



Secretaria Municipal de Esporte e Lazer

Rua Nossa Senhora da Paz, 204 – Barra Funda - Fone/Fax: (14)

99689-6820 CEP 18960-000 – Bernardino de

Campos/SP



I-DENTIFICAÇÃO

Nome do projeto: Projeto de Capoeira

Localização: Av. Coronel Albino Alves , 485 – Barra Funda

Município: Bernardino de Campos CEP: 18960-000

Proponente: Secretaria Municipal de Esporte e Lazer

Abrangência: Municipal

Nome do coordenador: Renã José Dias da Costa

1.0-DENTIFICAÇÃO DO PROPONENTE (ÓRGÃO COMPETENTE)

Nome: Prefeitura Municipal de Bernardino de Campos / Secretaria Municipal de Esporte e Lazer

Endereço: Avenida Coronel Albino Alves Garcia, s/n (antigo prédio FEPASA)

Bairro: Centro

Município: Bernardino de Campos/SP CEP: 18960-000

1.1 Identificações do responsável técnico e legal pela execução do serviço a ser qualificado:

Nome: Renã José Dias da Costa

RG: 42.407.338-9

CPF: 364.029.438-60

Endereço: associação atlética bernardinense n313

Município: Bernardino de Campos

E-mail: doesportesecretaria@gmail.com

Cargo/Função: Secretário Municipal de Esporte e Lazer

Formação Profissional: Educação Física



Secretaria Municipal de Esporte e Lazer

Rua Nossa Senhora da Paz, 204 – Barra Funda - Fone/Fax: (14)

99689-6820 CEP 18960-000 – Bernardino de

Campos/SP



JUSTIFICATIVA

Na perspectiva de atingir uma qualidade de vida plena, o esporte tem um papel fundamental para a formação da criança e do jovem. Além do evidente ganho em saúde, a prática da Capoeira, arte marcial brasileira que mistura elementos de dança, música e luta, desenvolve a autoestima, a disciplina, o respeito ao próximo e a cordialidade, requisitos importantíssimos para a vida em sociedade. Partindo desse princípio, introduzir essa prática no município contribui de maneira positiva para atingir os objetivos propostos por essa secretaria.

OBJETIVO

Vivemos em uma sociedade que contribui para a formação de pessoas fragmentadas, as quais se especializam em determinadas atividades, em um tipo de raciocínio, hipertrofiando algumas funções cerebrais e partes do corpo em detrimento de outras. Pessoas condicionadas pelo bombardeio diário de informações provenientes dos meios de comunicação e da cultura de massa que impõem modelos prontos e influenciam diretamente na capacidade de percepção e atuação na sociedade.

A prática da capoeira contribui positivamente para todos que desejam ter uma vida saudável, obtém-se um bom condicionamento físico, adquire-se força e resistência, combate doenças e o sedentarismo. Ressalta-se que a prática da arte marcial em questão não está limitada tão somente ao condicionamento físico. A prática da capoeira está diretamente vinculada à saúde, expressão corporal e como aliada a saúde mental, pois a atividade trabalha corpo e mente, tendo em vista as técnicas e a filosofia desta arte esportiva e cultural. A capoeira contribui também na evolução mental e espiritual dos praticantes, tendo em vista as técnicas utilizadas requerem, sobretudo, autoconhecimento e autocontrole, pois o corpo de uma pessoa não age sem a interferência da mente e esta, por sua vez, é quem coordena e acalma as pressões as quais o corpo é submetido quando se pratica esta arte. Com a prática da Capoeira a autoestima das (os) alunas (os) e a melhoria da qualidade de vida torna-se o principal objetivo em busca da vida saudável.



Secretaria Municipal de Esporte e Lazer

Rua Nossa Senhora da Paz, 204 – Barra Funda - Fone/Fax: (14)

99689-6820 CEP 18960-000 – Bernardino de

Campos/SP



OBJETIVO ESPECIFICO (BENEFÍCIOS)

Força e percepção corporal

Coordenação motora e reflexos

Tonificação muscular

Equilíbrio (físico e emocional) e concentração

Alívio do estresse

Aumento da autoconfiança e da flexibilidade

Cuidados para evitar lesões

Emagrecimento

Físico\fisiológico

Cognitivo

Combate ao desuso e melhoria da funcionalidade

Melhoria da função educativa a nível motor, corporal e postural

Melhoria cardiorrespiratória e retardamentos de doenças

Melhoria dos fatores rítmicos, orientação temporal e espacial

Descoberta da corporeidade e expressão coletivas

Desenvolvimento do sentido crítico e estético

Psicológico autoconhecimento e desenvolvimento pessoal

Melhoria da capacidade criativa

Sensação de satisfação

Melhoria da autoestima

Bem - estar social

PUBLICO ALVO

Crianças, Jovens, adultos e idosos de ambos os sexos



Secretaria Municipal de Esporte e Lazer

Rua Nossa Senhora da Paz, 204 – Barra Funda - Fone/Fax: (14)

99689-6820 CEP 18960-000 – Bernardino de

Campos/SP



RECURSOS HUMANOS

Professor (a) Instrutor

PRAZO DE EXECUÇÃO PROJETO

Projeto será executado pelo período de 12 meses

EXECUÇÃO

O projeto será executado uma vez por semana, no período contraturno escolar

RECURSOS FINANCEIROS

Recursos próprios da Prefeitura Municipal

PROGRAMAÇÃO

Projeto será executado de 10 a 12 horas mensal.

Bernardino de Campos 29 de abril de 2024.

Renã José Dias da Costa
Secretário Municipal de Esporte e Lazer



Secretaria Municipal de Esporte e Lazer
Rua Nossa Senhora da Paz, 204 – Barra Funda - Fone/Fax: (14)
99689-6820 CEP 18960-000 – Bernardino de
Campos/SP

