



Associação Latina de Desenvolvimento
Esportivo, Cultural e Ambiental

PROJETO: ESPORTE PARALÍMPICO E INCLUSÃO

PROCESSO:

RELATÓRIO FINAL DAS ATIVIDADES

Nº SLIE: 1915191-89
MINISTÉRIO DO ESPORTE
LEI 11.438/2006



Novembro 2023

Maio -2024

Natação

Bocha

Paratriatlo

PROJETO: ESPORTE PARALÍMPICO E INCLUSÃO

Relatório de atividades –(Nov 2023 - Maio 2024)

Informações do Projeto:

Local das aulas: Clube de Natação e Regatas  lvares Cabral, Bento Ferreira, Vitória - ES

Turmas: 35 turmas (28 de Natação, 6 de Bocha e 1 de Paratriatlo), turmas 1x 2x 3x e 5x por semana

Faixa etária atendida: de 3 a 60 anos

Período de funcionamento: De 29 de Maio de 2023 a 28 de Maio de 2024.



O segundo semestre de funcionamento do Projeto EPI ano II, consolidou as expectativas de atendimentos tanto na parte quantitativa quanto na qualitativa. Os números de atendimentos foram alcançados no seu limite já no mês de novembro, o que projetou o prosseguimento com grandes expectativas, já que o período de verão é sempre marcado como o melhor momento de funcionamento do Projeto, principalmente relacionado à modalidade de Natação.

N  SLIE: 1915191-89
MINISTÉRIO DO ESPORTE
LEI 11.438/2006

Nesse sentido, nesse período tivemos um aumento considerável de pessoas engrossando a lista de espera.

No fim do ano de 2023 realizamos reuniões com todo o grupo para projetarmos os meses finais do funcionamento do Projeto, incluindo além das aulas, as ações extras, curso de formação, eventos e participações em festivais esportivos.



Alunos da turma da manhã prontos para mais uma aula



Prof Gisele com aluna durante as aulas

LEI 11.438/2006

RESULTADO GERAL

Resultados Quantitativos Geral:

Taxa de Ocupação	Vagas oferecidas	Meta	Alunos no final Do período	% da meta
Alunos	250	250	261	105%
Taxa de Aproveitamento	Aulas previstas	Meta	Aulas realizadas	% da meta
	1610	1610	1610	100%

O alcance do quantitativo foi conseguido já no mês de Novembro e se manteve até o período final que se deu no dia 29 de Maio. Nesse período, além do quantitativo máximo, também



conseguimos a maior assiduidade (comprovado com as pautas em anexo)

NATAÇÃO

Professores responsáveis: Stephany de Freitas, Gisele Souza, Larissa Crico, Gislaine Honorato, Erich Chiabai e Rogério Ramos

Estagiários: Diogo Rangel, Yasmin Maia, Luiz Phelipe Wanzeller, Werique Alves (dois estagiários foram substituídos no final de ano)

Grade horária: 07:30h às 12:15h e 13:00h às 18:45h

Turma	Dias	Horário	Idade
	terça/quinta quarta/sexta	07h30 às 08:15	A partir de 3 anos
	terça/quinta quarta/sexta	08:30 às 9:15	A partir de 3 anos
	terça/quinta quarta/sexta	9:30 às 10:15	A partir de 3 anos
	terça/quinta quarta/sexta	10:30 às 11:15	A partir de 3 anos
	terça/quinta quarta/sexta	11:15 às 12:15	A partir de 3 anos
	terça/quinta quarta/sexta	13:00 às 13:45	A partir de 3 anos
	terça/quinta quarta/sexta	14:00 às 14:45	A partir de 3 anos
	terça/quinta quarta/sexta	15:00 às 15:45	A partir de 3 anos
	Segunda/Quarta /sexta	16:00 as 16:45	A Partir de 14 anos
	Segunda/Quarta /sexta	17:00 as 17:45	A Partir de 14 anos
	Segunda a Sexta	15:00 as 17:00	A partir de 14 anos
	Segundas	13:00 as 13:45	A partir de 3 anos
	Segundas	14:00 as 14:45	A partir de 3 anos
	Segundas	15:00 as 15:45	A partir de 3 anos
	Segundas	16:00 as 16:45	A partir de 3 anos



Grade de Horários Projeto paralímpico 2023						
Natação						
Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
manhã	Treinamento e Planejamento (todos)	Turma 1 Nível 1 - (3 vagas) (Larissa, Drica)	Turma 6 Nível 1 - (3 vagas) (Larissa, Drica)	Turma 1 Nível 1 - (3 vagas) (Larissa, Drica)	Turma 6 Nível 1 - (3 vagas) (Larissa, Drica)	
		Turma 1 Nível 2 – (6 vagas) (Diogo, Gislaine, Bianka)	Turma 6 Nível 2 – (5 vagas) (Diogo, Gislaine)	Turma 1 Nível 2 – (6 vagas) (Diogo, Gislaine, Bianka)	Turma 6 Nível 2 – (5 vagas) (Diogo, Gislaine)	
		Turma 2 Nível 1 - (3 vagas) (Larissa, Drica)	Turma 7 Nível 1 - (3 vagas) (Larissa, Drica)	Turma 2 Nível 1 - (3 vagas) (Larissa, Drica)	Turma 7 Nível 1 - (3 vagas) (Larissa, Drica)	
		Turma 2 Nível 2 – (6 vagas) (Diogo, Gislaine, Bianka)	Turma 7 Nível 2 – (5 vagas) (Diogo, Gislaine)	Turma 2 Nível 2 – (6 vagas) (Diogo, Gislaine, Bianka)	Turma 7 Nível 2 – (5 vagas) (Diogo, Gislaine)	
		Turma 3 Nível 1 - (3 vagas) (Larissa, Drica)	Turma 8 Nível 1 - (3 vagas) (Larissa, Drica)	Turma 3 Nível 1 - (3 vagas) (Larissa, Drica)	Turma 8 Nível 1 - (3 vagas) (Larissa, Drica)	
		Turma 3 Nível 2 – (5 vagas) (Diogo, Gislaine,)	Turma 8 Nível 2 – (5 vagas) (Diogo, Gislaine,)	Turma 3 Nível 2 – (5 vagas) (Diogo, Gislaine,)	Turma 8 Nível 2 – (5 vagas) (Diogo, Gislaine,)	
		Turma 4 Nível 1 - (3 vagas) (Larissa, Drica)	Turma 9 Nível 1 - (3 vagas) (Larissa, Drica)	Turma 4 Nível 1 - (3 vagas) (Larissa, Drica)	Turma 9 Nível 1 - (3 vagas) (Larissa, Drica)	
		Turma 4 Nível 2 – (5 vagas) (Diogo, Gislaine,)	Turma 9 Nível 2 – (5 vagas) (Diogo, Gislaine,)	Turma 4 Nível 2 – (5 vagas) (Diogo, Gislaine,)	Turma 9 Nível 2 – (5 vagas) (Diogo, Gislaine,)	
		Turma 5 Nível 1 – (2 vagas) (Larissa)	Turma 10 Nível 1 – (1 vaga) (Larissa)	Turma 5 Nível 1 – (2 vagas) (Larissa)	Turma 10 Nível 1 – (1 vaga) (Larissa)	
		Turma 5 Nível 2 – (3 vagas) (Gislaine e Bianka)	Turma 10 Nível 2 – (2 vagas) (Gislaine)	Turma 5 Nível 2 – (3 vagas) (Gislaine e Bianka)	Turma 10 Nível 2 – (2 vagas) (Gislaine)	
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Tarde	13:00 às 13:45	Turma 11 Nível 1 (3 vagas) (Gisele, yasmin,)	Turma 1 Nível 1 - (4 vagas) (Stephany, yasmin, Rogerio)	Turma 6 Nível 1 - (4 vagas) (Stephany, yasmin, Rogerio)	Turma 1 Nível 1 – (4 vagas) (Stephany, yasmin, Rogerio)	Turma 6 Nível 1 – (4 vagas) (Stephany, yasmin, Rogerio)
			Turma 1 Nível 2 – (6 vagas) Rogerio , Gleyce)	Turma 6 Nível 2 – (6 vagas) (Gleyce, Gisele e Bianka)	Turma 1 Nível 2 – (6 vagas) (Rogerio , Gleyce)	Turma 6 Nível 2 – (6 vagas) (Gleyce, Gisele e Bianka)
	14:00 às 14:45	Turma 12 Nível 1 (4 vagas) (Gisele, yasmin, Evelyn, Gleyce)	Turma 2 Nível 1 - (4 vagas) (Stephany, yasmin, Rogerio)	Turma 7 Nível 1 - (4 vagas) (Gisele, yasmin, Rogerio)	Turma 2 Nível 1 – (4 vagas) (Stephany, yasmin, Rogerio)	Turma 7 Nível 1 – (4 vagas) (Gisele, yasmin, Rogerio)
			Turma 2 Nível 2 – (6 vagas) (gislaine , Evelyn, Gleyce)	Turma 7 Nível 2 – (6 vagas) (gislaine , Evelyn, Gleyce)	Turma 2 Nível 2 – (6 vagas) (gislaine , Evelyn, Gleyce)	Turma 7 Nível 2 – (6 vagas) (gislaine , Evelyn, Gleyce)
	15:00 às 15:45	Turma 13 Nível 1 (4 vagas) (Gisele, yasmin, Evelyn, Gleyce)	Turma 3 Nível 1 - (4 vagas) (Stephany, yasmin, Rogerio)	Turma 8 Nível 1 - (4 vagas) (Gisele, yasmin, Rogerio)	Turma 3 Nível 1 – (4 vagas) (Stephany, yasmin, Rogerio)	Turma 8 Nível 1 – (4 vagas) (Gisele, yasmin, Rogerio)
			Turma 3 Nível 2 – (6 vagas) (gislaine , Evelyn, Gleyce)	Turma 8 Nível 2 – (6 vagas) (gislaine , Evelyn, Gleyce)	Turma 3 Nível 2 – (6 vagas) (gislaine , Evelyn, Gleyce)	Turma 8 Nível 2 – (6 vagas) (gislaine , Evelyn, Gleyce)
	16:00 às 16:45	Turma 14 Nível 1 (4 vagas) (Gisele, yasmin, Evelyn, Gleyce)	Turma 4 Nível 1 - (4 vagas) (Stephany, yasmin, Rogerio)	Turma 9 Nível 1 - (4 vagas) (Gisele, yasmin, Rogerio)	Turma 4 Nível 1 – (4 vagas) (Stephany, yasmin, Rogerio)	Turma 9 Nível 1 – (4 vagas) (Gisele, yasmin, Rogerio)
			Turma 4 Nível 2 – (6 vagas) (gislaine , Evelyn, Gleyce)	Turma 9 Nível 2 – (6 vagas) (gislaine , Evelyn, Gleyce)	Turma 4 Nível 2 – (6 vagas) (gislaine , Evelyn, Gleyce)	Turma 9 Nível 2 – (6 vagas) (gislaine , Evelyn, Gleyce)
	17:00 às 17:45	Turma 15 Nível 1 (4 vagas) (Gisele, Evelyn, Gleyce)	Turma 5 Nível 1 – (3 vagas) (Stephany, Rogerio)	Turma 10 Nível 1 – (3 vagas) (Stephany, Gleyce)	Turma 5 Nível 1 – (4 vagas) (Stephany, Rogerio)	Turma 10 Nível 1 – (4 vagas) (Stephany, Gleyce)
			Turma 5 Nível 2 – (6 vagas) (gislaine , Evelyn)	Turma 10 Nível 2 – (6 vagas) (gislaine , Evelyn, Gisele)	Turma 5 Nível 2 – (6 vagas) (gislaine , Evelyn)	Turma 10 Nível 2 – (6 vagas) (gislaine , Evelyn, Gisele)
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
14:00 às 15:00	Turma 1 Nível 3 (6 vagas) Hudson, Erich		Turma 1 Nível 3 (6 vagas) Hudson, Stephany		Turma 1 Nível 3 – (6 vagas) Stephany, Hudson)	
15:00 às 17:00	Turma 2 Nível 3 (5 vagas) Erich, Hudson)	Turma 2 Nível 3 (5 vagas) Léo Hudson)	Turma 2 Nível 3 (5 vagas) Hudson e stephany)	Turma 2 Nível 3 (5 vagas) Erich, Hudson)	Turma 2 Nível 3 – (5 vagas) Stephany, Hudson)	
7:30 às 9:30		Turma 1 Nível 4 (6 vagas) (Léo, gabi)	Turma 1 Nível 4 (6 vagas)	Turma 1 Nível 4 (6 vagas) (Léo, gabi)	Turma 1 Nível 4 (6 vagas)	
15:00 às 17:00	Turma 2 Nível 4 (12 vagas) (Léo, Erich e Hudson)	Turma 2 Nível 4 (12 vagas) (Léo e Hudson)	Turma 2 Nível 4 (12 vagas) (Léo, Erich e Hudson)	Turma 2 Nível 4 (12 vagas) (Léo, Erich e Hudson)	Turma 2 Nível 4 (12 vagas) (Léo e Hudson)	

Quadro de Horários por nível, vagas e professores

Materiais utilizados: 50 espaguete, 02 tapetes de EVA, 10 pranchas para educativos, 10 flutuadores.

Resultado Final:

Taxa de Ocupação	Vagas oferecidas	Meta	Alunos no final do trimestre	% da meta
Alunos	200	200	223	115%
Taxa de Aproveitamento	Aulas previstas	Meta	Aulas realizadas	% da meta
	1260	(100%)	1260	100%

A modalidade natação do projeto EPI obteve o maior sucesso de sua existencia de 24 anos atendendo o publico de pessoas com deficiência no ES. Terminamos esse ano com 223 alunos, sendo 23 acima da meta. Esse número de beneficiários foi possível pelo bom desenvolvimento dos nossos alunos, fazendo com que aqueles que faziam aulas em turmas individuais, conseguiram evoluir de nível e passaram a fazer aulas em turmas com mais alunos, liberando assim novas vagas para turmas iniciantes.



Sobre nossas Atividades: As aulas de natação para esse período foram marcadas por grande entusiasmo por parte dos alunos, já que o período de calor é um grande atrativo para a modalidade, tivemos na cidade de Vitória uma media de temperatura na casa dos 30 graus até o final do mês de Maio. Nesse período também realizamos ações de participação em festivais de natação com nossos alunos, mostrado nas ações extras no final do relatório.

As aulas continuaram pautadas nos princípios de inclusão e levando o máximo de segurança aos nossos alunos, já que o trabalho com pessoas com deficiência na piscina, é muito

necessário o máximo de cuidado e atenção aos riscos de afogamento.

Atividades Desenvolvidas: Aulas na piscina, atividades psicomotoras fora d'água, brincadeiras e jogos, atividades lúdicas aproveitando o parque aquático do clube (toboáguas), passeios e atividades na praia nos projetos de praia acessível, participação nos festivais de natação, nas parolimpíadas escolares em Dezembro e no evento organizado pelo Comitê Paralímpico no mês de Maio.

Metodologia das Aulas:

As aulas são realizadas, considerando a abordagem moderna do ensino da natação, onde dividimos as turmas em 4 níveis de aprendizagem.

Nível 1:

É formado por alunos bem iniciantes, ainda não adaptados ao meio líquido e com deficiências mais severas. As aulas acontecem tendo um professor/estagiário para cada aluno. Essa é nossa maior demanda, e o que exige mais do corpo de professores, já que a preocupação com a segurança dos nossos alunos é o ponto fundamental.

Nessas aulas os alunos desenvolvem o aprendizado da adaptação ao meio líquido, com exercícios de descontração fácil, visão sub aquática, flutuação, respiração e trocas de decúbitos. (ver tabela1 de acompanhamento em anexo)

Nível 2

Esse nível é composto pelos alunos que possuem já um certa autonomia no meio líquido e possuem deficiências com menor comprometimento. Nessas aulas conseguimos trabalhar com grupos de 4 a 6 alunos por professor com auxílio de um estagiário. Desenvolvemos nesse nível o trabalho inicial de propulsão (deslocamentos) em meio líquido utilizando-se dos apoios possíveis para o aprendizado inicial dos estilos Crawl/Costas e Peito. Nesse nível consideramos os alunos com paraplegia com um método de ensino diferenciado como podemos ver nas tabelas de avaliação 2 e 3 em anexo.

Nível 3:

Os alunos desse nível já estão se deslocando com autonomia e aperfeiçoam os nados crawl, costas e peito, além de aprenderem o estilo borboleta de nado. As aulas acontecem sob orientação dos professores e abordam além do aprendizado técnico, uma melhora nas capacidades físicas, tais como força, resistência aeróbica, coordenação. Ritmo, etc.

Nível 4:

O nível mais avançado se preocupa em levar a prática da natação como desenvolvimento dos 4 estilos, treino das capacidades físicas e acontecem, diferente de duas vezes por semana como os outros níveis, em turmas de 3 a 5 vezes por semana. Alguns desses alunos participam de eventos competitivos em níveis escolares e nacional.



MINISTÉRIO DO ESPORTE
LEI 11.438/2006



BOCHA PARALÍMPICA

Professora responsável: Gabrieli Machado Batista

Monitora: Bianka Oliveira

Estagiários: Michele Silva

Grade horária: 09:15h às 11:00h e 13:15h às 16:00h

Turma	Dias	Horário	Idade
1	Terça e quinta	9:30 às 10:30	A partir de 5 anos
2	Terça e quinta	10:30: às 11:30	A partir de 5 anos
3	Terça e quinta	11:30 às 12:30	A partir de 5 anos
4	Quarta e sexta	14:30 às 15:30	A partir de 5 anos
5	Quarta e sexta	15:30 às 16:30	A partir de 5 anos
6	Quarta e sexta	16:30 às 17:30	A partir de 5 anos





Alunos da Bocha no dia a dia de aulas

Bocha	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
9:30 as às 10:30	(Treinamento e planejamento)	Turma 1 Iniciação (8 vagas) (Gabrieli, Bianka)		Turma 1 Iniciação (8 vagas) (Gabrieli, Bianka)	
10:30 as 11:30		Turma 2 Iniciação (8 vagas) (Gabrieli, Bianka)		Turma 1 Iniciação (8 vagas) (Gabrieli, Bianka)	
11:30 as 12:30		Turma 3 Iniciação (8 vagas) (Gabrieli, Bianka)		Turma 3 Iniciação (8 vagas) (Gabrieli, Bianka)	
14:30 as 15:30			Turma 4 Iniciação (8 vagas) (Gabrieli, Bianka)		Turma 4 Iniciação (8 vagas) (Gabrieli, Bianka)
15:30 as 16:30			Turma 4 Iniciação (8 vagas) (Gabrieli, Bianka)		Turma 4 Iniciação (8 vagas) (Gabrieli, Bianka)
16:30 as 17:30			Turma 4 Iniciação (10 vagas) (Gabrieli, Bianka)		Turma 4 Iniciação (10 vagas) (Gabrieli, Bianka)

Quadro de horários, vagas e professores

MATERIAIS UTILIZADOS: 9 bambolês, 6 cones coloridos, 10 cones pequenos na cor laranja, 3 elásticos, 4 caneleiras, 2 kits de Bocha, 1 bola de borracha.

RESULTADO Final

Taxa de Ocupação	Vagas oferecidas	Meta	Alunos no final do trimestre	% da meta mínima
Alunos	50	50	33	80%
Taxa de Aproveitamento	Aulas previstas	Meta	Aulas realizadas	% da meta
	612	480 (100%)	612	100%

O projeto EPI na modalidade de Bocha terminou o período com 33 beneficiários. Alguns são mais regulares do que os outros visto a questão da própria mobilidade, sendo todos participantes cadeirantes, quase todos sendo usuários do serviço de transporte específico, seja da capital (Porta a Porta) ou da região metropolitana (Mão Na Roda), logo quando esse serviço não é ofertado de maneira correta os participantes do projeto ficam sem conseguir frequentar os atendimentos. Essa modalidade esportiva ainda é pouco conhecida no nosso Estado, reforçando projetos como esse para fomentar e propagar a prática esportiva para pessoas com deficiência física, cadeirante e com maior comprometimento motor. Os próprios familiares ficam com receio da prática, duvidando da possibilidade da realização por parte do seu familiar, mas aos poucos vão conhecendo e percebendo as possibilidades e o quanto esse esporte traz de benefício para a vida dos seus, contribuindo de maneira significativa no aprimoramento das habilidades sociais, cognitivas e motoras, fazendo com que o praticante se torne autônomo e protagonista. Por esses motivos, infelizmente e apesar de todos os esforços para aumentarmos esse número de alunos, terminamos o ano do projeto sem alcançar a meta.

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

As aulas nesse período têm sido planejadas de acordo com as necessidades de cada aluno, pois, apesar de todos fazerem uso da cadeira de rodas, possuem limitações diferentes, assim como o grau de independência.

Iniciamos as aulas com alongamento dos braços, da coluna cervical e rotação de tronco, alguns realizam isso de maneira ativa. Após esse momento, é realizada as atividades com base nos fundamentos do esporte, utilizamos materiais (bambolês e cones) para que as aulas ocorram de forma mais lúdica e dinâmica.

"Tá muito legal esse projeto, meu corpo melhorou muito depois disso. As atividades estão boas para mim, tá melhorando muito meu corpo."

Isaque Benfica Guimarães - 10 anos



Alunos da bocha em mais uma aula com a professora Gabrielli e Monitora Bianka

"Quero agradecer os responsáveis pelo projeto, aos professores, Gabrieli, a professora da Bocha, e a Deus pela oportunidade que nossos filhos estão tendo. O projeto chegou em uma hora que ele precisava muito, tanto para a mente, quanto para o corpo, no desenvolvimento dele. A força de vontade que ele está tendo nesse momento e o interesse, mudou tudo na vida dele e na minha, estou vendo o desenvolvimento dele físico e psicológico, é muito bom mesmo, só tenha a agradecer a vocês e a Deus pela oportunidade que nos é dada. Muito obrigada."

Joseane Benfica Rodrigues - Mãe do Isaque.

Paratriatlon

Professor responsável: Hudson Renato / Erich Chiabai

O Projeto de Paratriatlon iniciou com o grande desafio de sermos o primeiro Projeto do Brasil em desenvolver uma modalidade tão nova e complexa para pessoas com deficiência, considerando a logística e os recursos materiais necessários. Após o primeiro ano, de muitas dificuldades em função da pandemia principalmente, decidimos manter a modalidade no intuito de ganhar maior destaque no cenário como o projeto que mais desenvolve o Paratriatlon no Brasil. Essa meta ambiciosa, já nesse início de projeto, foi evidenciada, ao termos na última etapa do Circuito nacional de Paratriatlon o maior número de participantes vindos do mesmo Clube/Projeto. Mesmo considerando essa modalidade dentro da proposta de Esporte participação, consideramos um importante indicativo, já que se trata realmente de uma modalidade do programa Paralímpico e que desconhecemos outro projeto no Brasil que desenvolva a modalidade. O que faz desse Projeto um precursor para que mais pessoas possam participar e se beneficiarem com uma modalidade que faz com que a pessoa com deficiência se mostre capaz "três vezes mais", já que consideramos uma das modalidades mais estenuantes e difíceis de serem realizadas.

Em 11 de dezembro de 2010, o IPC anunciou que o Paratriathlon foi oficialmente aceito nos Jogos Paralímpicos e fez a sua estreia no Rio de Janeiro em 2016 (Confederação Brasileira de Triathlon 2023). Embora haja algumas necessidades adicionais em conjunto com as diferentes regras, competições e equipamentos, o número de pessoas com deficiência no triathlon cresce a cada dia. Essas pessoas estão sempre em busca de igualdade de participação, seja na prática corporal de lazer e saúde, seja para competições. Atividades desenvolvidas: As atividades são desenvolvidas dentro e fora do meio aquático (piscina, mar e estrada) o trabalho de alongamento, mobilidade, contração isométrica e abdominais foi e enfatizando o bem estar físico e mental dos alunos. A elaboração do plano de treinamento para o grupo avançado passa pelo conceito da periodização, disposto no formato de macrociclo plurianual dividido em três etapas: preparatória, competitiva e transitória (BOMPA 2001).

O tipo de modalidade de triathlon trabalhada é o short ou sprint (750m de natação, 20km de ciclismo e 5km de corrida) As classes que compõem nosso quadro de alunos /atletas são: PTWC, PTVI, PTS3 e PTS2. Grade horária: Caso exista a necessidade de adaptações, a grade horária do aluno pode ser flexibilizada. Turma Dias Horário Idade Mar Segunda /quarta 6h00 às 9h00 Acima de 17 anos Piscina Segunda/terça /quarta/quinta/sexta 15h00 às 18h00 Acima de 17 anos Corrida terça/quinta 6h00 às 9h00 Acima de 17 anos Ciclismo Sexta 6h00 às 9h00 Acima de 17 anos O ideal é que mesmo em casos em que há adaptação da grade, o aluno cumpra a carga horária convencional monitorado de forma presencial ou virtual.

A aluna Letícia de Oliveira Alves, 15 anos, faz uso dos equipamentos Pista de atletismo e cadeira de rodas para atletismo e natação, no período matutino em seu contra turno escolar; • aulas teóricas fazem parte do conteúdo didático esportivo e social; • quando necessário, há um atendimento fisioterápico; • os alunos/atletas participam de campeonatos paralímpicos de: atletismo e natação. Materiais utilizados: Boias de sinalização náutica, óculos e toucas de natação, pista de atletismo, nadadeiras.

Atividades desenvolvidas: As atividades são desenvolvidas dentro e fora do meio aquático (piscina, mar e estrada), e o trabalho de alongamento, mobilidade, isometria e abdominais foi enfatizado no bem estar físico e mental dos alunos.

Conforme estabelecido no protocolo do projeto, foi exigido o uso da máscara e álcool em gel em todos os momentos de interação aluno-professor-estagiários, além de rodízio entre os participantes de cada turma para favorecer o distanciamento seguro, preservando a integridade física dos envolvidos.



Érica Rodrigues Aluna do Paratriathlon amputação antebraço





Alunos Pedro, Marcos Vinicius e Léo Mendonça



Grade horária:

Caso exista a necessidade de adaptações, a grade horária do aluno pode ser flexibilizada.

Turma	Dias	Horário	Idade
MAR	Segunda /quarta	6h00 às 9h00	Acima de 12 anos
Piscina	Segunda/terça /quarta/quinta/sexta	15h00 às 18h00	Acima de 12 anos
Corrida	terça/quinta	6h00 às 9h00	Acima de 12 anos
Ciclismo	Sexta	6h00 às 9h00	Acima de 12 anos

O ideal é que, mesmo em casos em que há adaptação da grade, o aluno cumpra a carga horária convencional.

Materiais utilizados:

Boias de sinalização náutica, óculos de natação e toucas de natação.



Resultados no Quadrimestre:

Taxa de Ocupação	Vagas oferecidas	Meta	Alunos do quadrimestre	% da meta
Alunos	10	5 (50%)	5	50%
Taxa de Aproveitamento	Aulas previstas	Meta	Aulas realizadas	% da meta
	100	100 (100%)	92	90%

As aulas iniciais (1º bimestre) foram dedicadas à adaptação ao meio líquido dos alunos provenientes de outras modalidades esportivas (paratletismo e remo adaptado), às atividades recreativas, dando ênfase às técnicas de motivação, relaxamento, redução de ansiedade, treinamento de ativação muscular, concentração, autoconfiança, gerenciamento de stress e sociabilização.

Enquanto isso, no 2º trimestre, os procedimentos pedagógicos serão dedicados a manejo e técnicas de corrida de cadeira de rodas, adaptação a bicicletas e ensino de técnicas de ciclismo e natação (piscina-mar).

Percebemos após esse ano de realização dessa modalidade, que se trata de uma prática muito difícil de ser realizada. Infelizmente o custo dos materiais e a necessidade de equipamentos específicos deixam quase que impossível a entrada de novos participantes. Um exemplo é a necessidade de próteses para corrida para alunos amputados que podem chegar ao preço de mais de 100 mil reais para aquisição de um única prótese. Assim, também com muitos esforços, não foi possível ampliar o número de beneficiários para essa modalidade.

Coordenação:

A coordenação geral do projeto é o fundador do Projeto Leonardo Miglinas, Professor Mestre em Esportes Paralímpicos que atua desde 2000 com o esporte paralímpico na cidade de Vitória. Como treinador de atletas paralímpicos, possui uma medalha de prata nas paralimpíadas do Rio 2016 e 1 bronze nos Jogos de Tóquio, é atualmente um dos treinadores da Seleção Brasileira Paralímpica de Natação e também é autor do livro “ O esporte Adaptado como Conteúdo nas aulas de Educação Física e Inclusão”. O Professor acaba de ser convocado como treinador do Brasil nas Paralimpíadas de Paris 2024.



Leonardo Miglinas durante Campeonato Mundial em Manchester – Inglaterra

Parceiros:

O ano II do projeto Paralímpico e Inclusão, contou com o patrocínio da Shell, BANESTES, DHL e EDP via Lei Federal de Incentivo, projeto aprovado pelo ministério dos Esportes - tendo como proponente a entidade Associação Latina de Desenvolvimento Esportivo, Cultural e Ambiental. O local das aulas é uma parceria com o Clube de Natação e Regatas Álvares Cabral e a Associação Capixaba Paralímpica de Desporto.

ALDEGA
194-89
MINISTÉRIO DO ESPORTE
LEI 11.438/2006





Ações extras

Participação nas Finais das Paralimpíadas Escolares em SP.

No mês de dezembro, alguns de nossos alunos participaram da fase final das Paralimpíadas escolares em São Paulo. As Paralimpíadas Escolares, em seu nível Nacional acontece desde 2009 e em todas as edições o Estado do ES sempre foi representado por alunos da nossa Entidade. Ao todo, o Projeto teve cinco alunos da natação classificados a partir da etapa Regional que aconteceu em outubro e dois da Bocha Paralímpica participando e trazendo muitas medalhas para o nosso Projeto e para o Estado do ES.



Alunos e Professoras do projeto representando o ES na fase final das Paralimpíadas escolares em São paulo – Dez 2023

FORMAÇÃO DE PROFESSORES



No final do mês de Dezembro realizamos com todos os nossos professores e estagiários uma formação na área da Natação. O objetivo foi atualizar nosso grupo de professores em relação ao trabalho com pessoas com deficiência. O curso foi ministrado pelo Coordenador Leonardo Miglinas e pelo Prof. Convidado Fairó Brasil, que é o Coordenador técnico do Centro de referência do Comitê Paralímpico Brasileiro.

Professores e Estagiários durante curso de atualização

Visita do Deputado Federal e ex prefeito de Vitória ao Projeto

No mês de Janeiro, recebemos a visita do Deputado Federal João Coser (PT-ES). O deputado já foi duas vezes prefeito da capital e é uma pessoa importante para o desenvolvimento de ações sociais no ES. Foi uma honra receber sua visita e reconhecimento.

Deputado João Coser, a presidente da Aldeia Gelba Malta, Professora e alunos durante visita



Nº SLIE: 1915191-89
MINISTÉRIO DO ESPORTE
LEI 11.438/2006

Festival Paralímpico – Gincana de Final de ano

Em parceria com alunos de uma Universidade Privada de Vitória, realizamos ainda em Dezembro uma grande gincana e festival interno com nossos alunos. O objetivo foi proporcionar atividades lúdicas, incluindo jogos e brincadeiras, pinturas e muito banho de piscina.



Atividades recreativas na água com alunos da Faculdade



Atividades de pintura e desenho envolvendo alunos e pais



Professores envolvidos no evento

Palestra sobre Violência doméstica – Pais e professores

No mês de Fevereiro, tivemos uma importante Palestra que foi ofertada a todos os pais e responsáveis e também ao nosso grupo de alunos adultos, além de nossos professores. O tema abordado foi a violência contra mulher e violência doméstica. A palestrante foi a delegada Gracimeri, pessoa importante na conscientização dessa causa. No evento tivemos presença maciça do nosso público atendido.



Alunos e professores participando da Palestra sobre violência doméstica

OUTDOR E PROPAGANDA SOBRE O PROJETO

Um dos patrocinadores, o Banco do Estado do Espírito Santo fez uma campanha televisiva e também colocou vários outdoors pela cidade divulgando o apoio dado ao Projeto.



Marco e Marina, alunos do Projeto estrelando a campanha de um dos patrocinadores

PARTICIPAÇÃO NO MEETING PARALÍMPICO DO CPB

No mês de maio, o Comitê Paralímpico Brasileiro realizou o Meeting Paralímpico, evento que acontece em todos os Estados brasileiros a fim de divulgar e promover a entrada de novos praticantes e atletas no universo paralímpico. Nesse evento participamos com 45 alunos do nosso projeto em todos os níveis e nas modalidades de natação, bocha e atletismo. Muitos dos nossos alunos iniciantes ganharam medalhas e se destacaram como futuros atletas, sendo elogiado pelos dirigentes do evento.



Alunos do projeto durante o evento do CPB na modalidade atletismo



Pódio da Natação no evento do Comitê Paralímpico Brasileiro



CONVOCAÇÃO JOGOS PARALÍMPICOS DE PARIS

Coroando esse importante ciclo, tivemos a convocação de uma de nossas beneficiárias pelo Projeto, a atleta Paralímpica Mariana Gesteira convocada para os Jogos Paralímpicos de Paris 2024. E pela primeira vez o Coordenador do projeto EPI foi convocado como um dos treinadores da seleção brasileira de Natação para os Jogos de Paris. Leonardo e Mariana estarão representando o Brasil no maior evento esportivo do Planeta.



CUMPRIMENTO DO OBJETO

AVALIAÇÕES

O monitoramento e resultados obtidos sobre o final das ações do projeto e principalmente sobre as metas estabelecidas foram cuidadosamente avaliados por instrumentos que serviram de base para nossas ações em vários aspectos. Assim, apresentaremos a partir de cada meta, os instrumentos avaliativos e uma análise quantitativa e qualitativa dos resultados finais:

Meta 1: Melhorar as condições de saúde dos alunos.


Indicador 1: Índice médio de glicemia e pressão arterial no início do projeto.

Instrumento de verificação 1: Medidor de Pressão Arterial e Aparelho de Glicose.

Resultados Qualitativos

A partir do mês de fevereiro, iniciamos a avaliação correspondente à condição final de saúde dos alunos no Projeto. Para tanto utilizamos a avaliação de dois marcadores relacionados à saúde, que são a Glicemia, que pode nos transmitir algumas informações importantes sobre uma possível Hipoglicemia ou hiperglicemia, além de possibilidades de uma possível Diabetes. Outra avaliação realizada foi de Pressão arterial, onde o objetivo foi identificar uma possível variação de pressão fora dos padrões normais e entender qual a condição fisiológica dos nossos alunos que podem se relacionar com alguma anormalidade arterial. Todos os casos de avaliação que encontramos fora dos padrões de referência foram grifados e os alunos foram orientados a buscarem um médico especialista para averiguar possíveis

comorbidades. Após reavaliação, constatamos que houveram melhoras significativas nas taxas de glicemia e pressão arterial, o que corrobora com os estudos que indicam que a atividade física regular tem papel fundamental na melhora da saúde dos seus praticantes.

								
Planilha de Avaliação				- Pressão e Glicemia				
	Dados do aluno		Avaliação Inicial			Avaliação Final		
	Nome	Turma	data	Pressão Arterial	Glicemia	data	Pressão Arterial	Glicemia
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								

Modelo de Planilha utilizado para coleta das informações (enviada preenchida em anexo)

Conseguimos avaliar um número considerável de alunos nessa segunda avaliação (reavaliação), contudo, alguns não conseguiram fazer, ou por não comparecerem nos dias em que as avaliações foram marcadas, ou por se negarem a fazer, muitas vezes justificadas pelo medo de terem o sangue retirado para o exame.

Meta 2: Estimular a participação e o potencial de comprometimento dos beneficiários nas aulas.

Indicador 2: Índice de aproveitamento dos beneficiados nas aulas oferecidas.

Instrumento de verificação 2: Análise do rendimento dos beneficiados a partir da planilha avaliativa desenvolvida pelos professores do Projeto e a pauta de frequência.

Para o alcance dessa meta, utilizamos mais de um instrumento avaliativo. Consideramos que a planilha de avaliação de desenvolvimento das competências técnicas foi um bom indicativo, assim como a própria pauta de frequência dos alunos. Além das aulas que notamos desde o primeiro período uma adesão muito boa e um índice de faltas baixíssimos, também ao longo dos meses, elaboramos uma série de atividades extras a fim de gerar uma motivação aos nossos alunos.

Meta 3: Promover melhora na qualidade de Vida dos alunos frequentadores do projeto.

Indicador 3: Respostas dos alunos frente as aulas e pesquisa realizada por meio de relatos.

Instrumento de verificação 3: Avaliação processual e teste de Qualidade de vida (QV)

Para identificarmos o nível de qualidade de vida dos nossos beneficiários, utilizamos o teste ANÁLISE DO WHOQOL-BREF. A partir dessa avaliação inicial, foi possível identificar muitas questões de ordem social que afetam nossos alunos. Já num primeiro momento várias ações foram implementadas a fim de sanar questões agudas que foram identificadas na avaliação e providencias estão sendo tomadas a partir de uma rede de apoio social que envolve entidades e políticas locais. Essas questões envolvem desde a aquisição de uma cadeira de rodas, até denuncia de maus tratos e abuso. Consideramos que o projeto está cumprindo um importante papel social e que essa avaliação é o principal parametro para as ações que já estão sendo tomadas.

ANÁLISE DO WHOQOL-BREF								
Evento/ modalidade	Nome (ordem alfabética)	Caloribo de data/hora	TURMA - VESPERTINO	VOCE RECEBE AMIGOS DE FAMILIARES O APOIO DO QUAL NECESSITA? VIDA?	COMO VOCE AVALIA SUA QUALIDADE DE VIDA?	EM SUA ESCOLA VOCE ACHA PRECISA? EM QUAL NECESSITA?		
				Coluna1	Coluna2	Coluna3	Coluna4	Coluna5
NATAÇÃO	ARTHUR ARIS FERREIRA			Razoável	boa	muito satisfeito	muito pouco	basta
NATAÇÃO	ANGELO MERTINUSSO MARIN			Razoável	Muio Pouco	Nada	Boa	Razoável
NATAÇÃO	ANA CLARA OLIVEIRA TEIXEIRA			Totalmente	pouco	satisfeito	Boa	Razoável
NATAÇÃO	ALEXANDRE DE SOUZA MORAES			Totalmente	Razoável	satisfeito	nada	pouco
NATAÇÃO	ARTHUR RODRIGUES SASSO			boa	Razoável	satisfeito	Boa	pouco
NATAÇÃO	ARTHUR DO NASCIMENTO GONÇALVES			boa	satisfeito	boa	nada	pouco
NATAÇÃO	ARTHUR CRISPIIM LEANDRO DE BRITO			Totalmente	Razoável	satisfeito	nada	pouco
NATAÇÃO	ARTHUR MARCILIO RAMOS			boa	Razoável	Nada	pouco	totalm
NATAÇÃO	ARTHUR GOMES QUEIROZ			Razoável	Muio Pouco	Nada	Boa	Razoável
NATAÇÃO	ARTHUR COELHO DE OLIVEIRA			Razoável	satisfeito	boa	nada	pouco
NATAÇÃO	ANA CLARA HERZOG DE REZENDE			Totalmente	pouco	Nada	pouco	pouco
NATAÇÃO	ÁGATA VALÉRIO MARQUES			Totalmente	pouco	boa	nada	nad
NATAÇÃO	ANA MARIA DOS SANTOS BOTELHO			Totalmente	Boa	Boa	Boa	Bo
NATAÇÃO	ANNA LUIZA DOS REIS SILVEIRA			Totalmente	pouco	boa	nada	Razoável
NATAÇÃO	ANNE DOS SANTOS ROSA			Totalmente	pouco	Nada	Boa	Razoável
NATAÇÃO	ANTHONY CABRAL RAMOS			Totalmente	pouco	boa	nada	Razoável
NATAÇÃO	ANTONIO JOSE FERNANDES NOCHANG			RAZOÁVEL	RAZOÁVEL	RAZOÁVEL	RAZOÁVEL	RAZOÁVEL
NATAÇÃO	ANDRE RIBEIRO FREITAS			Razoável	Muio Pouco	Nada	Boa	Razoável
NATAÇÃO	AFONSO HENRIQUE LIRA DE SANTANNA			Totalmente	pouco	Nada	pouco	pouco
NATAÇÃO	BARBARA GONÇALVES DE MOURA			Totalmente	pouco	Nada	Boa	Razoável
NATAÇÃO	BRUNA LARA LEOCADIO BRASIL			Totalmente	pouco	boa	Boa	pouco
NATAÇÃO	BRUNA LOPES ANDRADE			Totalmente	satisfeito	Nada	Boa	pouco

Parte dos dados da planilha utilizada no teste de QV. (Planilha completa preenchida em anexo)

Comprovação do Cumprimento das metas quantitativas:

- **Meta 1:** Melhorar em 5% um dos fundamentos das modalidades esportivas.
- **Indicador 1:** Melhoria de um dos fundamentos referentes as modalidades praticadas pelos beneficiários do projeto.

Instrumento de verificação 1: Planilha avaliativa desenvolvida pelos Professores do projeto

Uma das avaliações mais importantes e que direciona o trabalho referente ao aprendizado das modalidades vem de uma planilha que foi elaborada pelo Coordenador do Projeto, o prof. Me. Leonardo Miglinas. Nessa planilha podemos dar conceitos relacionados ao desenvolvimento das habilidades trabalhadas e esperadas para cada um dos níveis. Na nossa primeira avaliação já notamos um grande nível de desenvolvimento e do aprendizado dos nossos alunos. Abaixo apresentamos todas as planilhas que desenvolvemos para todos os níveis e que foram preenchidas e enviadas no email juntamente com o relatório.



Planilha Avaliativa de aprendizagem

Turma: Nível: 1 Horário:

Professores:

Estagiários:

Alunos	idade	deficiência	Entrada e Equilíbrio	Visão Sub Aquática	Descontração Facial	Imersão Completa	Respiração	Flutuação em decúbitos

Conceitos:

A – Ótimo, fundamento realizado com sucesso.

B – Bom, alguns detalhes podem ser melhorados, porém apto para passar para o próximo nível

C – Regular, necessário mais algumas aulas para ser considerado apto

D – Fraco, intensificar exercícios para o desenvolvimento desse fundamento.

Planilha nível 2



Planilha Avaliativa de aprendizagem

Turma: **Nível: 2** Horário:

Professores:

Estagiários:

Alunos	idade	deficiência	Propulsão Submersa livre com autonomia	Propulsão pernas ventral c prancha	Propulsão streamline ventral s/ prancha	Propulsão streamline Dorsal c/ prancha	Propulsão streamline Dorsal s/ prancha	Propulsão lateral com e sem prancha

Conceitos:

- A – Ótimo, fundamento realizado com sucesso.
- B – Bom, alguns detalhes podem ser melhorados, porém apto para passar para o próximo nível
- C – Regular, necessário mais algumas aulas para ser considerado apto
- D – Fraco, intensificar exercícios para o desenvolvimento desse fundamento.

Planilha Nível 2



Planilha Avaliativa de aprendizagem

Turma: **Nível: 2 (paraplegia)** Horário:

Professores:

Estagiários:

Alunos	idade	deficiência	Apoios iniciais	Deslocamento s Submersos livres	Deslocamentos na superfície	Palmateios com respiração frontal	Iniciação ao nado de peito	Nado de Peito completo

Conceitos:

- A – Ótimo, fundamento realizado com sucesso.
- B – Bom, alguns detalhes podem ser melhorados, porém apto para passar para o próximo nível
- C – Regular, necessário mais algumas aulas para ser considerado apto
- D – Fraco, intensificar exercícios para o desenvolvimento desse fundamento.

Planilha Nível 3 (alunos paraplégicos)



Planilha Avaliativa de aprendizagem

Turma: Nível: 3 Horário:

Professores:

Estagiários:

Alunos	Idade	deficiência	Braçadas alternadas ventral	Respiração unilateral e bilateral crawl	Costas braçadas duplas	Crawl Completo	Costas braçadas alternadas	Nado Peito completo

Conceitos:

- A – Ótimo, fundamento realizado com sucesso.
- B – Bom, alguns detalhes podem ser melhorados, porém apto para passar para o próximo nível
- C – Regular, necessário mais algumas aulas para ser considerado apto
- D – Fraco, intensificar exercícios para o desenvolvimento desse fundamento.

Planilha Nível 4



Turma: Nível: 4 Horário:

Professores:

Estagiários:

Alunos	idade	deficiência	Crawl educativos B e l	Costas educativos B e l	Borboleta recuperação submersa	Borboleta completo	Educativos Borboleta	Aperfeiçoamento 4 estilos

Conceitos:

- A – Ótimo, fundamento realizado com sucesso.
- B – Bom, alguns detalhes podem ser melhorados, porém apto para passar para o próximo nível
- C – Regular, necessário mais algumas aulas para ser considerado apto
- D – Fraco, intensificar exercícios para o desenvolvimento desse fundamento.

