de Piscina	1	02/01/2023	31/12/2023		
18	Escada de Piscina	2	02/01/2023	31/12/2023		
19	Freezer	1	02/01/2023	31/12/2023		
20	Espalдар	1	02/01/2023	31/12/2023		
21	Bicicleta Ergométrica	1	02/01/2023	31/12/2023		
22	Esteira Ergométrica	1	02/01/2023	31/12/2023		
23	Barra guiada	1	02/01/2023	31/12/2023		
24	Cadeira Extensora	1	02/01/2023	31/12/2023		
25	Mesa de supino	1	02/01/2023	31/12/2023		
26	Estação de musculação	1	02/01/2023	31/12/2023		
27	Mini Tramp	2	02/01/2023	31/12/2023		
28	Projektor	1	02/01/2023	31/12/2023		
29	Cadeira de corrida	3	02/01/2023	31/12/2023		
30	Banco de arremesso	1	02/01/2023	31/12/2023		
31	Balança	1	02/01/2023	31/12/2023		
32	Anilha	30	02/01/2023	31/12/2023		
33	Barra de musculação	5	02/01/2023	31/12/2023		
34	Aparelho de abdominal	1	02/01/2023	31/12/2023		
35	Peso de arremesso	5	02/01/2023	31/12/2023		
36	Trenó de corrida	2	02/01/2023	31/12/2023		
37	Dardo	4	02/01/2023	31/12/2023		
38	Disco	10	02/01/2023	31/12/2023		
39	Boia Espaguete de natação	30	02/01/2023	31/12/2023		
40	GymBall	4	02/01/2023	31/12/2023		
41	Medicine Ball	10	02/01/2023	31/12/2023		
42	Snorkel	6	02/01/2023	31/12/2023		
43	Cinturão de piscina	6	02/01/2023	31/12/2023		
44	Halter de piscina	30	02/01/2023	31/12/2023		
45	Pé de pato	10	02/01/2023	31/12/2023		
46	Pranchas	50	02/01/2023	31/12/2023		

47	Relógio de Piscina	1	02/01/2023	31/12/2023		
48	Caneleira de Piscina	20	02/01/2023	31/12/2023		
49	Boia de Braço	10	02/01/2023	31/12/2023		
50	Pull Boy	10	02/01/2023	31/12/2023		
51	Extensora de braço	1	02/01/2023	31/12/2023		

### 10.3 RECURSOS FINANCEIROS

Item	Descrição	Federal (\$)		Estadual (\$)		Municipal (\$)		Próprios	
		Pré	Real	Pré	Real	Pré	Real	Pré	Real
01	Entrada					2.910,46	2.910,46		
02	Entrada							0,00	0,00
03	Despesas Pagas							220,00	220,00

### 11. DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES REALIZADAS POR PROGRAMA

#### 11.1. DESCRIÇÃO DO PROGRAMA – AÇÃO 1: TRIUNFO

Este programa surgiu com a fundação da entidade, em 2003, que desde o seu início entende que o esporte é uma ferramenta extremamente eficaz para promover a qualidade de vida e apresentar as potencialidades da pessoa com deficiência para a sociedade em geral, mudando a maneira com que são vistas.

Tivemos inseridos de maneira contínua nos coletivos **32** usuários com deficiência, sendo: deficiência física; intelectual e visual. Todos inseridos na rede escolar e/ou cursando ensino médio; completo e/ ou cursando nível superior.

As atividades realizadas contribuíram para o desenvolvimento de fundamentos técnicos, coordenação motora e resistência física típicas para cada modalidade esportiva, com ênfase na inclusão, socialização, interação, educação e disciplina formando atletas a nível estadual, nacional e mundial e integrando-os em diversas competições.

Com este programa, visamos promover a inclusão dos atletas em diversos setores e políticas públicas: bolsa atleta federal e municipal, promovemos a ingressão dos atletas aos estudos: médio, técnico e superior, incentivando-os a busca pela profissionalização pessoal e profissional e atuamos nos encaminhamentos por meio de parceria as universidades que atuam na área da saúde e educação. Com as competições dos atletas nas diversas modalidades de natação e atletismo no exercício de 2023 conquistamos **322** medalhas durante o ano.

#### ATIVIDADES REALIZADAS ANUAL

FASES	Janeiro a dezembro			
<b>Aperfeiçoamento dos nados</b>	Trabalhos educativos que servem para correção do nado: braços, pernadas e respiração.	Trabalhos educativos que servem para correção do nado: braços, pernadas e respiração. Aperfeiçoamento com viradas e saídas (mergulho).	Trabalhos educativos que servem para correção do nado: braços, pernadas e respiração.	Trabalhos educativos que servem para correção do nado: braços, pernadas e respiração. Aperfeiçoamento com viradas e saídas (mergulho).
<b>Força</b>	Academia: força para	Academia: Trabalhamos	Academia: força para	Trabalhamos circuito geral.

<b>(Água e academia)</b>	<p>membros superiores, utilizando os aparelhos da academia e peso corporal, como carga.</p> <p>Piscina: Trabalhamos tração: nado resistido.</p>	<p>somente abdômen por conta o campeonato.</p> <p>Na piscina: trabalho técnico de velocidade.</p>	<p>membros inferiores, utilizando os aparelhos da academia e peso corporal, como carga.</p> <p>Na piscina: Saltos do bloco.</p>	<p>Na piscina: Trabalho de força em coletivo.</p>
<b>Velocidade</b>	<p>Na piscina: Tiros de velocidade de 25m livre.</p> <p>Tiro de velocidade 50metros stilo;</p> <p>Tiro de velocidade de 100 metros.</p> <p>Tiro de velocidade de medley.</p>	<p>Na piscina: Tiros de velocidade de 25m livre.</p> <p>Tiro de velocidade 50metros stilo;</p> <p>Tiro de velocidade de 100 metros.</p> <p>Tiro de velocidade de medley.</p>	<p>Na piscina: Tiros de velocidade de 25m livre.</p> <p>Tiro de velocidade 50metros stilo;</p> <p>Tiro de velocidade de 100 metros.</p> <p>Tiro de velocidade de medley.</p>	<p>Na piscina: Tiros de velocidade de 25m livre.</p> <p>Tiro de velocidade 50metros stilo;</p> <p>Tiro de velocidade de 100 metros.</p> <p>Tiro de velocidade de medley.</p>
<b>Resistência</b>	<p>Teste de resistência de 20 minutos;</p>	<p>Teste progressivo.</p>	<p>Teste de 3 mil metros.</p>	<p>Teste da pirâmide: trabalho desenvolvido para verificar a respiração e resistência na água.</p>
<b>competições</b>	<p>1ª Fase do circuito Loterias – Caixa natação - 20 à 21 de maio na cidade de São Paulo.</p>	<p>Campeonato Brasileiro de Atletismo dias 15 à 18 de junho – na cidade de São Paulo</p>	<p>Campeonato Mundial de Atletismo – de 10 à 16 de Julho – na cidade Paris.</p> <p>1ª Fase dos jogos universitários de 20 à 22 de julho.</p>	<p>-----</p>

## 11.2. PROGRAMA – AÇÃO 2: FOQUINHAS

Este programa atendeu em 2023 o número de **100** inseridos: crianças, adolescentes e adultos, todos com deficiência. Um programa de natação ofertado gratuitamente em Marília e região que atendeu pessoas em suas deficiências. Teve por foco trabalhar a socialização, interação, educação, formação de vínculos, medida de segurança, adaptação ao meio aquático, contribuindo para a aquisição de valores e respeito mútuo com o próximo, oportunizando a vivência esportiva educacional, aprimorando questões psicológicas, sociais e nutricionais, promovendo por meio do esporte o desenvolvimento individual funcional para ações básicas do dia a dia de cada criança.

Foi executado semanalmente de 2ª a 5ª-feira, sendo duas turmas no período da manhã: no horário das 8h30 às 09h15 e das 10h30 às 11h15, sendo 02 oficinas divididas, em média até 25 atendidos por coletivos: 8h30 às 09h15 e 10h30 às 11h15. As atividades desenvolvidas neste período foram: socialização, disciplina, adaptação em meio líquido, flutuação, iniciação ao nado crawl, coordenação e aperfeiçoamento do nado, sendo elas desenvolvidas por uma profissional competente e responsável.

Esta oficina demandou cuidados individuais e coletivos, as práticas da natação e aquáticas para o desenvolvimento de fundamentos técnicos, coordenação motora e resistência física, típicas para a natação de acordo com a particularidade individual das crianças, adolescente e jovem com deficiência. Um programa que promove aos usuários a melhora na socialização, ansiedade e stress, e segundo relatos dos familiares a evolução e comprometimento dos filhos é notório no dia a dia.

### ATIVIDADES REALIZADAS

FASES	Janeiro a dezembro			
<b>Adaptação ao meio líquido;</b>	Ambientar-se ao novo meio e promover o interesse pelas aulas de natação;  Os principais receios e dificuldades que a criança tem ao iniciar na natação;  Sentados na borda da piscina, realizamos batimentos de perna;	Ambientar-se ao novo meio e promover o interesse pelas aulas de natação;  Os principais receios e dificuldades que a criança tem ao iniciar na natação;  Promovendo o primeiro contato com a água na piscina;	Ambientar-se ao novo meio e promover o interesse pelas aulas de natação;  Os principais receios e dificuldades que a criança tem ao iniciar na natação;  Incentivamos o contato da fase com a água;	Ambientar-se ao novo meio e promover o interesse pelas aulas de natação;  Os principais receios e dificuldades que a criança tem ao iniciar na natação;  Flutuação e batimento da perna;
<b>Respiração</b>	Promover aos usuários a capacidade em atender, entender	Promover aos usuários a capacidade em atender, entender	Promover aos usuários a capacidade em atender, entender	Promover aos usuários a capacidade em atender, entender



	e de aprender a respiração imerso de maneira segura dentro do ambiente aquático. Imergir a cabeça com e sem o apoio da borda.	e de aprender a respiração imerso de maneira segura dentro do ambiente aquático.  Manter as mãos ocupadas com objeto durante a imersão da cabeça para evitar esfregar os olhos continuamente.	e de aprender a respiração imerso de maneira segura dentro do ambiente aquático.  Expirar voluntariamente dentro da água: ex: Apagar a velinha;	entender e de aprender a respiração imerso de maneira segura dentro do ambiente aquático.  Imergir empurrado pelo professor de maneira a sentir a força da impulsão.
<b>Flutuação</b>	Explorar diferentes formas de deslocamento, desenvolvendo equilíbrio e flutuação no meio líquido para melhor autoconfiança.	Promover a flutuação dorsal e ventral (flutuadores);	Exercícios que visam o deslocamento na piscina para reconhecimento do ambiente trabalhado de maneira lúdica, como: Superman, mulher maravilha e cavalinhos.	Exercícios na borda com batimentos de perna.
<b>Iniciação do nado livre</b>	Iniciar o nado livre de forma lúdica, respeitando individualmente cada criança, e seu desenvolvimento;	Trabalho de batimentos de perna de maneira geral (auxílio do professora, auxílio na borda e flutuadores);	Rotação de braços de maneira geral (auxílio do professora, auxílio na borda e flutuadores);	Coordenação de braço e perna, com respiração frontal.
<b>Iniciação do nado costa</b>	Iniciar o nado de costas de forma lúdica, respeitando individualmente cada criança, e seu desenvolvimento;	Iniciando pelo batimento de pernas, utilizando equipamentos: pranchas, flutuadores, pé de pato.	Rotação de braços de maneira geral (auxílio do professora, auxílio na borda e flutuadores);	Nado propriamente dito: trabalho de pernas e braços.



### 11.3. DESCRIÇÃO DO PROGRAMA – AÇÃO 3: GOLFINHOS

Atendemos neste programa **100** inseridos: crianças e adolescentes sem deficiência. Esta ação foi realizada no mesmo espaço (piscina) que a ação I – Foquinhos, pois assim, acreditamos que a inclusão social plena ocorre quando pessoas com e sem deficiência convivem no mesmo espaço. Assim, a instituição consegue atender e acolher de maneira peculiar cada caso, mas com foco na socialização de todos os envolvidos.

Aconteceu semanalmente de 2ª a 5ª-feira, no horário das 9h30 às 10h15 e das 14h15 às 15hs, divididas em 03 coletivos com no máximo 25 usuários, duas vezes por semana.

Esta atividade tem por foco a ênfase na socialização, interação, educação, contribuindo para a integração social, aquisição de valores, e respeito mútuo com o próximo, oportunizando a vivência esportiva educacional, aprimorando o desenvolvimento motor, cognitivo, psicológico, social e nutricional. São ainda desenvolvidas atividades para desenvolvimento de fundamentos técnicos, coordenação motora e resistência física, típicas para a natação.

O acompanhamento dos inseridos são realizados por meio do acompanhamento individual e familiar, controle de frequência nas atividades esportivas e as demandas apresentadas no dia a dia.

#### ATIVIDADES REALIZADAS

FASES	Janeiro a dezembro			
<b>Adaptação ao meio líquido;</b>	Ambientar-se ao novo meio e promover o interesse pelas aulas de natação;  Os principais receios e dificuldades que a criança tem ao iniciar na natação;  Sentados na borda da piscina, realizamos batimentos de perna;	Ambientar-se ao novo meio e promover o interesse pelas aulas de natação;  Os principais receios e dificuldades que a criança tem ao iniciar na natação;  Promovendo o primeiro contato com a água na piscina;	Ambientar-se ao novo meio e promover o interesse pelas aulas de natação;  Os principais receios e dificuldades que a criança tem ao iniciar na natação;  Incentivamos o contato da fase com a água;	Ambientar-se ao novo meio e promover o interesse pelas aulas de natação;  Os principais receios e dificuldades que a criança tem ao iniciar na natação;  Flutuação e batimento da perna;
<b>Respiração</b>	Promover aos usuários a capacidade em atender, entender e de aprender a respiração imerso de maneira segura dentro do ambiente aquático. Imergir a cabeça com e sem o apoio da borda.	Promover aos usuários a capacidade em atender, entender e de aprender a respiração imerso de maneira segura dentro do ambiente aquático. Manter as mãos ocupadas com objeto durante a imersão da	Promover aos usuários a capacidade em atender, entender e de aprender a respiração imerso de maneira segura dentro do ambiente aquático.  Expirar voluntariamente dentro da água:	Promover aos usuários a capacidade em atender, entender e de aprender a respiração imerso de maneira segura dentro do ambiente aquático. Imergir empurrado pelo professor de maneira a

		cabeça para evitar esfregar os olhos continuamente.	ex: Apagar a velinha;	sentir a força da impulsão.
<b>Flutuação</b>	Explorar diferentes formas de deslocamento, desenvolvendo equilíbrio e flutuação no meio líquido para melhor autoconfiança.	Promover a flutuação dorsal e ventral (flutuadores);	Exercícios que visam o deslocamento na piscina para reconhecimento do ambiente trabalhado de maneira lúdica, como: Superman, mulher maravilha, cavalinhos e	Exercícios na borda com batimentos de perna.
<b>Iniciação do nado livre</b>	Iniciar o nado livre de forma lúdica, respeitando individualmente cada criança, e seu desenvolvimento;	Trabalho de batimentos de perna de maneira geral (auxílio do professora, auxílio na borda e flutuadores);	Rotação de braços de maneira geral (auxílio do professora, auxílio na borda e flutuadores);	Coordenação de braço e perna, com respiração frontal.
<b>Iniciação do nado costa</b>	Em costas, trabalhamos o batimentos de pernas em geral	Em costas, trabalhamos a rotação dos braços em geral	Trabalhamos a coordenação de braços e pernas.	Iniciamos o natos completos.
<b>Iniciação do nado borboleta</b>	Trabalhamos batimentos de pernas com flutuadores e auxílio de professores	Trabalhamos batimentos de pernas com ondulações e submersos.	Trabalhamos rotação de braços em geral.	Trabalhamos rotação de braços em geral.
<b>Iniciação do nado peito</b>	Trabalhamos batimentos de pernas com flutuadores e auxílio de professores	Trabalhamos nado de pernas sem auxílio dos flutuadores e professores.	Trabalho de coordenação de braços.	Junção do trabalho de perna e braço.



#### 11.4. DESCRIÇÃO DO PROGRAMA – AÇÃO 4: PROJETO VIVA

Sabendo da escassez de programas esportivos gratuitos voltados para idosos na cidade de Marília e dos inúmeros benefícios que a hidroginástica e as práticas aquáticas trazem para a vida dos praticantes, este programa foi ofertado aos idosos de 2ª a 5ª-feira, no horário das 07h30 às 08h15 com 02 coletivos (2x por semana). Atendemos **150** idosos inseridos neste programa, os exercícios físicos para os idosos visaram retardar os efeitos negativos do processo de envelhecimento, aumentando o bem-estar, combatendo o estresse, ajudando a diminuir o ganho de peso e prevenindo contra doenças, ao mesmo tempo melhorando algumas enfermidades. A hidroginástica e as práticas aquáticas são ótimas opções de esportes para a terceira idade. Como são feitos na água, diminuem os impactos que o corpo pode sofrer e também ajuda a prevenir lesões.

Este programa vai além da pratica de exercícios, garante a interação social, já que é realizada em conjunto; estimula o sistema cardiovascular; melhora a circulação sanguínea; estimula o sistema respiratório; fortalece a musculatura; desenvolve equilíbrio e flexibilidade e previne a perda de densidade óssea.

#### ATIVIDADES REALIZADAS ANUAL

FASES	Janeiro a dezembro			
<b>Adaptação ao meio liquido;</b>	Promover o usuário a ambientação ao meio aquático;  Verificamos os principais receios e dificuldades que os idosos possuem na água;	Promover o usuário a ambientação ao meio aquático;  Verificamos os principais receios e dificuldades que os idosos possuem na água;	Promover o usuário a ambientação ao meio aquático;  Verificamos os principais receios e dificuldades que os idosos possuem na água;	Promover o usuário a ambientação ao meio aquático;  Verificamos os principais receios e dificuldades que os idosos possuem na água;
<b>Coordenação motora</b>	Trabalhamos o desenvolvimento motor com atividades de fácil adaptação tornando exercícios adequados para a faixa etária e o desenvolvimento da aula.	Trabalhamos o desenvolvimento motor com atividades de fácil adaptação tornando exercícios adequados para a faixa etária e o desenvolvimento da aula.	Trabalhamos o desenvolvimento motor com atividades de fácil adaptação tornando exercícios adequados para a faixa etária e o desenvolvimento da aula.	Trabalhamos o desenvolvimento motor com atividades de fácil adaptação tornando exercícios adequados para a faixa etária e o desenvolvimento da aula.
<b>Aquecimento</b>	Atividades corporal com a utilização de espaguetes em rotação.	Atividades corporal com a utilização de pesos em movimentos de rotação e elevação.	Exercícios corporais com a utilização de espaguetes e pesos em rotação.	Exercícios corporais com a utilização de espaguetes, pesos, e cotonetes em rotação.

<b>Fortalecimento muscular</b>	Exercícios de membros superiores (bíceps, tríceps, peito e costas) com ênfase ao desenvolvimento muscular	Exercícios de membros inferiores (quadríceps) com ênfase ao desenvolvimento muscular.	Exercícios de membros inferiores e superiores com ênfase ao desenvolvimento muscular	Exercícios de membros inferiores, superiores e abdômen com ênfase ao desenvolvimento muscular
<b>Alongamento</b>	Alongamos o musculo trabalhado no dia da atividade.	Alongamos o musculo trabalhado no dia da atividade.	Alongamos o musculo trabalhado no dia da atividade.	Alongamos o musculo trabalhado no dia da atividade.



## INTERVENÇÕES SOCIAIS

Nossas intervenções coletivas e individuais ocorreram por meio das redes sociais WhatsApp, páginas do facebook, site, contatos telefônicos, dentre outras ferramentas.

**Do trabalho social essencial: A acolhida:** Ocorreu por meio do primeiro contato com familiares e atendido para preenchimento da ficha de atendimento e entrega dos devidos documentos, no qual colhemos as informações, entendemos a realidade e particularidade de cada um em seu contexto familiar e direcionamos as famílias orientando-as, informando-as e encaminhando quando necessário aos diversos setores públicos existentes em nosso município, objetivando o acesso a benefícios socioassistenciais e programas de transferência de renda e demais direitos sociais.

As fichas individuais de atendimento garantiram a individualidade do inserido e a compreensão do contexto familiar, e ao longo do serviço foram sendo alimentadas pela equipe técnica com anotações e informações pertinentes ao desenvolvimento dos mesmos, intervenções, atendimentos individuais e familiares, relatórios, contatos técnicos com a rede de atendimento do município e visitas domiciliares com informações e intervenções realizadas aos

inseridos e após atendimentos presenciais realizamos contatos telefônicos para preenchimentos de dados e anotações pertinentes.

Quanto ao **fortalecimento de vínculos familiares e comunitário**, mantivemos contatos frequentes com os atendidos e seus familiares por meio de contatos e atendimento individuais a fim de estreitar a relação e realizar o acompanhamento dos usuários mesmo que a distância física;

No **Processo de valorização e escuta**: deixamos a disposição os contatos telefônicos da equipe técnica e da entidade para quaisquer informações, solicitação e auxílio dentro das possibilidades enquanto entidade. Este momento nos possibilitou intervir e realizar diversas orientações a família e aos usuários sobre os benefícios atuais diante da pandemia e intervir junto as demais políticas públicas quanto aos encaminhamentos a rede de saúde e demais políticas. Este contato e momento de escuta permaneceu durante o ano todo e nos possibilitou realizar o acompanhamento contínuo, compreendendo as demandas, vulnerabilidades e as diversas realidades da família em um momento tão delicado para toda a sociedade;

Nas **Ações e atividades com os coletivos por meio das redes sociais**: Através das redes sociais e/ou atendimento emergencial, contribuímos com histórias de vivências, dificuldades de sobrevivência no atual cenário, onde podíamos fomentar a responsabilidade e a reflexão sobre as motivações e interesses a partir do nosso processo de escolha e cuidados. Abordamos a realidade vivida neste cenário de inseguranças, medos, angustias e cuidados, onde um dos principais motivos de abordagem foi refletir, discutir e propor sugestões além de um momento propício para fortalecer os vínculos com coletivo;

Nas **Orientações socioeducacional de forma igualitária**: Promovemos momentos de escuta e de levantamento de demanda dos nossos usuários. A orientação teve por foco reforçar os direitos e deveres enquanto cidadãos de direitos, levantando pontos a serem analisados de forma igualitária, garantindo qualidade e a continuidade ao bom desenvolvimento do usuário e prevenindo situações que não condiziam com seu desenvolvimento pessoal;

Nas **Orientações sociofamiliares**: Abordamos junto com as famílias as intervenções necessárias a partir do compromisso e responsabilidade da mesma no atual cenário. O acompanhamento ocorreu por meio de ligações de forma individualizada, particularizada e as intervenções ocorreram de acordo com as demandas apresentadas e posteriormente foram articuladas com as demais redes de proteção e equipamentos públicos (CRAS, Saúde, Educação, dentre outras);

As **Visitas domiciliares**: As visitas domiciliares ocorreram de forma pontual, e posteriormente mantemos contatos telefônicos frequentes com familiares e as comunicações pelas redes sociais que aconteceram frequentemente.

## 12. INTEGRAÇÃO COM OUTRAS PARCERIAS

A entidade conta com parceiros que de forma voluntária e com excelência em seus trabalhos integram e apoiam a instituição.

De forma indireta com o projeto são parceiros: Centro de Reabilitação “Lucy Montoro”, CAPS Infantil, APAE, UNESP, CRAS, CREAS, CAOIM, entre outras, que indicam seus alunos, usuários e pacientes para serem inseridos nos projetos da AMEI.

### 13. MONITORAMENTO

Por meio do acompanhamento diário e diálogo com os pais e responsáveis a OSC vai direcionando as atividades de maneira coletiva e particular, atendendo a necessidade de cada inserido no projeto.

Os fatores positivos também foram levantados para que fosse possível avaliar a eficácia em relação aos objetivos desejados.

Os meios para verificação e monitoramento foram por observação direta e reuniões de equipe. O monitoramento deste “período” foi feito através de conversas com os responsáveis e com os alunos, buscando entender se as expectativas criadas foram atendidas. Todos foram unânimes ao dizerem que os filhos apresentaram melhoras significativas e que tiveram evolução no convívio social, principalmente no quesito de respeito às regras.

### 14. INICIATIVAS PARA AUTO-SUSTENTAÇÃO DO PROJETO

A Associação Mariliense de Esportes Inclusivos – AMEI, em consonância com o Estatuto Social, com sua experiência e bons resultados dos trabalhos já desenvolvidos se posicionando frente a uma demanda crescente no atendimento de crianças, adolescentes e adultos com ou sem deficiência no desenvolvimento de sociabilidades e atuando no sentido preventivo de situações de risco social.

A proposta visa o envolvimento das crianças, adolescentes, adultos, familiares e comunidade no desenvolvimento das práticas de vivência e no fortalecimento das relações sabendo que a articulação das políticas públicas tem interferência direta no êxito dos serviços. Desde a implantação a entidade vem desenvolvendo os objetivos propostos, ampliando a visão totalitária sobre os direitos dos cidadãos e propostas efetivas de promoção da cidadania, por meio de ações e serviços que trabalham o enfrentamento e a prevenção das situações de risco, violências e violações de direitos que limitam ou impedem as pessoas a terem um desenvolvimento saudável e ao acesso à escola. O artigo 217 da Constituição Federal estabelece que “é dever do Estado fomentar práticas desportivas formais e não-formais, como direito de cada um [...]”; e em seu § 3º afirma que “o Poder Público incentivará o lazer, como forma de promoção social”.

### 15. AVALIAÇÃO DE RESULTADOS

O Projeto contribuiu para o fortalecimento das estruturas emocionais e cognitivas das crianças e adolescentes diante das situações que envolveram as relações sociais, a educação e o esporte. Possibilitou a aquisição de novos conhecimentos e saberes, além das questões afetivas, comportamentais e familiares, na inserção social e no resgate da autoestima e autoconfiança, gerando nesses indivíduos uma postura democrática, cooperativa, empreendedora, proativa e autônoma, contribuindo desta forma para a formação de um adulto responsável com valores morais e éticos, para o desenvolvimento de uma cultura de paz.

Sendo assim, sua inserção na instituição contribuiu para o enfrentamento das desigualdades sociais em sua complexidade.

Diante do atual contexto, os resultados e avaliações ocorreram por meio da participação dos indivíduos nas redes sociais, feed back, ressaltando sempre a busca pela melhoria da qualidade de vida dos usuários; reduzindo e prevenindo situações de isolamento social e promovendo a participação ativa dos atendidos.

### 16. AVALIAÇÃO DE IMPACTOS

O projeto complementou as ações da família na proteção e no desenvolvimento dos mesmos, contribuiu para o fortalecimento das estruturas emocionais e cognitivas das crianças e adolescentes 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 e comunidade local e entre 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 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 se sente mais preparado para os deveres diários.

## **17.COMUNICAÇÃO/ DIVULGAÇÃO DO PROJETO**

O trabalho realizado pela entidade é divulgado regularmente nas redes sociais da AMEI (Facebook, Site, Twitter e Instagram), bem como em Jornais Impressos de circulação local, programas de rádio e até mesmo programas de TV divulgam os feitos alcançados pelos nossos atletas.

## **18.ORÇAMENTO DO PROJETO**

Os recursos de manutenção e de receitas da instituição foram constituídos por:

1. Doações espontâneas de pessoas físicas e jurídicas;
2. Chamamento Público Municipal;
3. Recursos Próprios, tais como rendas provenientes de eventos;

Referente a recursos humanos contamos com a participação de profissionais contratados e estagiários.

A entidade vive de doações e promoções que não são suficientes para prover integralmente seus gastos mensais para dar sustentabilidade ao projeto, por isso contamos com o apoio de parceiros.

## **19.CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Conforme apresentado pelo relatório, a AMEI cumpriu com todas as suas obrigações perante ao Termo de Colaboração vigente, ficando explícita a importância da prática esportiva para os usuários, tanto para o desenvolvimento físico, quanto pessoal, a instituição não hesitou em buscar novas formas de adaptação, mantendo os serviços ofertados e o acompanhamento contínuo aos atendidos e seus respectivos familiares.

Marília/SP, 31 de dezembro de 2023.

João Ailton Marcato  
Presidente