

**Ministério do Esporte**  
**Secretaria Nacional de Esporte, Educação, Lazer e Inclusão Social**  
**Departamento de Formulação de Política e Estratégias**  
**Coordenação-Geral de Esporte e Lazer**



**Esporte e Lazer**  
da Cidade - PELC

**ROTEIRO DE ELABORAÇÃO**  
**DO DOCUMENTO TÉCNICO DO PROJETO**  
**PLANEJAMENTO PEDAGÓGICO DO CONVÊNIO**

**EDITAL 2012**

## EDITAL 2012

### ROTEIRO DE ELABORAÇÃO DO DOCUMENTO TÉCNICO DO PROJETO - PLANEJAMENTO PEDAGÓGICO DO CONVÊNIO

Este roteiro de elaboração do Documento Técnico do Projeto - Planejamento Pedagógico do Convênio, tem por objetivo subsidiar a apresentação das Propostas na Chamada Pública do Projeto Esporte e Lazer da Cidade – 2012 que deve ser elaborado conforme as Diretrizes do PELC, disponíveis no sítio eletrônico do Ministério do Esporte: [www.esporte.gov.br](http://www.esporte.gov.br)

#### ORIENTAÇÕES PARA O PREENCHIMENTO

Os textos indicados no presente roteiro, quando aparentes, são instruções/orientações para a elaboração do Documento Técnico do Projeto/Planejamento Pedagógico do Convênio. São comentários no intuito de subsidiar a elaboração. Após o preenchimento adequado, excluir as instruções/orientações.

Cabe ressaltar, que a proposta a ser apresentada, deve considerar as características e as necessidades locais, além dos interesses da comunidade (ex: onde os núcleos serão implantados, quais atividades serão oferecidas, etc.). Dessa forma, antes do preenchimento do Documento Técnico do Projeto/Planejamento Pedagógico do Convênio, sugerimos a realização de um diagnóstico detalhado a cerca da realidade e das possibilidades de intervenção na área do esporte e do lazer de caráter comunitário.

## Documento Técnico do Projeto/Planejamento Pedagógico do Convênio

### 1 - Informação do Tipo de Núcleo

- Núcleos Todas as Idades
- Núcleos para os Povos e Comunidade Tradicionais – Povos Indígenas, Quilombolas, Populações Ribeirinhas, Populações Rurais, dentre outras – Todas as faixas etárias.
- Núcleos Vida Saudável – 45 anos em diante

### 2 - Informe a cidade onde o programa será implementado

UF:	RS	Município:	Rio Grande	Habitantes:	198.048
-----	----	------------	------------	-------------	---------

### 3 - Identificação da Entidade Proponente

Dirigente:	Fábio de Oliveira Branco				
E-mail do dirigente: (Informe apenas um)	<a href="mailto:fabiobranco@riogrande.rs.gov.br">fabiobranco@riogrande.rs.gov.br</a>				
CPF Dirigente:	49844210020				
RG Dirigente:	1035883097	Órgão Expedidor:	SJS/RS		

### 4 - Responsável Técnico pelo Projeto

Responsável:	Claudinei de Oliveira Costa				
UF:	RS				
Município:	Rio Grande				
Endereço:	Rua Coronel Sampaio, nº 382				
Complemento:		CEP:	96200180		
DDD (Telefone):	53	Telefone:	32016955		
DDD (Fax):		Fax:			
DDD (Cel):	53	Celular:	9622301		
E-mail: (Informe apenas um)	<a href="mailto:Claudinei.smtel@riogrande.rs.gov.br">Claudinei.smtel@riogrande.rs.gov.br</a>				

### 5 - Entidade de Controle Social

(Definir uma entidade, que será a responsável pelo acompanhamento das atividades do Projeto. A indicação da Entidade de Controle Social deve obedecer a vários critérios. Dessa forma é indispensável seguir as orientações que estão presentes nas Diretrizes do PELC, sítio do ME)

Entidade:	Liga Riograndina de Futsal				
UF:	RS				
Município:	Rio Grande				
Endereço:	Buarque de Macedo, s/n				
Complemento:		CEP:	96211-110		

DDD(Telefone):	53	Telefone:	84040474
DDD(Fax):		Fax:	
DDD(Cel):	53	Celular:	91350474
E-mail: (Informe apenas um)	<a href="mailto:cbarretao@ibest.com.br">cbarretao@ibest.com.br</a>		
Dirigente/Representante:	Jurandi Martins Luceiro		

## 6 - Histórico da Entidade Proponente

A Prefeitura Municipal do Rio Grande tem buscado desenvolver de uma maneira sistemática o esporte, cultura e lazer. Para tanto o município já implementou no ano de 2003 o Projeto Bairros em Movimento que atendeu crianças a partir dos sete anos, jovens, adultos e terceira idade em diversas modalidades esportivas e de lazer, com propostas de integração social, envolvendo as famílias dos participantes, proporcionando e estendendo a união e a melhoria da saúde nas comunidades envolvidas.

Entre outras propostas, também ocorreu a parceria com o Governo Federal no ano de 2007 em que Rio Grande foi contemplado com 10 núcleos do Programa Segundo Tempo totalizando 2000 crianças participantes.

Dentro dessa perspectiva o município com o intuito de dar continuidade a programas que viabilizem democraticamente a prática esportiva na cidade conta, atualmente, com o Projeto Movimentação que atende inicialmente 6 zonas censitárias. Esse projeto procura abranger todas as faixas etárias de uma maneira a promover a auto-estima dos participantes, melhor convívio e integração social, melhoria da saúde através das atividades propostas. Todos esses núcleos foram escolhidos de forma a privilegiar zonas censitárias mais populosas e com índices de vulnerabilidade social.

A partir da experiência do município com os projetos citados constata-se a necessidade de maior estruturação para qualificar e potencializar o atendimento na totalidade do município.

## 7 - Características da Localidade

Cidade mais antiga do Estado do Rio Grande do Sul, está localizada na margem sul do estuário que conduz ao Oceano Atlântico as águas da imensa laguna, conhecida como Lagoa dos Patos.

Os primeiros navegadores que no século XVI singraram o Atlântico Sul, imaginaram que o canal lagunar que interrompia as extensas áreas arenosas fosse um grande rio, o que deu origem ao nome da cidade e do próprio Estado do Rio Grande do Sul.

A cidade foi fundada em 19 de fevereiro de 1737, pelo Brigadeiro José da Silva Paes, comandante de uma expedição militar portuguesa cujo objetivo era assegurar aos lusitanos as posses das terras do sul. Naquela época, lusos-brasileiros e espanhóis-castelhanos defrontavam-se em encarniçadas batalhas em território hoje pertencente ao Rio Grande do Sul e ao Uruguai, antiga Colônia do Sacramento. Por isso, a barra do então chamado Rio Grande de São Pedro, representava um ponto estratégico para a instalação de um reduto militar, local escolhido por Silva Paes para erguer o Forte denominado Jesus, Maria e José.

Em 1751, o povoado que aí se formou foi elevado à condição de vila. No entanto, em 1763, a Vila de São Pedro do Rio Grande caiu sob o domínio espanhol, sob o qual permaneceu por 13 anos, até abril de 1776, quando foi reconquistada definitivamente pelos portugueses.

A posição geográfica estratégica da cidade consolidou-se também em tempos de paz. A condição de único porto marítimo do Estado, por onde passavam todos os imigrantes e todo o comércio internacional, aliada à riqueza pesqueira e agropecuária da região, atraíram os

colonizadores europeus e definiram as bases da economia atual: atividades portuárias e pesqueiras, refinação de petróleo, indústria, comércio, turismo e serviços.

A cidade, que hoje possui aproximadamente 200 mil habitantes, sedia o 5º Distrito Naval, o 6º Grupo de Artilharia de Campanha, a Fundação Universidade Federal do Rio Grande, as Faculdades Atlântico Sul, a Estação de Apoio Antártico, a Refinaria de Petróleo Ipiranga e um moderno e movimentado porto internacional de águas profundas, destinado a ser o porto concentrador de cargas do Mercosul. Seus inúmeros museus, seus prédios históricos e com valor arquitetônico, seu peculiar ecossistema, a proximidade da Estação Ecológica do Taim, os impressionantes Molhes da Barra e o excelente balneário do Cassino, dentre outros atrativos, fazem de Rio Grande, o principal pólo turístico da metade sul do Estado.

**Localização:** O município de Rio Grande com uma área territorial de 2.813,91 km<sup>2</sup> (IBGE), está localizado na Planície Costeira Sul do Estado do Rio Grande do Sul. Seu território compreende uma faixa de terras baixas, na restinga do Rio Grande, a Sudoeste da desembocadura da Lagoa dos Patos.

**População:** A população estimada do município é de 198.048 habitantes.

Fonte: IBGE (2011)

**Economia:** A economia é caracterizada por acentuada predominância do setor secundário, numa ampla interação com o sistema viário, liderado pelas instalações portuárias. No entanto, outros setores tiveram grande influência no desenrolar das atividades econômicas, contribuindo com etapas para o desenvolvimento integrado do Município como a agricultura, a pecuária, a pesca, o comércio e o turismo.

Fonte: adaptado do FEE / IBGE

IDH: 0,793

Fonte: IPEA – Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada

IDEB: 4,3

Fonte: Portal Ideb, 2009.

## **8 – Objetivo Geral da Proposta para Implantação de Núcleos de esporte recreativo e de lazer**

O presente convênio tem por objetivo proporcionar a diferentes localidades do município do Rio Grande a oportunidade da prática regular de exercícios físicos em locais estruturados, tanto no que diz respeito à existência de equipamentos adequados quanto à presença de profissionais qualificados para orientação das atividades.

## **9 – Objetivos Específicos**

- Proporcionar a pessoas a partir de 45 anos a oportunidade da manutenção de um estilo de vida ativo;

- Fomentar a construção de vínculos sociais por meio da formação de grupos para a prática de exercícios físicos, reconhecendo a importância do mesmo não só no que diz respeito a melhorias fisiológicas, mas também afetivas e sociais;
- Reconhecer o caráter preventivo e terapêutico presente na manutenção de um estilo de vida ativo, buscando reduzir gastos atuais e futuros na saúde pública.

## 10 – Justificativa

A prática regular de exercícios físicos tem sido reconhecida como um meio de preservar e melhorar a saúde em diferentes faixas etárias. A manutenção de um estilo de vida ativo tem se mostrado benéfica na redução de diversos fatores de risco, como melhora no metabolismo de gorduras e carboidratos, controle do peso corporal, manutenção de ossos, músculos e articulações mais saudáveis, diminuição nos sintomas de depressão e ansiedade, prevenindo enfermidades como diabetes mellitus, doenças cardiovasculares, osteoporose e alguns tipos de câncer. Dessa forma, além de poder contribuir com a melhora da qualidade de vida dos indivíduos, a manutenção de um estilo de vida ativo gera economia de recursos financeiros com tratamentos médicos.

Dados coletados em pesquisas no Brasil indicam que a inatividade física, considerada nos momentos de lazer, é mais prevalente entre mulheres, idosos e indivíduos de baixo nível socioeconômico. Mediante tais dados, é notável salientar a presença de idosos e indivíduos de baixo nível socioeconômico dentre as categorias populacionais mais inativas. Dessa forma, torna-se necessária a intervenção por intermédio dos órgãos públicos no sentido de buscar melhorias nas referidas estatísticas, como forma de propiciar à população melhorias em sua saúde e qualidade de vida. Especificamente no município do Rio Grande, existe uma grande carência de oferta de programas de exercício físico voltados à população de baixo nível socioeconômico, adultos e idosos, sendo necessária, constantemente, a busca por meios de intervenção que visem atender a essas faixas populacionais.

Nesse sentido, a iniciativa da Prefeitura Municipal do Rio Grande em firmar o convênio Núcleo(s) de Esporte Recreativo e Lazer (VIDA SAUDÁVEL) junto ao Ministério do Esporte passa pelo reconhecimento dos benefícios físicos, afetivos e sociais que podem ser proporcionados pela prática regular de exercícios físicos por pessoas com idade a partir de 45 anos, bem como na busca pela reversão das alarmantes estatísticas referenciadas nos parágrafos anteriores.

## 11 - Cadastro de Entidade Parceiras (informar os parceiros existentes especificando sua relação/contribuição com o PELC)

1 - Entidade:	
Responsável:	

Atribuições:			
DDD:		Telefone:	
2 - Entidade:			
Responsável:			
Atribuições:			
DDD:		Telefone:	
3 - Entidade:			
Responsável:			
Atribuições:			
DDD:		Telefone:	

12 - Quadro Resumo do Pleito					
Nº de Núcleos:	4				
Valor Solicitado:	469.440,00	Valor da Contrapartida:	40.828,87	Total:	510.268,87
Vigência:	<b>18 meses</b>	Número de meses para estruturação necessária ao desenvolvimento do projeto:	<b>04</b>	Número de meses para o efetivo atendimento:	<b>14 meses</b>

13 - Metas – Público Alvo	
(Descrever objetivamente o público-alvo que será beneficiado diretamente com as atividades oferecidas, conforme tipo de núcleo. Seguir as Diretrizes do PELC, constantes no sítio do ME)	
Nº Crianças/Adolescentes (até 14 anos):	
Nº Jovens (15 a 24 anos):	
Nº Adultos (25 a 29 anos):	
Nº Idosos (acima de 60 anos) Obs.: Em se tratando do Vida Saudável, considerar as pessoas com idade acima de 45 anos.	800 pessoas
<b>Nº Total de Inscritos:</b>	<b>800 pessoas</b>
Nº de pessoas com Deficiência (limitação física, mental, sensoriais ou múltiplas - inseridas na distribuição acima)	100 pessoas

14 - Equipe de Trabalho	
(Visando atender a demanda acima)	
Nº de Pessoas a serem Contratadas	14 pessoas
Nº de Pessoas da Contrapartida	nenhuma pessoa

Total de Pessoas na Equipe	14 pessoas
----------------------------	------------

### 15 – Processo Seletivo e Forma de Contratação

(Descreva como dar-se-a o processo seletivo, bem como a forma de contratação, considerando as Diretrizes do PELC constantes no sitio do ME)

A contratação dar-se-á por meio de processo seletivo, realizado por empresa contratada pela entidade proponente. Os recursos para a contratação da mesma serão oriundos da contrapartida financeira prevista no convênio.

### 16 - Núcleos e Subnúcleos

(Nominar e descrever os dados de cada núcleo e subnúcleos que serão implantados. Esclarecemos que para cada núcleo previsto, é possível implantar, no máximo, 02 subnúcleos. É fundamental considerar as regiões menos favorecidas pela política pública local de esporte recreativo e de lazer. Seguir as Diretrizes do PELC, constantes no sitio do ME)

1 – Nome do Núcleo	Associação dos moradores do Parque Marinha		
Número de Inscritos (de acordo com o tipo de núcleo PELC)	200	Espaços que poderão ser utilizados:	Amplio salão para desenvolvimento das atividades, banheiros, cozinha, salas de informática, espaço ao ar livre, campos de futebol e quadra poliesportiva.
Município / UF:	Rio Grande	Atividades Sistemáticas (oficinas), que serão desenvolvidas:	Formação em serviço; Rua do Lazer; Jogos da melhor idade; Caminhada Orientada; Oficina de Alongamento; Oficina de Ginástica Localizada
Endereço:	Avenida dos Grandes Lagos, nº 150		
Complemento		CEP	96215-010

2 – Nome do Núcleo	Praça Saraiva		
Número de Inscritos (de acordo com o tipo de	200	Espaços que poderão ser	Ginásio de esportes

núcleo PELC)		utilizados:	poliesportivo, quatro alojamentos, quatro vestiários amplos, sala de ginástica olímpica, refeitório, duas quadras poliesportivas externas, dois campos de futebol, playground, pista de atletismo, velódromo, posto da guarda municipal, banheiros dentro e fora do ginásio.
Município / UF:	Rio Grande	Atividades Sistemáticas (oficinas), que serão desenvolvidas:	Formação em Serviço; Rua do Lazer; Oficina de Alongamento; Oficina de ginástica Localizada; Pedalada orientada; Caminhada Orientada
Endereço:	Rua Cristóvão Colombo, nº 360		
Complemento		CEP	96211510

3 – Nome do Núcleo	Centro de Referência de Assistência Social Hidráulica		
Número de Inscritos (de acordo com o tipo de núcleo PELC)	200	Espaços que poderão ser utilizados:	Salão amplo, cozinha, refeitório, banheiros, campo de futebol de 7 externo,
Município / UF:	Rio Grande	Atividades Sistemáticas (oficinas), que serão desenvolvidas:	Formação em serviço; Bateria de avaliação física; Corrida em orientada; Caminhada Orientada; Oficina de Alongamento; Oficina de Ginástica Localizada
Endereço:	Rua Altamir de Lacerda, nº 904		
Complemento		CEP	96211-280

4 – Nome do Núcleo	Centro de Eventos		
Número de Inscritos (de acordo com o tipo de núcleo PELC)	200	Espaços que poderão ser utilizados:	Amplios pavilhões fechados, banheiros internos e externos, cozinha, refeitório, guarda permanente, ampla área externa para condução de atividades como corridas, caminhadas, etc.
Município / UF:	Rio Grande	Atividades Sistemáticas (oficinas), que serão desenvolvidas:	Formação em serviço; Bateria de Avaliação Física; Corrida Orientada; Caminhada Orientada; Oficina de Alongamento Oficina de Ginástica Localizada
Endereço:	Largo João Fernandes Moreira, s/n		
Complemento		CEP.	96200-900

## 17 - Ações de Funcionamento dos Núcleos

### Atividades Sistemáticas

(O PELC prevê o planejamento de atividades Sistemáticas (oficinas regulares) e Assistemáticas (eventos). No quadro abaixo, liste e detalhe as atividades físicas, esportivas ou culturais que serão desenvolvidas de acordo com o núcleo e subnúcleos (se necessários), citados anteriormente. Antes do preenchimento, verifique as orientações sobre periodicidade, número de beneficiados e demais detalhes, nas Diretrizes do PELC, constantes no sítio do ME. Sugere-se o preenchimento da Grade Horária, que encontra-se anexa às Diretrizes do PELC, antes do detalhamento das atividades no Planejamento Pedagógico do Convênio.

**ATENÇÃO:** Para cada núcleo deverão ser preenchidos os quadros de atividades abaixo, especificando onde serão realizadas, se no endereço principal ou em um dos subnúcleos, quando houver.

## Núcleo 1: Associação de Moradores Parque Marinha

Atividades	
1 - Atividade:	Oficina de Ginástica Localizada
Turno:	<input checked="" type="checkbox"/> Manhã <input type="checkbox"/> Tarde <input type="checkbox"/> Noite
Dia da Semana:	<input checked="" type="checkbox"/> Segunda-Feira <input type="checkbox"/> Terça-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Quarta-Feira <input type="checkbox"/> Quinta-Feira <input checked="" type="checkbox"/>
	Sexta-Feira <input type="checkbox"/> Sábado <input type="checkbox"/> Domingo
Local:	Salão Fechado

Atividades	
2 - Atividade:	Oficina de Alongamento
Turno:	<input checked="" type="checkbox"/> Manhã <input type="checkbox"/> Tarde <input type="checkbox"/> Noite
Dia da Semana:	<input type="checkbox"/> Segunda-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Terça-Feira <input type="checkbox"/> Quarta-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Quinta-Feira <input type="checkbox"/>
	Sexta-Feira <input type="checkbox"/> Sábado <input type="checkbox"/> Domingo
Local:	Salão da Comunidade

Atividades	
3 - Atividade:	Caminhada Orientada
Turno:	<input type="checkbox"/> Manhã <input checked="" type="checkbox"/> Tarde <input type="checkbox"/> Noite
Dia da Semana:	<input checked="" type="checkbox"/> Segunda-Feira <input type="checkbox"/> Terça-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Quarta-Feira <input type="checkbox"/> Quinta-Feira <input checked="" type="checkbox"/>
	Sexta-Feira <input type="checkbox"/> Sábado <input type="checkbox"/> Domingo
Local:	Campo de Futebol

Atividades	
4 - Atividade:	Jogos da melhor idade
Turno:	<input type="checkbox"/> Manhã <input checked="" type="checkbox"/> Tarde <input type="checkbox"/> Noite
Dia da Semana:	<input type="checkbox"/> Segunda-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Terça-Feira <input type="checkbox"/> Quarta-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Quinta-Feira <input type="checkbox"/>
	Sexta-Feira <input type="checkbox"/> Sábado <input type="checkbox"/> Domingo
Local:	Quadra poliesportiva e campo de futebol

Atividades	
5 - Atividade:	Rua do Lazer
Turno:	<input type="checkbox"/> Manhã <input checked="" type="checkbox"/> Tarde <input type="checkbox"/> Noite

Dia da Semana:	<input type="checkbox"/> Segunda-Feira <input type="checkbox"/> Terça-Feira <input type="checkbox"/> Quarta-Feira <input type="checkbox"/> Quinta-Feira <input type="checkbox"/>
	Sexta-Feira
	<input checked="" type="checkbox"/> Sábado <input type="checkbox"/> Domingo
Local:	Quadra poliesportiva e campo de futebol

Atividades	
6 - Atividade:	Formação em serviço
Turno:	<input type="checkbox"/> Manhã <input type="checkbox"/> Tarde <input checked="" type="checkbox"/> Noite
Dia da Semana:	<input type="checkbox"/> Segunda-Feira <input type="checkbox"/> Terça-Feira <input type="checkbox"/> Quarta-Feira <input type="checkbox"/> Quinta-Feira <input checked="" type="checkbox"/>
	Sexta-Feira
	<input type="checkbox"/> Sábado <input type="checkbox"/> Domingo
Local:	Salão da comunidade

## Núcleo 2: Praça Saraiva

Atividades	
1 - Atividade:	Caminhada Orientada
Turno:	<input checked="" type="checkbox"/> Manhã <input type="checkbox"/> Tarde <input type="checkbox"/> Noite
Dia da Semana:	<input checked="" type="checkbox"/> Segunda-Feira <input type="checkbox"/> Terça-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Quarta-Feira <input type="checkbox"/> Quinta-Feira <input checked="" type="checkbox"/>
	Sexta-Feira
	<input type="checkbox"/> Sábado <input type="checkbox"/> Domingo
Local:	Pista de Atletismo

Atividades	
2 - Atividade:	Pedalada Orientada
Turno:	<input checked="" type="checkbox"/> Manhã <input type="checkbox"/> Tarde <input type="checkbox"/> Noite
Dia da Semana:	<input type="checkbox"/> Segunda-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Terça-Feira <input type="checkbox"/> Quarta-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Quinta-Feira <input type="checkbox"/>
	Sexta-Feira
	<input type="checkbox"/> Sábado <input type="checkbox"/> Domingo
Local:	Velódromo

Atividades	
3 - Atividade:	Oficina de Ginástica Localizada
Turno:	<input type="checkbox"/> Manhã <input checked="" type="checkbox"/> Tarde <input type="checkbox"/> Noite
Dia da Semana:	<input checked="" type="checkbox"/> Segunda-Feira <input type="checkbox"/> Terça-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Quarta-Feira <input type="checkbox"/> Quinta-Feira <input checked="" type="checkbox"/>
	Sexta-Feira
	<input type="checkbox"/> Sábado <input type="checkbox"/> Domingo

Local:	Sala de ginástica
--------	-------------------

Atividades	
4 - Atividade:	Oficina de Alongamento
Turno:	<input type="checkbox"/> Manhã <input checked="" type="checkbox"/> Tarde <input type="checkbox"/> Noite
Dia da Semana:	<input type="checkbox"/> Segunda-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Terça-Feira <input type="checkbox"/> Quarta-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Quinta-Feira <input type="checkbox"/>
	Sexta-Feira <input type="checkbox"/> Sábado <input type="checkbox"/> Domingo
Local:	Sala de Ginástica

Atividades	
5 - Atividade:	Rua de Lazer
Turno:	<input checked="" type="checkbox"/> Manhã <input type="checkbox"/> Tarde <input type="checkbox"/> Noite
Dia da Semana:	<input type="checkbox"/> Segunda-Feira <input type="checkbox"/> Terça-Feira <input type="checkbox"/> Quarta-Feira <input type="checkbox"/> Quinta-Feira <input type="checkbox"/>
	Sexta-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Sábado <input type="checkbox"/> Domingo
Local:	Quadras poliesportivas

Atividades	
6 - Atividade:	Formação em serviço
Turno:	<input type="checkbox"/> Manhã <input type="checkbox"/> Tarde <input checked="" type="checkbox"/> Noite
Dia da Semana:	<input type="checkbox"/> Segunda-Feira <input type="checkbox"/> Terça-Feira <input type="checkbox"/> Quarta-Feira <input type="checkbox"/> Quinta-Feira <input checked="" type="checkbox"/>
	Sexta-Feira <input type="checkbox"/> Sábado <input type="checkbox"/> Domingo
Local:	Sala de ginástica

### Núcleo 3: Centro de Referência de Assistência Social Hidráulica

Atividades	
1 - Atividade:	Oficina de Ginástica Localizada
Turno:	<input type="checkbox"/> Manhã <input checked="" type="checkbox"/> Tarde <input type="checkbox"/> Noite
Dia da Semana:	<input checked="" type="checkbox"/> Segunda-Feira <input type="checkbox"/> Terça-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Quarta-Feira <input type="checkbox"/> Quinta-Feira <input checked="" type="checkbox"/>
	Sexta-Feira <input type="checkbox"/> Sábado <input type="checkbox"/> Domingo
Local:	Salão Fechado

Atividades	
2 - Atividade:	Oficina de Alongamento
Turno:	<input type="checkbox"/> Manhã <input checked="" type="checkbox"/> Tarde <input type="checkbox"/> Noite
Dia da Semana:	<input type="checkbox"/> Segunda-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Terça-Feira <input type="checkbox"/> Quarta-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Quinta-Feira <input type="checkbox"/>
	Sexta-Feira <input type="checkbox"/> Sábado <input type="checkbox"/> Domingo
Local:	Salão da Comunidade

Atividades	
3 - Atividade:	Caminhada Orientada
Turno:	<input checked="" type="checkbox"/> Manhã <input type="checkbox"/> Tarde <input type="checkbox"/> Noite
Dia da Semana:	<input checked="" type="checkbox"/> Segunda-Feira <input type="checkbox"/> Terça-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Quarta-Feira <input type="checkbox"/> Quinta-Feira <input checked="" type="checkbox"/>
	Sexta-Feira <input type="checkbox"/> Sábado <input type="checkbox"/> Domingo
Local:	Campo de Futebol 7

Atividades	
4 - Atividade:	Oficina de Corrida
Turno:	<input checked="" type="checkbox"/> Manhã <input type="checkbox"/> Tarde <input type="checkbox"/> Noite
Dia da Semana:	<input type="checkbox"/> Segunda-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Terça-Feira <input type="checkbox"/> Quarta-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Quinta-Feira <input type="checkbox"/>
	Sexta-Feira <input type="checkbox"/> Sábado <input type="checkbox"/> Domingo
Local:	Campo futebol 7

Atividades	
5 - Atividade:	Rua do Lazer
Turno:	<input type="checkbox"/> Manhã <input checked="" type="checkbox"/> Tarde <input type="checkbox"/> Noite
Dia da Semana:	<input type="checkbox"/> Segunda-Feira <input type="checkbox"/> Terça-Feira <input type="checkbox"/> Quarta-Feira <input type="checkbox"/> Quinta-Feira <input type="checkbox"/>
	Sexta-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Sábado <input type="checkbox"/> Domingo
Local:	Campo futebol 7

Atividades	
6 - Atividade:	Formação em serviço
Turno:	<input type="checkbox"/> Manhã <input type="checkbox"/> Tarde <input checked="" type="checkbox"/> Noite
Dia da Semana:	<input type="checkbox"/> Segunda-Feira <input type="checkbox"/> Terça-Feira <input type="checkbox"/> Quarta-Feira <input type="checkbox"/> Quinta-Feira <input checked="" type="checkbox"/>
	Sexta-Feira

	<input type="checkbox"/> Sábado <input type="checkbox"/> Domingo
Local:	Salão da comunidade

## Núcleo 4: Centro de Eventos

Atividades	
1 - Atividade:	Oficina de Ginástica Localizada
Turno:	<input type="checkbox"/> Manhã <input checked="" type="checkbox"/> Tarde <input type="checkbox"/> Noite
Dia da Semana:	<input checked="" type="checkbox"/> Segunda-Feira <input type="checkbox"/> Terça-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Quarta-Feira <input type="checkbox"/> Quinta-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Sexta-Feira
	<input type="checkbox"/> Sábado <input type="checkbox"/> Domingo
Local:	Pavilhão I

Atividades	
2 - Atividade:	Oficina de Alongamento
Turno:	<input type="checkbox"/> Manhã <input checked="" type="checkbox"/> Tarde <input type="checkbox"/> Noite
Dia da Semana:	<input type="checkbox"/> Segunda-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Terça-Feira <input type="checkbox"/> Quarta-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Quinta-Feira <input type="checkbox"/> Sexta-Feira
	<input type="checkbox"/> Sábado <input type="checkbox"/> Domingo
Local:	Pavilhão I

Atividades	
3 - Atividade:	Caminhada Orientada
Turno:	<input checked="" type="checkbox"/> Manhã <input type="checkbox"/> Tarde <input type="checkbox"/> Noite
Dia da Semana:	<input checked="" type="checkbox"/> Segunda-Feira <input type="checkbox"/> Terça-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Quarta-Feira <input type="checkbox"/> Quinta-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Sexta-Feira
	<input type="checkbox"/> Sábado <input type="checkbox"/> Domingo
Local:	Área Externa

Atividades	
4 - Atividade:	Corrida Orientada
Turno:	<input checked="" type="checkbox"/> Manhã <input type="checkbox"/> Tarde <input type="checkbox"/> Noite
Dia da Semana:	<input type="checkbox"/> Segunda-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Terça-Feira <input type="checkbox"/> Quarta-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Quinta-Feira <input type="checkbox"/> Sexta-Feira
	<input type="checkbox"/> Sábado <input type="checkbox"/> Domingo
Local:	Área externa

Atividades	
------------	--

5 - Atividade:	Bateria de avaliação física
Turno:	<input type="checkbox"/> Manhã <input checked="" type="checkbox"/> Tarde <input type="checkbox"/> Noite
Dia da Semana:	<input type="checkbox"/> Segunda-Feira <input type="checkbox"/> Terça-Feira <input type="checkbox"/> Quarta-Feira <input type="checkbox"/> Quinta-Feira <input type="checkbox"/>
	Sexta-Feira <input checked="" type="checkbox"/> Sábado <input type="checkbox"/> Domingo
Local:	Área externa e pavilhão I

Atividades	
6 - Atividade:	Formação em serviço
Turno:	<input type="checkbox"/> Manhã <input type="checkbox"/> Tarde <input checked="" type="checkbox"/> Noite
Dia da Semana:	<input type="checkbox"/> Segunda-Feira <input type="checkbox"/> Terça-Feira <input type="checkbox"/> Quarta-Feira <input type="checkbox"/> Quinta-Feira <input checked="" type="checkbox"/>
	Sexta-Feira <input type="checkbox"/> Sábado <input type="checkbox"/> Domingo
Local:	Pavilhão I

## 18- Ações de Funcionamento dos Núcleos

### 2 - Atividades Assistemáticas

#### Descrição dos Eventos

(Os eventos proporcionam a integração entre os participantes do núcleo e destes com a comunidade. Eles podem ser restritos (micro eventos de um núcleo) ou mais amplos (macro eventos entre vários núcleos). Devem ser organizados de forma coletiva envolvendo a comunidade como um todo, nos diversos momentos do processo. Os recursos para os eventos serão custeados pelo proponente, tendo em vista que não foram conseguidos orçamentos para os mesmos dentro do prazo estabelecido pelo convenente. Nesse sentido, os gastos com os eventos serão custeados pela Prefeitura do Rio Grande, que assegura a realização dos mesmos, cumprindo a exigências do convênio PELC Vida Saudável.

**1 – Lançamento do Programa:** o primeiro evento realizado terá o objetivo de apresentar o programa às diferentes comunidades envolvidas no processo. Caracterizar-se-á como um macro evento envolvendo todos os núcleos.

**2 – Oficina temática 1:** micro evento para cada núcleo. A primeira oficina terá o objetivo de alertar os participantes de cada núcleo acerca dos benefícios a curto e longo prazo, atingidos por meio da prática regular de exercícios físicos orientados.

**3 – Mateada:** macro evento para todos os núcleos. Evento de integração característico no Estado do Rio Grande do Sul, em que é feita a distribuição de erva-mate e água quente para a confecção do chimarrão, bebida tradicional do gaúcho junto a uma atividade cultural.

**4 – Oficina temática 2:** micro evento para cada núcleo. Seguindo a lógica da primeira oficina,

a mesma tematizará os fundamentos de uma alimentação saudável.
<b>5 – Apresentação de danças tradicionais gaúchas:</b> macro evento envolvendo todos os núcleos. Consistirá na socialização da cultura gaúcha, por meio de apresentações de entidades tradicionalistas por meio de seus grupos de dança.
<b>6- Curso de dança de salão:</b> micro evento para cada núcleo. Oficina básica de dança de salão para os participantes de cada núcleo, visando o aprendizado e a socialização por meio da dança.
<b>7 – Baile da melhor idade:</b> macro evento para todos os núcleos. Com meio de dar sequência à oficina de dança de salão, proporcionar um evento visando a socialização dos participantes de todos os núcleos, bem como uma atividade de lazer acessível ao público alvo do convênio.
<b>8 – Dia da Saúde:</b> macro evento para todos os núcleos. Verificação de pressão arterial, glicose, problemas posturais, dentre outros, em parceria com a Secretaria da Saúde.
<b>9 – Tarde Esportiva do Dia do Trabalhador:</b> macro evento envolvendo todos os núcleos. Integração entre os núcleos, por meio de campeonatos de diferentes modalidades esportivas.
<b>10 – Oficina temática 3:</b> micro evento para cada núcleo. Palestras sobre prevenção de doenças como dengue e leptospirose, visando conscientizar a população acerca da importância de medidas de prevenção a essas doenças.
<b>11 – Oficina temática 4:</b> micro evento para cada núcleo. Oficina visando capacitar a população para a construção de materiais alternativos para a prática de exercícios em casa, como halteres com garrafas plásticas, exercícios com bastões, etc.
<b>12 – Tarde do meio ambiente:</b> macro evento envolvendo todos os núcleos. Evento incentivando a conscientização da população sobre as formas de preservação do meio ambiente, em parceria com a Secretaria do Meio Ambiente.
<b>13 - Oficina temática 5:</b> micro evento para cada núcleo. Os participantes do projeto serão estimulados a realizar uma avaliação das atividades desenvolvidas ao longo dos 14 meses.
<b>14 – Encerramento do projeto:</b> macro evento envolvendo todos os núcleos. Evento recreativo visando propiciar um novo encontro entre as comunidades participantes.

### 19 – Inscrição dos participantes

(Detalhe como ocorrerá o processo de inscrições dos participantes nas atividades oferecidas: período previsto, metodologia, instrumentos utilizados, divulgação, etc.)

**Período de inscrição dos participantes:** ocorrerá nos quatro primeiros meses de vigência do convênio (julho a outubro de 2012).

**Metodologia:** serão elaboradas fichas de inscrição pelos coordenadores, que irão até os núcleos para realizar as inscrições junto à comunidade. Em paralelo a esse processo, a divulgação do projeto

ajudará na distribuição dos horários para inscrições junto aos membros da comunidade.

**Instrumentos utilizados:** fichas de inscrição, cartazes para divulgação dos horários para realização em cada núcleo.

**Divulgação:** A divulgação será realizada nos núcleos, com fixação de cartazes e distribuição de panfletos à população. Além disso, o período de inscrições será divulgado na imprensa, por meio de jornais, telejornais e em meio eletrônico.

## 20 - Divulgação do Programa

(Detalhe como ocorrerá a divulgação das ações do PELC)

A divulgação das ações do PELC será realizada de diferentes formas, visando recrutar o maior número de pessoas para o projeto. Nos núcleos, serão fixadas placas alusivas ao PELC, bem como será realizada a divulgação das atividades por meio de panfletos distribuídos à população nos locais contemplados pelo projeto, banners e cartazes espalhados por estabelecimentos dos bairros contemplados pelo programa. Além disso, notas na imprensa local, por intermédio de jornais, telejornais e por meio eletrônico serão utilizados a fim de expandir a capacidade de divulgação do PELC.

## 21 - Formação Continuada

(O PELC prevê a realização de módulos de formação que são ministrados por profissionais credenciados pelo Ministério do Esporte (Introdutório, Avaliação I e Avaliação II), com conhecimento a respeito do projeto e das especificidades de cada ação (tipo de núcleo). Além disso, a entidade deverá promover a Formação em Serviço, com periodicidade quinzenal, sob sua responsabilidade. Em ordem cronológica de implantação, comente sobre os módulos de formação do PELC, detalhando, conforme as diretrizes do programa, constantes do Sítio do ME, como a entidade irá desenvolver a formação em serviço)

**Módulo Introdutório** – A carga horária do módulo introdutório será de 32 horas. O curso será ministrado em um período de quatro dias no mês de outubro, visando capacitar os agentes sociais, gestores, coordenadores e a entidade de controle social para a execução do programa. O módulo introdutório acontecerá um mês antes do início das atividades do projeto, visando capacitar toda a equipe de trabalho para a atuação junto à comunidade. O módulo introdutório terá o intuito de colocar a par a equipe de trabalho acerca de todas as atividades que cercam a execução do PELC. O planejamento das atividades sistemáticas e assistemáticas, destacar os princípios do planejamento participativo que serão executados ao longo do projeto, dentre outras medidas serão tematizadas no módulo introdutório. O módulo introdutório será realizado no núcleo de espaço físico mais acessível.

**Módulo de Formação em Serviço (periodicidade, dia da semana, horário, metodologias**

**utilizadas e temáticas a serem abordadas).**

O módulo de formação em serviço será realizado por meio de reuniões semanais para troca de ideias, planejamento, palestras e oficinas. Considerando que as atividades serão voltadas à pessoas maiores de 45 anos, as reuniões semanais terão como enfoque a realização de estudos acerca da melhor condução das atividades junto ao referido público, metodologias de trabalho voltadas à otimização do atendimento aos participantes, tanto nas atividades sistemáticas quanto assistemáticas. As reuniões acontecerão sempre às sextas-feiras, das 18:00 às 19:30, visando trazer ao espaço da reunião todas as experiências vivenciadas durante a semana, buscando a construção coletiva de soluções aos acontecimentos ocorridos durante a semana. Além de reuniões semanais, esporadicamente serão efetuadas outros tipos de atividades como atividades de campo, intercâmbio de experiências entre os núcleos, etc. Temáticas como a prevenção por meio do exercício físico, formas de esclarecimentos das atividades ministradas junto aos participantes, visando a autonomia dos mesmos na autogestão de suas atividades físicas futuras, temáticas a serem desenvolvidas junto ao público alvo do projeto serão trabalhadas nas reuniões semanais.

**Módulo de Avaliação I** – Ocorrerá no mês de maio de 2013, que será o décimo primeiro mês de execução do convênio, bem como o 7º mês de desenvolvimento das atividades. O módulo terá 16 horas de duração, tendo a presença, assim como no módulo introdutório, de todos os agentes sociais, coordenadores, entidade de controle social e gestores. As atividades serão conduzidas pelos formadores do PELC, que terão a oportunidade de visitar os núcleos do programa e ter contato direto com as equipes de trabalho do mesmo.

**Módulo de Avaliação II** – Ocorrerá no mês de setembro de 2013, que será o décimo sétimo mês de execução do convênio, bem como o 13º mês de desenvolvimento das atividades. O módulo terá 16 horas de duração, tendo a presença, assim como no módulo introdutório, de todos os agentes sociais, coordenadores, entidade de controle social e gestores. As atividades serão conduzidas pelos formadores do PELC, que terão a oportunidade de visitar os núcleos do programa e ter contato direto com as equipes de trabalho do mesmo.

## **22 – Acompanhamento do Projeto pela entidade proponente**

(Descrever as estratégias de monitoramento e avaliação das ações previstas neste projeto, a serem utilizadas pela entidade conveniada. Verificar as Diretrizes do PELC, constantes no site do ME)

No que diz respeito ao acompanhamento do projeto pela entidade proponente, o mesmo será realizado pela mesma, por meio da equipe de trabalho da Unidade de Esporte da Secretaria Municipal de Turismo, Esporte e Lazer. A referida equipe visitará os núcleos 3º, 8º e 13º mês, visando cumprir a elaboração dos relatórios que devem ser entregues no 4º, 9º e 14º mês. O acompanhamento visará elucidar ao Ministério do Esporte a estimativa do número de pessoas contempladas, as atividades desenvolvidas, a frequência de agentes e coordenadores aos núcleos, visando solucionar possíveis problemas de forma clara, com o intuito de otimizar o atendimento à população, principal meta do PELC.

### 23 – Auto Gestão

(Descrever a proposta da entidade para quando o convênio estiver encerrado seu período de execução. Há previsão de continuidade das atividades? Com que recursos? Verificar as Diretrizes do PELC, constantes no sítio do ME)

Inicialmente, será buscada a renovação do convênio, tendo em vista a manutenção da estrutura do programa, tanto física quanto material. Essa premissa é extremamente necessária, tendo em vista que o apoio do Ministério do Esporte na contratação de pessoal e fornecimento de material é indispensável. A entidade proponente tem o desejo de manter o projeto por intermédio da administração pública, entretanto, caso não se consiga uma possível renovação do convênio, serão buscadas formas de viabilizar a continuidade, principalmente por meio da iniciativa privada.

### 24 – Programa Pintando a Liberdade

(Itens do Pintando a Liberdade

Verificar as orientações a cerca do quantitativo a ser solicitado, constantes nas Diretrizes do PELC, sítio do Ministério do Esporte)

Itens	Quantidade
BANDEIRA NACIONAL	2
BOLAS DE VÔLEI	40
BOLAS DE BASQUETE	40
BOLAS DE HANDEBOL	40
BOLAS DE FUTSAL	40
BOLAS DE FUTEBOL DE CAMPO	40
REDES – VÔLEI	4
REDES – FUTEBOL	4
REDES – FUTSAL E HANDEBOL	4
REDES PARA BASQUETE	4
CAMISESTAS – COORDENADORES E AGENTES	42
CAMISSETAS – PARTICIPANTES	2400
BERMUDAS – COORDENADORES, AGENTES E	1628

PARTICIPANTES	
BONÉS ESPORTIVOS – COORDENADORES, AGENTES E PARTICIPANTES	814
JOGOS DE XADREZ	40
JOGOS DE DOMINÓ	40