



Ministério da Educação
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica
Instituto Federal do Norte de Minas Gerais
Campus Diamantina

PLANO DE TRABALHO/CADASTRO – PROJETO DE ENSINO

1. TÍTULO: TREINAMENTO ESPORTIVO			
<input checked="" type="checkbox"/> Projeto de Ensino		<input type="checkbox"/> Projeto Integrador/Interdisciplinar	
Área(s) de conhecimento(s) contemplada: Educação Física, Física e Matemática.			
2. EQUIPE EXECUTORA			
Coordenador (a): Paulo Giovane Aparecido Lemos			
Área de conhecimento: Educação Física			
Formação acadêmica: Mestrado em Matemática			
Endereço eletrônico: paulo.lemos@ifnmg.edu.br			
Campus/Setor: Diamantina			
<input checked="" type="checkbox"/> Docente		<input type="checkbox"/> Técnico administrativo	
Participantes colaboradores:			
Nome	Formação acadêmica	Área do Conhecimento	Campus/outra instituição
Daniela Iara Silva Rosa	Ensino médio incompleto		Diamantina
Kamily Vitória Araujo	Ensino médio incompleto		Diamantina
Emerson Delano Lopes	Doutorado em Biocombustíveis	Engenharia Florestal	Diamantina
Alyson Trindade Fernandes	Mestre em Informática	Informática	Diamantina
3. RESUMO			
<p>Atualmente encontramos o esporte em grande evidência em nossa sociedade, seja através da televisão, rádio, praças, academias, entre outros, podendo ser considerado como um fenômeno sociocultural. Conhecer e praticar esportes possibilita reconhecer princípios éticos, valores educacionais, regras de convivência, aquisição e manutenção da saúde e da qualidade de vida, enfim, viver humanamente mais e melhor.</p> <p>Desde o surgimento até os dias atuais, o esporte sofreu relevantes transformações apresentando atualmente várias possibilidades de manifestação, dentre elas o esporte de rendimento, de participação e o educacional.</p> <p>O esporte de rendimento tem como objetivo a performance dentro de uma obediência rígida às regras e aos códigos existentes para cada modalidade esportiva. Já para o esporte de participação, a finalidade é o bem-estar e participação do praticante. E, no que diz respeito ao esporte educacional, este tem como meta principal o caráter formativo.</p> <p>Neste projeto intitulado Treinamento Esportivo: Técnica e Tática, o que se propõe é trabalhar o esporte de rendimento através da oferta de sessões de treinamento esportivo a serem desenvolvidas no Campus 1 e ou Ginásio Poliesportivo da E. M. Belita Tameirão do IFNMG - Campus Diamantina horários semanais predeterminados, objetivando promover o intercâmbio sociocultural entre os participantes, bem como o desenvolvimento técnico-tático dos atletas envolvidos.</p> <p>Trata-se de uma proposta que surge em resposta à demanda apresentada pelos alunos do Campus Diamantina acerca da necessidade de ampliação da oferta de atividades esportivas para a juventude diamantinense. Para tanto, a intenção deste trabalho é justamente compatibilizar a demanda discente interna desta instituição e do nosso parceiro externo por atividades esportivas. Assim, será possível fomentar o intercâmbio esportivo entre alunos/atletas do IFNMG - Campus Diamantina e alunos/atletas oriundos das escolinhas esportivas da nossa cidade com idades entre 14 e 18 anos, proporcionando a integração e a aproximação desta instituição federal com a juventude esportiva local.</p>			
4. JUSTIFICATIVA			
<p>Atualmente, é possível perceber uma dissociação entre os alunos/atletas do Campus Diamantina e demais jovens atletas da comunidade diamantinense, vinculados às escolinhas esportivas municipais.</p> <p>O que se tem verificado, em decorrência desta dissociação, são espaços distintos de práticas e preparação esportivas, com filosofias de trabalho diversas que, notoriamente, não correspondem a resultados satisfatórios em escala institucional e municipal quanto ao desempenho técnico-tático dos atletas em níveis desejáveis.</p> <p>Além disso, há alguns anos o Campus Diamantina vem participando de competições esportivas sem se preocupar com uma preparação física, técnica e tática a longo prazo. Apenas reúnem-se os melhores atletas nas diversas modalidades e realizam-se treinamentos pontuais para aquele momento da competição.</p> <p>Nesse sentido, o projeto Treinamento Esportivo: Técnica e Tática se justifica pela oferta de horários específicos de treinamento, a fim de preparar os participantes por meio de um trabalho de base, contínuo, respeitando os princípios da sobrecarga, individualidade, especificidade e progressão, nas dimensões técnicas, táticas, físicas, sociais e emocionais. Ao associar tais princípios com a sistematização e periodização das atividades de treino previstas no projeto, incrementa-se o potencial sócio-esportivo dos atletas envolvidos, otimizando o desempenho durante as participações iminentes em vários amistosos e competições em nível municipal, estadual e nacional.</p> <p>A possibilidade de efetivação do direito ao acesso à cultura esportiva, aspecto demandado cotidianamente pelos nossos alunos, é outro argumento consistente que justifica a implementação do projeto em evidência.</p> <p>Ainda, este projeto atenderá à área temática da Saúde e ao tema Esporte, Lazer e Saúde, pois buscará incentivar a prática esportiva com</p>			

foco na integração social e com viés intrínseco para a qualidade de vida de seus participantes.

5. OBJETIVO GERAL

Promover a convivência entre os participantes envolvidos no projeto, bem como, proporcionar o aprimoramento físico, tático, técnico, social e emocional dos atletas visando melhoria no rendimento e na performance esportiva mediante oferta de sessões de treinamento esportivo.

6. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Contribuir para o desenvolvimento integral dos alunos/atletas como ser social, autônomo e democrático, estimulando o pleno exercício da cidadania e a busca pessoal pela saúde e qualidade de vida;
Garantir o direito ao acesso à vivência esportiva, oportunizando assim a inclusão e a integração social do público-alvo participante;
Estimular, através do esporte, o senso de disciplina visando o respeito às normas sociais, o regulamento das competições e as características do adversário;
Oportunizar momentos de integração com outras equipes participantes em competições e jogos amistosos.

7. METODOLOGIA

Primeiramente será feita a divulgação das inscrições para os interessados em participar do projeto Treinamento Esportivo: Técnica e Tática, tendo como público-alvo: alunos do Campus Diamantina com idade compreendida entre 14 e 18 anos. Serão ofertados nesse projeto treinamentos de handebol e voleibol, masculino e feminino.

Em seguida, serão realizadas as inscrições e seleção dos participantes. Cada equipe contará com 15 integrantes, sendo as atividades realizadas no Ginásio Poliesportivo da E. M. Belita Tameirão ou quadra do Campus 1 nos horários extra turno.

Depois de selecionados, os participantes receberão um termo de autorização onde os pais ou responsáveis deverão assinar permitindo a participação do filho(a). Estes documentos ficarão arquivados pela coordenação do projeto.

Feito isso, dar-se-ão início aos treinamentos planejados e acompanhados pela equipe de trabalho ao longo do período de maio a dezembro de 2018.

Ao longo da execução do projeto propõe-se aos bolsistas um estudo preparatório, planejamento e execução das sessões de treino semanais juntamente com os demais membros da equipe. Para os atletas, além dos treinamentos, viagens técnicas, intercâmbios e participação em eventos esportivos na cidade de Diamantina e demais localidades.

A carga horária dos treinamentos para os atletas será de 1 hora e 30 minutos semanalmente para cada modalidade e naipes. Já para os bolsistas, a carga horária de atividades será de 8h semanais.

Haverá lista de frequência em todos os treinos para controle de presença e possível averiguação no desempenho dos atletas.

8. RESULTADOS ESPERADOS

Espera-se que o desenvolvimento do projeto Treinamento Esportivo: Técnica e Tática oportunize uma maior integração entre alunos/atletas do IFNMG - Campus Diamantina com idades entre 14 e 18 anos, afetados sob o propósito de participação em atividades sistematizadas de treinamento em consonância com princípios inclusivos e participativos para o esporte e para vida social.

A evolução qualitativa das performances pessoais e coletivas, decorrentes da formação esportiva de base ofertada, constitui-se noutro resultado almejado, impactando positivamente na elevação dos níveis técnico-táticos dos alunos/atletas inseridos nas atividades do projeto, qualificando cada vez mais a composição de equipes esportivas para participarem de competições municipais, estaduais e nacionais.

Em favor da comunidade envolvida, vislumbra-se garantir o direito ao acesso à vivência esportiva no período de vigência do projeto, legando aos participantes a autonomia necessária para que, após a conclusão das ações, os mesmos possam se organizar coletivamente para a fruição de práticas esportivas em espaços públicos de lazer. Neste sentido, pode-se perspectivar como horizonte a disseminação da prática esportiva entre alunos e atletas beneficiários da proposta, oportunizando assim a inclusão e integração social.

Destaca-se ainda na proposta o tarefa de ocupar o tempo ocioso dos jovens participantes, bem com reforçar características pessoais de disciplina, perseverança e responsabilidade para enfrentar adversidades e vencer obstáculos. Dentre os obstáculos, encontra-se os desafios das competições esportivas que, do ponto de vista da proposta de treinamento, serão consideradas como referência na busca por resultados esportivos exitosos em 2018 e 2019

Por fim, como forma de disseminação dos resultados pensa-se na organização de fotos e relatos dos participantes para publicações de artigos em periódicos institucionais e jornal local, bem como apresentação de trabalhos em seminários, congressos e outros.

9. AVALIAÇÃO

Nesse projeto, a avaliação será contínua e processual com a prevalência dos aspectos qualitativos sobre os quantitativos, buscando avaliar o grau de envolvimento e aderência dos participantes ao projeto, bem como acompanhar a evolução dos aspectos técnico-táticos desenvolvidos nos treinamentos.

Como instrumentos avaliativos, utilizaremos: a lista de presença para acompanhamento da frequência dos atletas às sessões de treinamento; a observação e análise do domínio dos fundamentos técnico-táticos demonstrados durante a prática esportiva em situações de jogo; e ainda, a observação da dimensão atitudinal avaliando o comportamento e a vivência de valores afeitos à boa convivência, ao respeito mútuo, ao senso de coletividade, à cooperação, à disciplina e socialização.

Essa avaliação se manifestará como um movimento dinâmico, através de um acompanhamento diário, permanente e transparente permitindo à equipe de trabalho diagnosticar resultados e aperfeiçoar o processo.

10. PARTICIPAÇÃO DE DISCENTE(S) COMO ORIENTANDO(S)

Está prevista a participação de discente bolsista: (X) Sim () Não
Está prevista a participação de discente voluntário: () Sim () Não
Número de bolsistas (s): 2
Nomes: Daniela Iara Silva Rosa e Kamily Vitória Araujo
Número de voluntário (s):
Nomes:

11. BENEFICIADOS

Curso(s) atendido(s): Técnico em Informática, Meio Ambiente, Teatro e Biotecnologia.

Número de discentes atendidos: 45 a 60

Local de execução: Diamantina

12. PERÍODO DE DESENVOLVIMENTO

Data de início: 20/05/2018

Carga horária semanal: 8 horas

Data de término:
20/12/2018

Carga horária total: 256 horas

13. PARCEIROS SIM NÃO

Citar: UFVJM e E. M. Belita Tameirão

14. VÍNCULO

Tem vínculo com algum programa/evento/curso?

 Sim Não

Citar:

15. CONVÊNIOS SIM NÃO

Citar: UFVJM

16. CRONOGRAMA DE EXECUÇÃO

Discriminação das atividades	Tempo (Meses)												
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
Pesquisa e seleção de conteúdos para estudo	X												
Recrutamento dos participantes	X	X											
Planejamento das sessões e treino	x	x	x	x	x	x	x	x	x				
Treinamentos esportivos	x	x	x	x	x	x	x	x	x				
Participação em competições		x	x	x	x	x							
Avaliação e elaboração de relatório final									x				

17. PLANEJAMENTO FINANCEIRO

Haverá necessidade de financiamento

 Sim Não Financiamento interno (IFNMG)

Valor (R\$): R\$ 2560,00

 Financiamento externo

Citar a fonte:

Valor (R\$):

18. ESTRUTURA FÍSICA NECESSÁRIA

Haverá necessidade de salas?

 Sim Não

Quantas salas?

Haverá necessidade de ônibus para transportar participantes?

 Sim Não

Quantidade total de passageiros:

Horário previsto de saída e chegada:

Distância a ser percorrida: _____ km.

Haverá utilização de laboratórios?

 Sim Não

Quais laboratórios?

Outras informações necessárias:

19. REFERÊNCIAS

BARBANTI, V.J. Teoria e prática do treinamento esportivo. 2.ed., São Paulo: Edgard Blücher, 1997.

BRACHT, V. A constituição das teorias pedagógicas da Educação Física. Caderno Cedes, ano XIX, nº 48, p.69-89, agosto 1999.

Esporte na escola e esporte de rendimento. Revista Movimento, nº 12, v. IV, p. XIVXXIV, 2000/2001.

COLETIVO DE AUTORES. Metodologia do ensino de Educação Física. São Paulo: Cortez, 1992.

20. Este documento deve ser assinado pelo Coordenador do Projeto e pelo representante da Comissão de Avaliação de Projetos de Ensino.

Documento assinado eletronicamente por **Paulo Giovane Aparecido Lemos**,
Coordenador(a) da Coordenadoria de Extensão, em 09/05/2018, às
 17:29, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º,
 do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site
http://sei.ifnmg.edu.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o
 código verificador **0116675** e o código CRC **6618AEB0**.