

**Ministério do Esporte**  
**Secretaria Nacional de Desenvolvimento do Esporte e do Lazer**  
**Programa Esporte e Lazer da Cidade - PELC**  
**UNIRG**

**Formação local: UNIRG**  
**Formadora: Khellen Cristina Pires Correia Soares**  
**Módulo Introdutório de Capacitação dos Agentes Sociais do Programa**  
**VIDA SAUDÁVEL**  
**Gurupi/TO – 18, 19 e 20 de Outubro de 2010 – carga horária – 32 horas.**  
**Local:**  
**Número de participantes: 20**

**OBJETIVOS:**

- Discutir o Programa VIDA SAUDÁVEL no Município de Gurupi.
- Conhecer a realidade local.
- Socializar o projeto básico aprovado pelo ministério.
- Refletir sobre o Papel do Agente Social de Esporte e Lazer no VIDA SAUDÁVEL.
- Identificar e combater as formas de exclusão e discriminação no esporte, no lazer e na sociedade.
- Discutir as dimensões conceituais do esporte, lazer e suas relações com a cultura.
- Construir coletivamente princípios e diretrizes para um planejamento participativo nas ações educativas de lazer, e co-gestão.
- Planejar as ações sistemáticas e assistemáticas do convênio.

**METODOLOGIA:**

- **Visita aos núcleos**
- Construção de oficinas
- Exposição dialogada
- Leitura de textos e debates
- Filmes e documentários
- Furdunço cultural
- Manhã de lazer

**PROGRAMAÇÃO**

**Segunda-feira 18 de outubro 2010 - VESPERTINO (total – 5 horas)**

**Momento 1 – 13 às 14h –**

- Abertura Oficial da Formação de Agentes Sociais do VIDA SAUDÁVEL/UNIRG, com as presenças da Coordenação Geral do Programa, Representante do Ministério do Esporte e Formadora do P.E.L.C.- VIDA SAUDÁVEL

**Tema:** As dimensões culturais, sociais e políticas do envelhecimento – power point

## **Momento 2 -14 às15h**

1. Dinâmica de acolhimento e apresentações

-Dança Circular

2. Conhecendo os participantes – identificação coletiva dos agentes sociais do VIDA SAUDÁVEL GURUPI - UNIRG

-Cuidar e ser cuidado

-Momento de reflexão: Sapato Velho

## **Momento 3 – 16 às 18h**

1. Conhecendo o programa VIDA SAUDÁVEL; (Estrutura, Diretrizes, Princípios, objetivo geral, objetivos específicos e ações)

- Quem somos e para que viemos?
- O que queremos fazer?
- Onde vamos desenvolver o VIDA SAUDÁVEL?
- Qual problema queremos superar ou qual demanda queremos atender?
- Quais os atores sociais envolvidos no Vida Saudável?

## **Segunda-feira 18 de outubro de 2010 - NOTURNO (3 horas)**

### **Momento 4 – 19 às 20h30**

1. Indicadores Demográficos e Envelhecimento – power point

### **Momento 5 – 20h30 às 22h**

1. Conhecendo e refletindo sobre a realidade local a partir de questões geradoras.

- O que significa lazer para você?
- Quais as opções de lazer na sua cidade (para crianças, jovens, adultos e idosos).
- O que você faria para melhorar o lazer na sua cidade?

2. O papel dos agentes sociais (Power point)

- **Avaliação do dia**

## **Terça-feira 19 de outubro de 2010 – MATUTINO ( 4 horas)**

### **-Dinâmica das músicas:**

- **É preciso saber viver**
- **Caminhando e cantando**
- **Como é grande o meu amor por você**

### **Momento 6 – ORGANIZAÇÃO DO CONHECIMENTO:**

CULTURA, LAZER E ESPORTE: CONCEITOS E RELAÇÕES (Power point)

1 - As relações entre cultura, esporte e lazer; Educação para e pelo lazer; Interesses culturais do lazer. (power point)

2- Leitura de textos:

-Exercitando o corpo para a saúde e o bom envelhecimento.

-O alcance da arteterapia aplicado em projetos sociais

-A representação social da atividade física para idosas.

3 – Análise e socialização das idéias.

### **Momento 7 - ORGANIZAÇÃO DO CONHECIMENTO; APLICAÇÃO DO CONHECIMENTO**

- Dimensão interdisciplinar do lazer: os interesses culturais e as possibilidades de intervenção.

- Lazer: interesses artísticos; intelectuais; manuais; sociais; turísticos; físico-esportivos.

## **Terça-feira 19 de outubro de 2010 – VESPERTINO (5 horas – 13h às 18h)**

### **Momento 8 - ORGANIZAÇÃO DO CONHECIMENTO; APLICAÇÃO DO CONHECIMENTO**

- Atividade de Problematização com os seguintes temas:

- A importância do lazer e esporte para as cidades e para os cidadãos.

-Envelhecer com esporte e lazer: direitos de uma sociedade para todas as idades.

-Concebendo a vida saudável desde o esporte e o lazer

### **Momento 9 – AS DIFERENTES POSSIBILIDADES DE TRABALHO COM LINGUAGENS CULTURAIS, ESPORTIVAS E DE LAZER.**

1- A prevenção de quedas sob o aspecto da promoção da saúde. (power point)

2 - Os agentes se dividirão em 4 grupos sendo que cada um receberá um texto base para as atividades a serem desenvolvidas:

- GRUPO 1 – Alongamento, Flexibilidade e Qualidade do Envelhecer.
- GRUPO 2 – Ginástica Coreografada
- GRUPO 3 – Caminhada orientada – passos firmes e olhar para frente.
- GRUPO 4 – Capoeira como instrumento de educação popular por toda a vida

3- Cada grupo irá se aprofundar em destes textos, lendo e verificando a possibilidade de adequação a realidade local.

4 - Cada grupo irá construir uma proposta de oficina com base no texto analisado.

5 - Os agentes organizarão a realização das oficinas, para a manhã seguinte.

**Momento 10-** Construção do furdunço . **17h30 – 18h**

**Terça -feira 19 de outubro 2010 – NOTURNO (3 horas)**

**Momento 11** - Cinema com Pipoca

**Momento 12** - Debate do Filme:

**Momento 13** - Furdunço

- **Avaliação do dia**

**Quarta - feira 20 de outubro de 2010 – MATUTINO (4 horas):**

**MOMENTO 14** – Vivência das oficinas:

- GRUPO 1 – Alongamento, Flexibilidade e Qualidade do Envelhecer.
- GRUPO 2 – Ginástica Coreografada
- GRUPO 3 – Caminhada orientada – passos firmes e olhar para frente.
- GRUPO 4 – Capoeira como instrumento de educação popular por toda a vida

**Momento 15-** Socialização e Avaliação das oficinas vivenciadas.

**Momento 16** – Envelhecimento: protagonismo e intergeracionalidade  
-Estatuto do Idoso

**Quarta – feira 20 de outubro de 2010 – VESPERTINO (5 horas)**

**Momento 17** – Aplicação dos conhecimentos: Grupos de trabalho

Planejamento participativo  
Exposição dialogada;

- Construção de diretrizes para o planejamento
  - Ação docente
  - Ação e mobilização política
  - Assessoramento, monitoramento e avaliação
  - Continuidade do planejamento (ação-reflexão- ação)
  - Instância de Controle Social
  - Composição do Grupo Gestor
- Orientações de projetos e relatórios
- Noções de construções de atividades sistemáticas e assistemáticas dos núcleos pelos agentes.
- Socialização

**Quarta - feira 20 de outubro de 2010 – NOTURNO (3 horas):**

### **Momento 18 – A despedida**

1. Avaliação
2. Entrega de certificados
3. Encerramento
4. Reunião com Grupo Gestor

### **RECURSOS MATERIAIS**

- 01 – Caixa de Som amplificada
- 02 – Microfone
- 03 – Microsistem
- 04 – CPU
- 05 – Data show
- 06 – DVD/TV
- 07 – Papel 40 kg ou cartolinas
- 08 – Papel A4
- 09 – Pincel atômico (várias cores)
- 10 – Papel Crepom (várias cores)
- 11 – Fita Gomada
- 12 – Cola
- 13 – Tesoura (varias)
- 14 – Caneta Hidrocor
- 15 – Barbante – 1 rolo
- 16 – Balão
- 18 – Material esportivo – bolas (vários tamanhos)
- 19 - Peças de elástico ou corda elástica
- 20 – Reprodução de textos
- 21-Jornais e revistas velhas

### **Referências Bibliográficas**

BRASIL. Lei 8 842, de 04 de janeiro de 1994. Direitos da Terceira Idade, Rio de janeiro: Auriverde, 1996.

\_\_\_\_\_. **Estatuto do Idoso**, Lei 10741, Brasília: DF, 2003.

- BRINCAR, JOGAR, VIVER. Programa Esporte e Lazer da Cidade – Volumes I e II – nº1 (janeiro/2007). Governo Federal – Ministério do Esporte [www.esporte.gov.br](http://www.esporte.gov.br)
- CASTELLANI, Lino Filho (org.). **Gestão Pública e política de lazer: a formação dos agentes sociais**. Campinas, SP: Autores Associados, 2007.
- CHAUÍ, Marilena. **Convite à Filosofia**. São Paulo: Ática, 1997.
- DUMAZEDIDER, J. **Questionamento teórico do Lazer**. Porto Alegre, CELAR, s.d.
- DRUMMOND, Edmundo de Alver Junior. **Envelhecimento e vida saudável**. Rio de Janeiro, Apicuri, 2009.
- HUIZINGA, Johan. **Homo Ludens**. O jogo como elemento da cultura. São Paulo: Perspectiva, 1990.
- IDÁNEZ, Maria José Aguiar. **Como animar um grupo**: princípios básicos e técnicos. Petrópolis, RJ: Vozes. 2004.
- ISAYAMA, Hélder Ferreira; LINHALES, Meily Assbú (Org). **Sobre lazer e política**: maneiras de ver, maneiras de fazer. Belo Horizonte, MG. Editora UFMG, 2006.
- LAFAGUE, Paul. **O Direito à Preguiça**. São Paulo, Editora UCITEC e UNESP, 1999.
- MARCELLINO, Nelson Carvalho. **Pedagogia da animação**. Campinas : Papyrus, 1990.
- \_\_\_\_\_ (org.). **Lúdico, educação e educação física**. Rio Grande do Sul: UNIUI, 1999.
- \_\_\_\_\_ (org.). **Lazer e Educação**. Campinas, SP: Papyrus, 1987.
- \_\_\_\_\_ (org.). **Políticas públicas de lazer**: o papel das prefeituras. Campinas. SP: Autores Associados, 1996.
- \_\_\_\_\_ (org.). **Lazer: formação e atuação profissional**. Campinas. SP: Papyrus. 1995.
- \_\_\_\_\_ (org.). **Estudos do Lazer**: uma introdução. Campinas, SP: Autores associados, 1996.
- MASCARENHA, Fernando. **Lazer como prática da liberdade**. Uma proposta Educativa para a juventude Goiânia: Editoria UFG, 2003.
- MATOS, Lucilia da Silva. **Belém**: do direito ao lazer ao direito a cidade. In MARCELLINO, Carvalho (org.). Lazer e esporte. Campinas, SP: Autores Associados, 2001.
- \_\_\_\_\_ **Dimensão educativa do lazer como direito à cidade**. In RODRIGUES. Edmilson Brito (org.). Educação: nave do futuro. Belém: Labor editorial, 2000.

MELO, Victor Andrade de. **A Cidade, O Cidadão, O Lazer e a Animação Cultural.** [www.lazer.eefd.ufrj.br](http://www.lazer.eefd.ufrj.br)

\_\_\_\_\_ **Animação cultural.** Conceitos e propostas. Campinas. SP: Papyrus. 2006.

MELO, Victor Andrade de, ALVES JR. Edmundo de Drummond. **Introdução ao Lazer**, SP: Manole, 2003, cap.2, cap.2, p.23-37.

MELO, Victor Andrade de. **Lazer e Minorias Sociais.** São Paulo: Ibrasa, 2003

NERI, A L.(Org.) **Qualidade de vida e idade madura.** Campinas, Papyrus, 1993.

OKUMA, S.S. **O idoso e a atividade física. Fundamentos e pesquisa.** Campinas, Papyrus, 1998.

ROSA, Maria Cristina. **Festa. Lazer e Cultura.** Campinas, SP - Papyrus, 2002.

SILVA, Tomaz Tadeu da. **Documento de Identidade.** Uma introdução as teorias do Currículo. Belo Horizonte: Autêntica, 2002.

VARELLA, Ana Maria Ramos Sanches. **Envelhecer com desenvolvimento pessoal.** São Paulo: Escuta, 2003.

WERNECK, Chistianne. **Lazer, trabalho e educação:** relações históricas, questões contemporâneas. Belo Horizonte: Ed. UFMG; CELAR-DEF/UFMG, 2000.

WOLF, Suzana Hubner. **Vivendo e envelhecendo: recorte de práticas sociais nos núcleos de vida saudável.** São Leopoldo: ed. UNISINOS, 2009.

**OBS: A programação está sujeita a modificações.**