



## PLANO DE TRABALHO

### 1. IDENTIFICAÇÃO DA ENTIDADE

Nome da OSC: <b>INSTITUTO A33</b>		
Nome Fantasia: <b>INSTITUTO A33</b>		
CNPJ: <b>50.477.669/0001-47</b>	Endereço: <b>SAANQCLQUADRA03LOTE75BLOCO BSALA218Ed.BussinessCenter</b>	
Complemento: Bairro/Cidade: <b>SIA/Brasília-DF</b>		CEP: <b>70632-300</b>
Telefone Fixo: -	Telefone Celular: <b>6198518-5779</b>	
E-mail: <b>contato@institutoa33.org.br/ institutoa33@gmail.com</b>	Site/Redes Sociais: <b>institutoa33.org.br/@instituto.a33</b>	
Responsável da OSC (Dirigente): <b>ABRAÃO HILDO DE CARVALHO</b>		
CPF: <b>979.203.201-00</b>	RG/Órgão Expedidor: <b>1.908.930 SSP-DF</b>	
Endereço do Dirigente: <b>Quadra 14 Rual Casa 12- Condomínio Acácias Jardim Botânico- Brasília-DF</b>	CEP: <b>71.687-712</b>	Telefone do Dirigente: <b>61 99661-6722</b>

### 1.1 ACOMPANHAMENTO DA PARCERIA

Responsável pelo acompanhamento da parceria: <b>ABRAÃO HILDO DE CARVALHO</b>		
Função na parceria: <b>DIRETOR EXECUTIVO</b>		
RG: <b>1.908.930</b>	Órgão Expedidor: <b>SSP-DF</b>	CPF: <b>979.203.201-00</b>
Telefone Fixo: -	Telefone Celular: <b>6199661-6722</b>	
E-Mail do Responsável: <b>abraao-hildo@hotmail.com</b>		

### 1.2 HISTÓRICO DO PROPONENTE



INSTITUTO A33, pessoa jurídica de direito privado, sob a forma de associação civil com duração indeterminada, sem fins lucrativos e com fins econômicos, com a promoção gratuita da saúde, educação, serviços culturais, Produção e promoção de eventos esportivos, sem finalidade política ou religiosa regida por estatuto e pelas demais disposições legais em seus termos do inciso VII, artigo 5º da Constituição Federal. Nestes termos, em 21 de janeiro de 1994, com sede em Brasília-DF. O INSTITUTO A33 foi criado em 1994, por um grupo de profissionais de futebol, que trabalham com programas sociais junto à comunidade do DF, desenvolvendo projetos sociais buscando a integração e assistência social, a educação complementar e a formação dos cidadãos solidários e conscientes de seus deveres e direitos assim como a recuperação de valores individuais, familiares e sociais.

Em parceria com outras instituições o INSTITUTO A33, atende a comunidade e em situação de vulnerabilidade social com atendimento dos projetos:

**1. Escola Futebol Real Brazlândia –**

parceria nos anos de 1997 a 2000, onde foram atendidos cerca **1.000 beneficiados**, o objeto da parceria, voltados às práticas desportivas promovendo aulas de futebol de campo para adolescentes com idade de 15 a 17 anos de idade, com plena capacidade técnica, física e operacional para o desenvolvimento do projeto.

**2. Escola Futebol Clube Brazlândia –** nos anos de 2011 a

2020, onde foram atendidos cerca **3.000 beneficiados**, o projeto, visa disseminar as práticas desportivas promovendo aulas de futebol de campo para crianças e adolescentes com idade de 5 a 17 anos de idade, além do desenvolvimento educacional e social da juventude carente.

**3. Instituto Bombeiros de Responsabilidade Social (IBRES) –**

parceria no Projeto Desenvolvimento do Esporte em Brazlândia, com período de vigência de 30/12/2021

a30/04/2022, onde foram Beneficiados: 5.509 pessoas, sendo atendidas (1.522) um mil quinhentos e vinte e dois beneficiários de forma direta e (3.987) três mil novecentos e oitenta e sete de forma indireta.

**4. Termo de Fomento nº 65/2023 - Projeto Restituindo Vidas – PREV** – Celebrado com a Secretaria de Estado de Esporte e Lazer do Distrito Federal e o Instituto A33, com objetivo de apoio à realização de escolas de futebol e futsal, onde estão sendo atendidos cerca de **450** beneficiados, sendo 150 (cento e cinquenta) beneficiários de forma direta e 300 (trezentos) de forma indireta.

**5. Termo de Fomento (MROSC) nº 77/2023 - Projeto Futebol para Todos (ProFut)** – Celebrado com a Secretaria de Estado de Esporte e Lazer do Distrito Federal e o Instituto A33, com objetivo de apoio à realização de escolas de futebol e futsal, onde estão sendo atendidos cerca de 3.915 pessoas, sendo 1.305 (um mil trezentos e cinco) beneficiários de forma direta e 2.610 (dois mil seiscentos e dez) de forma indireta.

## 2. DESCRIÇÃO DO PROJETO

<b>Nome do Projeto:</b> Projeto de Promoção da Atividade Física, Qualidade de Vida e Resistência Muscular Para Adultos - PAQMI	
<b>LOCAL DE REALIZAÇÃO:</b> O projeto será realizado em 3 núcleos, são eles: <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>NÚCLEO 1:</b> CNL 01, lote A, A/E CECOM Mozart Parada, Taguatinga Norte - Brasília-DF - CEP: 72150-100 - Telefone: (61) 3336-1960.</li><li>• <b>NÚCLEO 2:</b> EQNM 05/07, Área Especial - Ceilândia Sul - CEP: 70310-500 - Telefone: (61) 3373-5059.</li><li>• <b>NÚCLEO 3:</b> St. P EQNP 10/14 - Ceilândia, Brasília - DF, 72231-505 - Telefone: (61) 3376-7512.</li></ul>	
<b>Período de execução:</b>	08/04/2024 a 08/10/2024
<b>Período de realização do Evento:</b>	08/04/2024 a 08/10/2024
<b>Enquadramento:</b> (X) participação ( ) educacional ( ) rendimento	

<b>PrevisãodebeneficiáriosDIRETOS:300</b>
<b>PrevisãodepúblicoINDIRETO:600</b>
<b>PrevisãodebeneficiáriosDIRETOSepúblicoINDIRETO:900</b>
<b>ValorTotaldoProjeto:R\$803.305,18</b> (oitocentos e três mil trezentos e cinco reais e dezoito centavos).
<b>ValorTotaldoTermodeFomento:R\$797.485,18</b> (setecentos e noventa e sete mil quatrocentos e oitenta e cinco reais e dezoito centavos).
<b>e-mail para liberação da assinatura do Termo de Fomento:</b> <a href="mailto:contato@institutoa33.org.br">contato@institutoa33.org.br</a>

## 2.1 OBJETODAPARCERIA

Realizar oProjeto**Promoção da Atividade Física, Qualidade de Vida e Resistência Muscular Para Adultos (PAQMI)**.

## 2.2 APRESENTAÇÃO DO PROJETO

O PROJETO**PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA, QUALIDADE DE VIDA E RESISTÊNCIA MUSCULAR PARA ADULTOS (PAQMI)**, é uma iniciativa do Instituto A33 em parceria com a Secretaria de Estado de Esporte e Lazer – SEL, e tem como objetivos secundários fomentar nas regiões administrativas de Taguatinga-DF e de Ceilândia-DF, a prática de atividades física e esporte para adultos, por meio de aulas de ginástica, pilates e natação, tendo como intuito fortalecer, motivar e promover um estilo de vida ativo e saudável. Acreditamos que este projeto irá proporcionar melhora da qualidade de vida, do sono, das relações pessoais, além de promover um estilo de vida mais saudável para aqueles que participarem do mesmo.

### 2.3 JUSTIFICATIVA DO PROJETO

O projeto **PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA, QUALIDADE DE VIDA E RESISTÊNCIA MUSCULAR PARA ADULTOS (PAQMI)**, conta com diversas modalidades esportivas que sabidamente promovem a saúde, a melhoria do condicionamento físico e a aptidão cardiorrespiratória. Desta maneira, observa-se a necessidade de fomentar a prática esportiva, por meio de aulas e competições que irão proporcionar a população uma melhor qualidade de vida, promover saúde mental e física, acrescido do compartilhamento de vivências.

O projeto apresentado tem como iniciativa nobre, proporcionar interação entre a sociedade envolvendo participantes provenientes de diversas localidades do DF. A troca de experiências geradas a partir deste projeto será inspiradora e irá gerar conhecimento para todos os participantes o que irá possibilitar a valorização da vida e o enriquecimento individual. Este projeto também irá contribuir para o desenvolvimento físico, mental, social, intelectual dos participantes, além de, afastar das drogas, bebidas e da marginalidade.

Além disso, este projeto irá contribuir com a diminuição da inatividade física e do sedentarismo entre os moradores do Distrito Federal. De acordo com a Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico (Vigitel, 2023), 52,4% dos habitantes do DF não realizam a quantidade de atividade física necessária para a manutenção da saúde, ou seja, não acumulam os 150 minutos de atividade física semanal preconizado pela Organização Mundial de saúde. Desta maneira, o presente projeto irá contribuir com a diminuição deste quadro, o que conseqüentemente promoverá saúde e a longo prazo a diminuição do número de pessoas com diabetes tipo 2, hipertensão e obesidade. Sabe-se que todas estas doenças causam um prejuízo enorme para os cofres públicos pois, os medicamentos para combater elas são disponibilizados de forma gratuita para a população.

Neste contexto de inatividade física, maior atenção deve ser dada as políticas públicas de promoção da saúde a população adulta. Nos últimos 25 anos, tem sido observado um baixo investimento em programas/escolas de natação e ginástica que tenham como objetivo promover saúde para a população do DF. Uma das características que acompanha a inatividade física é o surgimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs) e doenças psicológicas.

Além das DCNTs outras doenças podem surgir o que consequentemente irá sobrecarregar o sistema de saúde público do Governo do Distrito Federal pois, serão mais pessoas necessitando de remédios para diabetes, hipertensão e outras doenças mais. Portanto, o assunto é sério e precisamos investir em prevenção. Para evitarmos o surgimento de indesejadas doenças é necessário desenvolver uma boa aptidão cardiorrespiratória, força, flexibilidade, dentre outras funções fisiológicas que deverão ser desenvolvidas para garantir uma vida saudável. Desta forma, o presente projeto se propõe através da prática de natação, pilates e ginástica, proporcionar hábitos de vida saudáveis para os adultos do Distrito Federal.

Por fim, acreditamos que o presente projeto visa promover a educação em saúde através de rodas de conversas referente a saúde e a manutenção da aptidão física, por meio da natação, pilates e da ginástica, de modo a estimular a confiança, autoestima e saúde mental, resultando assim no fortalecimento individual. O projeto proporcionará aos alunos saúde e disposição, através da prática de natação, pilates e de ginástica, objetivando também maior entretenimento e lazer durante o seu dia a dia, oportunidade que possibilitará a criação de vínculos e estreitamento de laços comunitários.

## **2.4 OBJETIVO GERAL**

Realizaro**PROJETOPROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA, QUALIDADE DE VIDA E RESISTÊNCIA MUSCULAR PARA ADULTOS(PAQMI)**,através de aulas de ginástica, pilates e natação para a população de adultos, com o intuito de promover o fortalecimento muscular, a agilidade, o equilíbrio, a potência e a saúde mental.

#### **2.4.1 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Promover aulas de natação aos participantes, proporcionando assim uma maior interação social;
- Promover aulas de pilates e de ginástica para os participantes;
- Prescrever exercícios seguros e adequados levando em consideração as particularidades de cada aluno;
- Fortalecer os laços entre os participantes, a comunidade e a família, através das aulas e rodas de conversas.
- Proporcionar autonomia, independência e capacidade para realizar os exercícios aprendidos sem depender de ajuda de terceiros;
- Promover a adoção de hábitos saudáveis entre os participantes;
- Promover a participação de todos os inscritos no projeto sem discriminação de raça, classes sociais, religião, cor e cultura;
- Promover o maior envolvimento da sociedade e a democratização das ações de promoção da saúde, por intermédio da prática de ginástica e natação.



*M. P. M.*

## 2.5 METAS QUANTITATIVAS E QUALITATIVAS E INDICADORES DE MONITORAMENTO/CUMPRIMENTO DAS METAS

<b>Metas (Qualitativas)</b>	<b>Indicador</b>	<b>Parâmetro(s) para aferição de cumprimento das Metas</b>
Promover o desenvolvimento físico, emocional e social dos participantes por meio da prática esportiva, visando melhorar sua qualidade de vida e bem-estar.	Quadro de saúde dos participantes	Realizar entrevistas individuais através do questionário PAR-Q com os participantes antes do projeto para avaliar seu quadro de saúde.
Estimular o interesse dos participantes pelas práticas de atividade física regulares, incentivando a frequência às aulas das modalidades oferecidas.	Frequência às aulas das modalidades	Manter um registro de presença nas aulas para cada participante em cada modalidade.
Avaliar a satisfação e o feedback dos participantes, buscando identificar áreas de melhoria e oportunidades de crescimento para o projeto.	Satisfação e feedback dos participantes	Realizar pesquisas de satisfação online ou presenciais com os participantes para avaliar sua satisfação com o projeto e coletar feedback sobre possíveis melhorias.



*M. P. V. V.*

<p>Estabelecer vínculos positivos entre os participantes e os instrutores, promovendo a integração e o senso de comunidade na prática esportiva.</p>	<p>Relacionamentos interpessoais</p>	<p>Realizar grupos focais para avaliar as relações desenvolvidas entre os participantes e os instrutores. Relatório do grupo focal.</p>
--	--------------------------------------	---

<p><b>Metas (Quantitativas)</b></p>	<p><b>Indicador</b></p>	<p><b>Parâmetro(s) para aferição de cumprimento das Metas</b></p>
<p>Planejamento, estruturação e execução do projeto. A equipe de RH é composta por 4 pessoas. A equipe técnica é composta por 9 pessoas.</p>	<p>Contratação de Prestadores de Serviços (Equipe gerencial - Recursos Humanos) Equipe técnica especializada</p>	<p>- Registro fotográfico; - Notas fiscais.</p>
<p>Contratação e aquisição de materiais esportivos, no total serão contratados e adquiridos 40 itens.</p>	<p>Material esportivo individual Material esportivo coletivo (treino) Infraestrutura Material impresso</p>	<p>- Registro fotográfico; - Notas fiscais.</p>
<p>Aquisição e entrega de 23.400 kits lanches para todos os participantes do projeto como descrito na planilha</p>	<p>Alimentação</p>	<p>- Registro fotográfico; - Notas fiscais.</p>



*M. P. M. M.*

de custos.		
Contratação de serviço especializado em publicidade. Serão contratados 5 profissionais especializados para executarem os serviços necessários.	Contratação de serviços publicitários e divulgação Equipe técnica de assessoramento	- Registro fotográfico; - Notas fiscais.
Atender o público, sendo 90% de sexo feminino e 10% do sexo masculino no projeto de Promoção da Atividade Física, Qualidade de Vida e Resistência Muscular Para Adultos – PAQMI.	Ficha de inscrição.	- Fichas de inscrição; - Registro fotográfico; - Questionário de Prontidão para Atividade Física (PAR-Q).
Atender o público, sendo 90% de sexo feminino e 10% do sexo masculino no projeto de Promoção da Atividade Física, Qualidade de Vida e Resistência Muscular Para Adultos – PAQMI.	Ficha de inscrição.	- Fichas de inscrição; - Registro fotográfico; - Questionário de Prontidão para Atividade Física (PAR-Q).
Atender o público, sendo 90% de sexo feminino e 10% do sexo masculino no projeto de Promoção da Atividade Física, Qualidade de Vida e Resistência Muscular Para Adultos – PAQMI.	Ficha de inscrição.	- Fichas de inscrição; - Registro fotográfico; - Questionário de Prontidão para Atividade Física (PAR-Q).



*M. P. M.*

## 2.6 CRONOGRAMA DETALHADO DE ATIVIDADES DO PROJETO

### 2.6.1 Núcleo 1

<b>Nome do Evento:</b>	<b>Projeto promoção da atividade física, qualidade de vida e resistência muscular para adultos (PAQMI)</b>		
<b>Descrição/Etapa:</b>	Núcleo 1 –Natação Master		
<b>Data das aulas:</b>	08/04/2024 a 08/10/2024	<b>Turno:</b>	Matutino/Vespertino
<b>Período Custeado pelo Fomento:</b>	08/04/2024 a 08/10/2024	<b>Turno:</b>	Matutino/Vespertino
<b>Local:</b>	CNL 01, lote A, A/E CECOM Mozart Parada, Taguatinga Norte - Brasília-DF - CEP: 72150-100		
<b>Espaços Físicos Disponíveis:</b>	<input type="checkbox"/> Quadra Poliesportiva	<input type="checkbox"/> Praça	
	<input checked="" type="checkbox"/> Pátio	<input checked="" type="checkbox"/> Piscina	
	<input type="checkbox"/> Ginásio	<input type="checkbox"/> Clube	
	<input checked="" type="checkbox"/> Espaço Privado Qual? <u>Tenda</u>	<input type="checkbox"/> Outro Qual? <u>Piscina</u>	
<b>Quantidade de participantes neste evento</b>			
<b>Participantes diretos: 100</b> É composto por adultos que habitam a área onde irá ocorrer as aulas e o entorno dela.	<b>Participantes Indiretos: 200</b> O público indireto é composto por familiares e amigos que participaram e acompanharam o projeto, pelos professores e por aqueles que seguem as redes sociais do Instituto A33 (site/instagram/whatsapp e etc.)		



*M. P. V.*

Quanto à abrangência (origem dos participantes)		
<input type="checkbox"/> Local		
<input checked="" type="checkbox"/> Regional		
<input type="checkbox"/> Nacional		
Faixa etária	Modalidade/Data/Turno	Qtd.
<input checked="" type="checkbox"/> Adultos	Natação / 08 de abril à 08 de outubro de 2024 / Matutino e Vespertino	<b>100</b>
<input type="checkbox"/> Pessoas com deficiência e/ou portadoras de necessidades especiais (limitação física, mental, sensorial ou múltipla)	-	-
<input type="checkbox"/> Crianças/Adolescentes	-	-
Inscrição dos participantes		
<input type="checkbox"/> Escolas		
<input type="checkbox"/> Em centros comunitários		
<input checked="" type="checkbox"/> Nas etapas		
<input type="checkbox"/> Na sede de entidades parceiras		
<input checked="" type="checkbox"/> Pela internet. Especifique: <a href="https://institutoa33.org.br/">https://institutoa33.org.br/</a>		
<input type="checkbox"/> Outros. Especifique: No local de realização das aulas nas determinadas regiões administrativas que irão participar deste projeto e/ou via google forms.		



*M. P. M.*

### 2.6.2 Núcleo 2

<b>Nome do Evento:</b>	<b>Projeto promoção da atividade física, qualidade de vida e resistência muscular para adultos (PAQMI)</b>		
<b>Descrição/Etapa:</b>	Núcleo 2 – Ginástica localizada e pilates		
<b>Data das aulas:</b>	08/04/2024a08/10/2024	<b>Turno:</b>	Matutino/Vespertino
<b>Período Custeado pelo Fomento:</b>	08/04/2024a08/10/2024	<b>Turno:</b>	Matutino/Vespertino
<b>Local:</b>	EQNM 05/07, Área Especial - Ceilândia Sul CEP: 70310-500		
<b>Espaços Físicos Disponíveis:</b>	<input type="checkbox"/> Quadra Poliesportiva	<input type="checkbox"/> Praça	
	<input checked="" type="checkbox"/> Pátio	<input type="checkbox"/> Piscina	
	<input type="checkbox"/> Ginásio	<input type="checkbox"/> Clube	
	<input checked="" type="checkbox"/> Espaço PrivadoQual? <u>Tenda</u>	<input type="checkbox"/> OutroQual? <u>Pátio</u>	
<b>Quantidade de participantes neste evento</b>			
<b>Participantes diretos: 100</b> É composto por adultos que habitam a área ou o entorno de onde irão ocorrer as aulas.	<b>Participantes Indiretos: 200</b> O público indireto é composto por familiares e amigos que participaram e acompanharam o projeto, pelos professores e por aqueles que seguem as redes sociais do Instituto A33 (site/instagram/whatsapp e etc.)		
<b>Quanto à abrangência (origem dos participantes)</b>			
<input type="checkbox"/> Local			
<input checked="" type="checkbox"/> Regional			
<input type="checkbox"/> Nacional			



*M. P. M. M.*

Faixa etária	Modalidade/Data/Turno	Qtd.
<input checked="" type="checkbox"/> Adultos	Ginástica localizada e pilates / 08 de abril à 08 de outubro de 2024 / Matutino e Vespertino	<b>100</b>
<input type="checkbox"/> Pessoas com deficiência e/ou portadoras de necessidades especiais (limitação física, mental, sensorial ou múltipla)	-	-
<input type="checkbox"/> Crianças/Adolescentes	-	-
<b>Inscrição dos participantes</b>		
<input type="checkbox"/> Escolas		
<input type="checkbox"/> Em centros comunitários		
<input checked="" type="checkbox"/> Nas etapas		
<input type="checkbox"/> Na sede de entidades parceiras		
<input checked="" type="checkbox"/> Pela internet. Especifique: <a href="https://institutoa33.org.br/">https://institutoa33.org.br/</a>		
<input type="checkbox"/> Outros. Especifique: No local de realização das aulas nas determinadas regiões administrativas que irão participar deste projeto e/ou via google forms.		



*M. P. M.*

### 2.6.3 Núcleo 3

<b>Nome do Evento:</b>		<b>Projeto promoção da atividade física, qualidade de vida e resistência muscular para adultos (PAQMI)</b>	
<b>Descrição/Etapa:</b>		Núcleo3 – Ginástica localizada e pilates	
<b>Data das aulas:</b>	08/04/2024a08/10/2024	<b>Turno:</b>	Matutino/Vespertino
<b>Período Custeado pelo Fomento:</b>	08/04/2024a08/10/2024	<b>Turno:</b>	Matutino/Vespertino
<b>Local:</b>	St. P EQNP 10/14 - Ceilândia, Brasília - DF, 72231-505		
<b>Espaços Físicos Disponíveis:</b>	<input type="checkbox"/> Quadra Poliesportiva		<input type="checkbox"/> Praça
	<input checked="" type="checkbox"/> Pátio		<input type="checkbox"/> Piscina
	<input type="checkbox"/> Ginásio		<input type="checkbox"/> Clube
	<input checked="" type="checkbox"/> Espaço Privado		<input type="checkbox"/> Outro
	Qual? <u>Tenda</u>		Qual? <u>Pátio</u>
<b>Quantidade de participantes neste evento</b>			
<b>Participantes diretos: 100</b> É composto por adultos que habitam a área ou o entorno de onde irão ocorrer as aulas.	<b>Participantes Indiretos: 200</b> O público indireto é composto por familiares e amigos que participaram e acompanharam o projeto, pelos professores e por aqueles que seguem as redes sociais do Instituto A33 (site/instagram/whatsapp e etc.)		
<b>Quanto à abrangência (origem dos participantes)</b>			
<input type="checkbox"/> Local			
<input checked="" type="checkbox"/> Regional			



*M. P. V. V.*

<input type="checkbox"/> Nacional		
<b>Faixa etária</b>	<b>Modalidade/Data/Turno</b>	<b>Qtd.</b>
<input checked="" type="checkbox"/> Adultos	Ginástica localizada e pilates / 08 de abril à 08 de outubro de 2024 / Matutino e Vespertino	<b>100</b>
<input type="checkbox"/> Pessoas com deficiência e/ou portadoras de necessidades especiais (limitação física, mental, sensorial ou múltipla)	-	-
<input type="checkbox"/> Crianças/Adolescentes	-	-
<b>Inscrição dos participantes</b>		
<input type="checkbox"/> Escolas		
<input type="checkbox"/> Em centros comunitários		
<input checked="" type="checkbox"/> Nas etapas		
<input type="checkbox"/> Na sede de entidades parceiras		
<input checked="" type="checkbox"/> Pela internet. Especifique: <a href="https://institutoa33.org.br/">https://institutoa33.org.br/</a>		
<input type="checkbox"/> Outros. Especifique: No local de realização das aulas nas determinadas regiões administrativas que irão participar deste projeto e/ou via google forms.		

## **2.7 FORMA DE EXECUÇÃO DAS ATIVIDADES OU PROJETOS (METODOLOGIA)**

A divulgação do projeto será realizada através de banners e backdrops instalados em locais estratégicos nas Regiões Administrativas de Taguatinga-DF e de Ceilândia-DF e nas redes sociais do Instituto A33, a partir do dia 08 de abril de 2024. Nos seguintes endereços:

- Núcleo 1 - CNL 01, lote A, A/E CECOM Mozart Parada, Taguatinga Norte - Brasília-DF - CEP: 72150-100
- Núcleo 2 - EQNM 05/07, Área Especial - Ceilândia Sul CEP: 70310-500
- Núcleo 3 - St. P EQNP 10/14 - Ceilândia, Brasília - DF, 72231-505

Associado a fase de divulgação, será dado início as inscrições dos participantes no dia 08/04/2024 via link do google forms, a saber: <https://forms.gle/ziDFw8hdoJBp5ayD7>. As inscrições serão finalizadas assim que atingirmos o número dtotal de vagas previstas. Além disso, as inscrições poderão ser realizadas de forma presencial no local onde irão ocorrer as aulas, são eles: Taguatinga-DF (CNL 01, lote A, A/E CECOM Mozart Parada, Taguatinga Norte - Brasília-DF - CEP: 72150-100), Ceilândia-DF (EQNM 05/07, Área Especial - Ceilândia Sul CEP: 70310-500) e Ceilândia-DF (St. P EQNP 10/14 - Ceilândia, Brasília - DF, 72231-505).

As aulas terão início no dia 08/04/2024 e o encerramento ocorrerá no dia 08/10/2024. Esse projeto fornecerá aulas coletivas e materiais individuais e coletivos visando promover um estilo de vida saudável para a população de adultos contempladas com o presente projeto. Além disso, serão realizadas rodas de conversa para discutirmos a adoção de hábitos saudáveis e o impacto deles na saúde mental, no bem-estar físico e na capacidade para desempenhar as atividades do dia a dia.

As aulas coletivas de natação master (Taguatinga-DF), ginástica

localizada e pilates (Ceilândia-DF) serão realizadas as segunda, quarta, sexta-feira e aos sábados, com os materiais destinados ao projeto. Para ministrar as aulas serão contratados profissionais de educação física devidamente registrados no conselho regional de educação física o CREF7, e que tenham experiência no atendimento do presente público. As aulas serão ofertadas 4 vezes por semana e terão duração de uma hora cada. No núcleo 1 serão oferecidas aulas de natação para todos os inscritos e nos núcleos 2 e 3 serão oferecidas aulas de ginástica localizada e pilates para os inscritos. Além disso, uma vez por mês serão realizadas caminhadas e rodas de conversa com os participantes do projeto em todos os três núcleos. As rodas de conversas serão realizadas na última sexta-feira de cada mês de execução do projeto.

Desta maneira, o presente projeto irá oportunizar a melhoria e manutenção dos níveis adequados de saúde aos participantes, por meio da prática de atividade física e do esporte. Tais atividades serão comprovadas mediante a produção de relatórios, fotos, lista de presença e a produção do relatório de execução do objeto.

Com o objetivo de prevenir lesões osteomusculares e/ou eventos cardiovasculares indesejados durante as aulas, será exigido que o profissional de educação física responsável por ministrar as aulas realize uma anamnese com cada inscrito no projeto para investigar a existência de doenças crônicas não-transmissíveis (DCNTs), cardiovasculares, osteomusculares e outras comorbidades. Anteriormente ao início das aulas todos os inscritos irão preencher o questionário de Prontidão para Atividade Física (PAR-Q), que tem como objetivo identificar a necessidade de avaliação clínica antes do início da prática esportiva. O inscrito que apresentar qualquer alteração de acordo com o questionário será orientado a realizar uma avaliação clínica e médica. O PAR-Q é composto por 7 perguntas, sendo que as respostas são dicotômicas (sim ou não), caso a resposta seja sim para ao menos uma das 7 perguntas é aconselhável que o respondente procure um médico para um exame clínico afim de atestar a prontidão e capacidade para realizar atividades físicas sem colocar

em risco a própria vida.

Além das aulas, o projeto ofertará UM kit de materiais individuais para cada inscrito, serão compostos de: 1 (uma) mochila saco, 1 (uma) garrafa de água – squeeze, 1 (uma) viseira, 1 (uma) camiseta e 1 (uma) toalha de rosto. Para os inscritos nas aulas de natação os kits serão compostos por 1 (um) óculos de natação, 1 (uma) mochila saco, 1 (uma) touca, 1 (uma) camiseta, 1 (uma) garrafa de água – squeeze e 1 (um) maiô ou sunga. Já o material coletivo serão os halteres de 2kg, barrão de 1,2MT, prancha de natação, conchonete EVA, faixa thera-band, extensor de tórax, extensor de braço e bastão de apoio. Ressaltamos que estes materiais são necessários para o bom desenvolvimento das aulas. O projeto primará pela aquisição dos materiais com a melhor qualidade e preço de mercado conforme especificações de cada produto a ser adquirido.

O projeto oferecerá aulas as segunda, quarta, sexta-feira e aos sábados para um total de 300 participantes, através da criação de 2 turmas de 50 alunos cada por núcleo, ou seja, 2 turmas nonúcleo 1, 2 turmas nonúcleo 2 e 2 turmas nonúcleo 3. As aulas terão duração de 60 minutos e serão realizadas em ambos os turnos: matutino e vespertino. O professor será responsável por ministrar as aulas com auxílio do monitor. Ressaltamos ainda, que uma vez por mês às sextas-feiras, serão destinadas à um aulão com duração de 2 horas que contará com a participação de todos os inscritos no projeto, o intuito dessa iniciativa é estreitar e fortalecer os laços entre todos os participantes.

Além disso, durante as aulas será fornecido um kitlanche a todos os participantes durante as aulas e após as aulas serão realizadas reuniões com toda a equipe técnica e pedagógica envolvida no projeto, a fim de detectar os pontos de excelência e os que necessitam de melhorias. Abaixo segue o cronograma contendo dia e horários das aulas.

<b>NÚCLEO 1 – Natação Master</b>
----------------------------------

	<b>Segunda</b>	<b>Terça</b>	<b>Quarta</b>	<b>Quinta</b>	<b>Sexta</b>	<b>Sábado</b>
<b>08hs–10hs</b>	Turma 1 Adultos Natação Iniciante		Turma 1 Adultos Natação Iniciante		Aulão de caminhada com as turmas 1 e 2	Turma 1 Adultos Natação Iniciante
<b>16hs–18hs</b>	Turma 2 Adultos Natação Avançado		Turma 2 Adultos Natação Avançado		Coordenação pedagógica	Turma 2 Adultos Natação Avançado
<b>NÚCLEO 2 - GINÁSTICA E PILATES</b>						
	<b>Segunda</b>	<b>Terça</b>	<b>Quarta</b>	<b>Quinta</b>	<b>Sexta</b>	<b>Sábado</b>
<b>08hs–10hs</b>	Turma 3 Adultos Ginástica Iniciante		Turma 3 Adultos Ginástica Iniciante		Aulão de caminhada com as turmas 3 e 4	Turma 3 Adultos Ginástica Iniciante
<b>16hs–18hs</b>	Turma 4 Adultos Ginástica Avançado		Turma 4 Adultos Ginástica Avançado		Coordenação pedagógica	Turma 4 Adultos Ginástica Avançado
<b>NÚCLEO 3 – GINÁSTICA E PILATES</b>						
	<b>Segunda</b>	<b>Terça</b>	<b>Quarta</b>	<b>Quinta</b>	<b>Sexta</b>	<b>Sábado</b>
<b>08hs–10hs</b>	Turma 5 Adultos Ginástica Iniciante		Turma 5 Adultos Ginástica Iniciante		Aulão de caminhada com as turmas 5 e 6	
<b>16hs–18hs</b>	Turma 6 Adultos Ginástica		Turma 6 Adultos Ginástica		Coordenação pedagógica	

	Avançado		Avançado			
--	----------	--	----------	--	--	--

Figura 1. Cronograma das aulas por núcleo.

A forma de execução das aulas ficará a critério do profissional formado em educação física, no entanto, o mesmo deverá construir seu planejamento de aula tendo como base textos científicos e diretrizes de órgãos de renome como a Organização Mundial de Saúde - OMS, para garantir a qualidade e efetividade das aulas. As modalidades ginástica, pilates e natação são caracterizadas pela execução de movimentos específicos e generalizados, que envolvam o recrutamento de grupamentos musculares que sabidamente são importantes para a manutenção do equilíbrio, da agilidade, da potência, que são sabidamente reconhecidos como constructos da aptidão física para a saúde.

O sistema de monitoramento do projeto será realizado através da avaliação do serviço prestado, por meio de pesquisa de satisfação, a fim de verificar se os objetivos do Instituto A33 estão sendo atingidos. Além das reuniões em equipe que permitirão detectar os pontos de excelência e o que necessitam serem melhorados. A pesquisa de satisfação pode ser acessada e respondida através do link: <https://forms.gle/3j7QYoDnTVbajvWS8>.

Vale ressaltar que o Instituto A33 se compromete em desenvolver atividades informativas durante as aulas que serão ministrada por profissionais qualificados. A divulgação da informações será realizada de maneira prévia durante as aulas, no site e nas redes sociais do Instituto A33. Como dizia Rubem Alves, “ensinar é um exercício de imortalidade”, logo, ensinar possui fim em si mesmo, sendo assim, fica como legado aos beneficiários, o conhecimento compartilhado por meio da aulas que será promovida pelo Instituto A33.

Esta OSC entende ser terminantemente proibida a inclusão de logomarcas de patrocínios diversos à logomarca da Secretaria de Estado de Esporte e Lazer – SEL, em todo e qualquer material adquirido com recursos advindos do Termo

de Fomento, sobpena de sofrer a glosa total dos valores referentes aos itens adquiridos em descumprimento a esta determinação.

O acompanhamento de todas as etapas do projeto pode ser realizado via o seguinte endereço eletrônico:  
[https://drive.google.com/drive/folders/1\\_Nt7lj0PgRMU3PSYs6om4SNfKVQX\\_yUH?usp=sharing](https://drive.google.com/drive/folders/1_Nt7lj0PgRMU3PSYs6om4SNfKVQX_yUH?usp=sharing).

## 2.7.1 METODOLOGIA DAS AULAS

### NATAÇÃO MASTER

A natação é uma atividade física baseada na capacidade humana de se locomover na água (nadar). A natação é um dos esportes mais praticados em todo o mundo, não apenas melhorando o condicionamento físico, mas também oferecendo diversos benefícios para a saúde. Por essas razões, a natação é indicada para pessoas de todas as idades.

A natação é reconhecida por especialistas em saúde como uma das atividades mais completas e benéficas para a saúde. A natação trabalha diversos músculos dos membros superiores e inferiores. Além disso, devido às propriedades físicas da água na piscina, o peso do corpo fica reduzido, o que minimiza o impacto nas articulações em comparação com outras atividades, e, conseqüentemente, reduz consideravelmente o risco de lesões.

A natação é um exercício muito indicado para pessoas com problemas relacionados ao sistema cardiorrespiratório. Como os praticantes não conseguem respirar debaixo da água, eles devem aprender a controlar a respiração. Conseqüentemente, a natação ajuda a melhorar a capacidade pulmonar, regular os batimentos cardíacos e a pressão arterial dos

praticantes. Abaixo segue a descrição das atividades:

Turma	Dias da semana	Turno	Horário	Descrição da atividade
01	Terça e quinta-feira	Matutino	08h00 às 10h00	<p>Desenvolver a flutuação, a respiração, os palmateios, a pernada e braçada dos nados crawl e costas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Parte inicial: Alongamento e aquecimento, exemplo: alongamentos para membros superiores e inferiores.</li> <li>• Desenvolvimento da Aula: Praticar exercícios de palmateio, pernada com prancha, braçada com prancha e sem.</li> </ul> <p>Parte final: Volta a calma, atividade realizada para retomar o estado inicial da aula, ou seja, redução da frequência respiratória e cardíaca. Momento em que o professor faz uma avaliação da aula e traz alguma reflexão com os movimentos ensinados.</p>
02	Segunda e quarta-feira	Noturno	08h00 às 10h00	<p>Desenvolver a flutuação, a respiração, os palmateios, a pernada e braçada dos nados peito e borboleta.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Parte inicial: Alongamento e aquecimento, exemplo: alongamentos para membros superiores e inferiores.</li> <li>• Desenvolvimento da Aula: Praticar exercícios de palmateio, pernada</li> </ul>

				<p>com prancha, braçada com prancha e sem.</p> <p>Parte final: Volta a calma, atividade realizada para retomar o estado inicial da aula, ou seja, redução da frequência respiratória e cardíaca. Momento em que o professor faz uma avaliação da aula e traz alguma reflexão com os movimentos ensinados.</p>
--	--	--	--	---

## GINÁSTICA LOCALIZADA E PILATES

A ginástica localizada é um método de condicionamento físico que trabalha grupos musculares específicos. Assim, o objetivo dela é a tonificação dos músculos, aumentando a força e a resistência muscular. Além disso, ocorre uma melhora na função do sistema cardiovascular e a coordenação motora se desenvolve. Essas modalidades serão ofertadas nos Núcleo 2 e 3.

As aulas de ginástica localizada duram de 50 minutos a uma hora. Assim, você gasta muita energia, o que pode ajudar a perder até 500 calorias por aula. Dentre os benefícios associados a prática dessa modalidade podemos citar o fortalecimento do sistema imunológico, a tonificação dos músculos, ajuda a reduzir o estresse, melhora a postura, fortalece os músculos, diminuindo os riscos de lesões, favorece o desenvolvimento pulmonar e cardíaco e melhora a circulação sanguínea. Além disso, ajuda a manter a forma física e pode ser realizada por pessoas de todas as idades. Abaixo segue a descrição das atividades:

Turma	Dias da semana	Turno	Horário	Descrição da atividade
-------	----------------	-------	---------	------------------------

01	Terça e quinta-feira	Matutino	08h00 às 10h00	<p>Desenvolver indicadores de aptidão física, como a agilidade, a força, a resistência, a aptidão cardiorrespiratória e o equilíbrio.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Parte inicial: Alongamento e aquecimento, exemplo: caminhada, alongamentos para membros superiores e inferiores.</li> <li>• Desenvolvimento da Aula: Praticar exercícios de resistência física para grandes grupos musculares, exercícios de equilíbrio e propriocepção.</li> </ul> <p>Parte final: Volta a calma, atividade realizada para retomar o estado inicial da aula, ou seja, redução da frequência respiratória e cardíaca. Momento em que o professor faz uma avaliação da aula e traz alguma reflexão com os movimentos ensinados.</p>
02	Segunda e quarta-feira	Noturno	08h00 às 10h00	<p>Desenvolver indicadores de aptidão física, como a agilidade, a força, a resistência, a aptidão cardiorrespiratória e o equilíbrio.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Parte inicial: Alongamento e aquecimento, exemplo: caminhada, alongamentos para membros superiores e inferiores.</li> <li>• Desenvolvimento da Aula: Praticar exercícios de resistência física para grandes grupos musculares, exercícios de equilíbrio e propriocepção.</li> </ul>

				Parte final: Volta a calma, atividade realizada para retomar o estado inicial da aula, ou seja, redução da frequência respiratória e cardíaca. Momento em que o professor faz uma avaliação da aula e traz alguma reflexão com os movimentos ensinados.
--	--	--	--	---

**Observação:** Os dias e horários das atividades das escolinhas podem ser ajustados conforme necessidade.

Durante as aulas serão necessárias tendas nos núcleos pois, devido a falta de espaço coberto com estrutura metálica ou laje, se faz necessário as tendas para que os inscritos nas atividades tenham um espaço para aguardar o início da aula e fazerem um lanche sem ficarem expostos ao sol em excesso. Além disso, é necessário mesas e cadeiras para que os inscritos possam aguardar sentados e tenham um local com o mínimo de conforto para desfrutarem do lanche que será entregue.

A aquisição dos lanches é necessária e fundamental para os alunos. Segue a memória de cálculo: Memória de Cálculo: 100 Alunos x por semana receberão um total de 300 lanches semanais \* 26,00 semanas de que compreende 6 meses de aula. Serão distribuídos Lanches ( Segunda, quarta e sábado ) dias que as atividades são mais intensas. O total será de 7.800 kit lanches por núcleo, como são 3 núcleo, totalizará 23.400 lanches.

## 2.7.2 METODOLOGIA DAS AQUISIÇÕES

As compras dos materiais necessários para realização das aulas serão

feitas e determinadas pelo melhor custo benefício das empresas orçadas para cada funcionalidade. A contratação da equipe de serviços se dará das seguintes formas:

- As equipes contratadas para prestação de serviço, nos dias dos eventos, deverão participar de um treinamento desenvolvido pela gestão técnica-organizadora, onde será explanado as funções e atribuições inerentes a cada responsável contratado para a realização do evento.
- A equipe prestadora do serviço será treinada pelo período de no máximo 4 horas, não havendo remuneração referente a capacitação.

### **2.7.3 METOLOGIA DAS CONTRATAÇÕES**

Para o bom andamento do projeto serão necessários as seguintes contratações:

- Coordenador Geral de 20 horas, de segunda a sexta-feira, resolver e tomar decisões importantes, gerenciar as operações gerais do projeto e atuar como o ponto central de comunicação entre o operacional e o administrativo;
- Coordenador Financeiro de 20 horas, de segunda a sexta-feira, responsável pelo monitoramento e controle financeiro do projeto de acordo com o cronograma de desembolso e prestação de contas (REF e REO) com apoio da assessoria contábil e coordenador administrativo;
- Coordenador Administrativo de 20 horas, de segunda a sexta-feira. Responsável por coordenar todos os aspectos do projeto em todas as suas etapas para que ele se efetive conforme o planejado. Ele desenvolverá e acompanhará o planejamento, a divulgação, a execução e a entrega dos produtos de todas as etapas do projeto e Emissão de Relatórios de todo período de prestação do serviço;

- Auxiliar Administrativo de 20 horas, de segunda a sexta-feira, atenderá as demandas pedagógicas e administrativas como: inscrições de participantes, atendimento aos pais/responsáveis, controle de frequência e outras atividades na função;
- Assessoria de mídia: Profissional especializado em gerenciar a presença e comunicação do evento em diversos meios, visando maximizar a visibilidade e impacto. Suas funções englobam o relacionamento com a imprensa, desenvolvimento de estratégias de divulgação;
- Designer, profissional responsável pela prestação de serviço para criação, manutenção e atualização do site específico do projeto com alimentação de conteúdos, criação de layouts, artes para banners, projetos, scripts, criação de artes para mídias sociais visando a transparência nas ações executadas durante o projeto;
- Fotógrafo, pessoa jurídica para serviço de cobertura fotográfica para agregar valor visual. Serviço este prestado por empresa que fornecerá profissionais e equipamentos de alta qualidade para entrega de fotos e vídeos a serem utilizados durante a execução do projeto.
- Assessoria Contábil, será um profissional que irá fazer a contabilidade fiscal das notas fiscais de todo o projeto.
- Assessoria jurídica de 20 horas. Irá auxiliar juridicamente em todas as ações do projeto com sua avaliação e pareceres seguros das leis e normas.

## 2.8 EQUIPE DE RH

Função	Qty.	Forma de contratação	Profissional a ser contratado tem vínculo	Profissional da OSC é remunerado ou não?	Carga horária de trabalho	Carga horária que sera destinada
--------	------	----------------------	---	--	---------------------------	----------------------------------

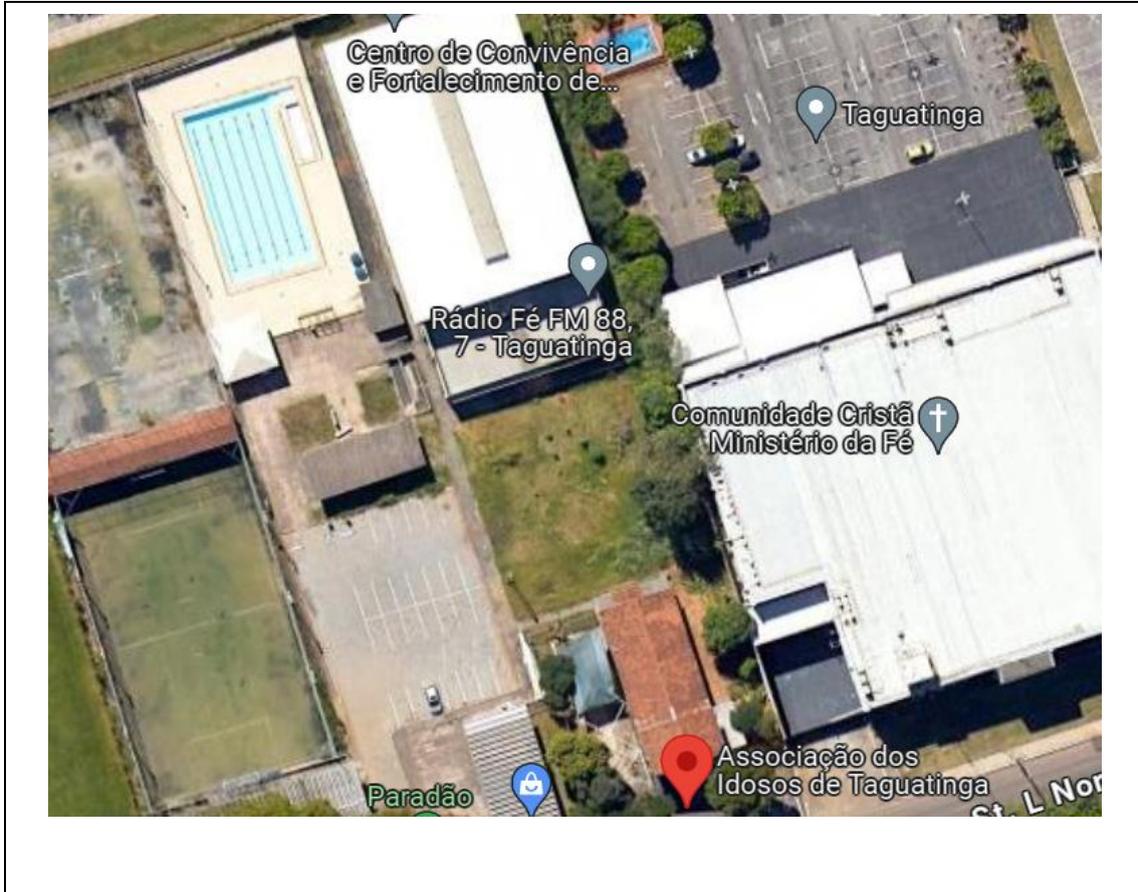
			com a OSC? Qual?		na OSC?	ao projeto
Coordenador geral	01	Nota fiscal	Sim, voluntário	Não	4h diária	20h semanal
Coordenador Financeiro	01	Nota fiscal	Sim, voluntário	Não	4h diária	20h semanal
Coordenador Administrativo	01	Nota fiscal	Sim, voluntário	Não	4h diária	20h semanal
Auxiliar Administrativo	01	Nota fiscal	Sim, voluntário	Não	4h diária	20h semanal

## 2.9 BENEFÍCIOS E IMPACTOS GERADOS AO PÚBLICO PELA PARCERIA

- Incentivo a prática de atividade física aos beneficiados pelo projeto;
- Promoção da educação voltada a saúde e à mobilidade física da pessoa de meia idade e o idoso;
- Proporcionar interação social;
- Promover hábitos de vida saudáveis;
- Diminuição da incidência das doenças crônico não transmissíveis (DCNTs);
- Orientação e prescrição de exercícios seguros e adequados para os participantes do projeto;
- Fortalecimento dos laços entre os alunos, a família, a comunidade e o Instituto A33, através das aulas, rodas de conversa e o evento de encerramento;

Proporcionar as regiões administrativas de Taguatinga-DF e Ceilândia-DF, uma experiência rica e organizada da prática regular de atividade física **CROQUI DO LOCAL DE AULA**

### NÚCLEO 1



*M. P. P. P.*



**CNL 01, lote A, A/E CECON Mozart Parada, Taguatinga Norte - Brasília-  
DF - CEP: 72150-100**

### NÚCLEO 2



### NÚCLEO 3





## 2.10 CONTRAPARTIDA SOCIAL

A contrapartida ofertada será uma caminhada e corrida de encerramento para todos os alunos, portadores de necessidades especiais e a comunidade interessada, moradores de todas as regiões administrativas do DF e todos aqueles interessados. Assim, o Instituto A33 se compromete a desenvolver atividades física através de aulas e aulões (às sexta-feiras) para toda a comunidade bem como a realização de uma caminhada/corrida de encerramento como contrapartida, que será realizada ao final do projeto na data de 28 de setembro de 2024 de 09hs às 12hs. Além disso, será ofertado um aulão de natação (50 inscritos), ginástica e pilates (100 inscritos) para a comunidade e portadores de necessidades especiais, será realizada nos CNL 01, lote A, A/E CECON Mozart Parada, Taguatinga Norte - Brasília-DF - CEP: 72150-100.

A previsão do público participante é de 150 pessoas, a contar os inscritos e a comunidade local. A corrida de encerramento irá ocorrer no NÚCELO1 localizado no endereço: CNL 01, lote A, A/E CECON Mozart Parada, Taguatinga Norte - Brasília-DF - CEP: 72150-100. A OSC ofertará a estrutura necessária para atender estas demandas, inclusive as relacionadas a acessibilidade. O custo total para a realização da contrapartida é de **R\$ 5.820,00** detalhada na planilha de despesas que pode ser acessado no item 5.0.

### 3. CRONOGRAMA DE EXECUÇÃO DO PROJETO

CRONOGRAMA DE EXECUÇÃO			
Programação	Duração		Valor (R\$)
	Início	Término	
Contratação de Gerencial ( RH)	08/04/2024	08/10/2024	63.990,00
Núcleo 1 Natação	08/04/2024	08/10/2024	233.526,00
Núcleo 2 Ginástica	08/04/2024	08/10/2024	218.694,00
Núcleo 3 Ginástica / Pilates	08/04/2024	08/10/2024	218.739,00
Serviço especializado em publicidade	08/04/2024	08/10/2024	62.535,18

### 4. DESEMBOLSO DA ENTIDADE: PAGAMENTO DE RH E DE FORNECEDORES

O desembolso da entidade diz respeito à periodicidade dos pagamentos que serão realizados. Cabe à entidade realizar a gestão das suas contratações visando à correta aplicação de recursos públicos.

Nos casos de projetos continuados (desenvolvimentos acima de 03 meses) é necessário que o pagamento das ações seja mensal, ou por atividade realizada (exemplo: pagamento de arbitragem por jogo; locação de tendas; locação de equipamentos para o projeto).

A aquisição de materiais que visam o desenvolvimento pleno do objeto (material esportivo, lanche, uniforme, etc.) deve ser fracionada, permitindo à OSC a identificação real do quantitativo a ser adquirido.

Para projetos continuados (desenvolvimento de atividades acima de 03

meses) no que compete a contratação de Recursos Humanos a entidade declara ter ciência do disposto no parágrafo 3º e 4º do art. 30 da Portaria 98/2020, a saber:

§ 3º Para a execução da parceria em atividade contínua, as atividades finalísticas da OSC definidas no § 1º, devem ser executadas pessoalmente pela entidade, em caráter “intuitu personae” da relação jurídica, sendo vedada

à subcontratação nesses casos, exceto para serviços acessórios e complementares.

§ 2º Considera-se atividade contínua aquela que ultrapassar três meses de duração.

Quanto a movimentação financeira, ressalta-se que no Decreto nº 37.843 de 13/12/2016, o qual regulamenta a aplicação da MROSC no Distrito Federal, no Artigo 38, estabelece:

Art. 38. A movimentação de recursos da parceria será realizada mediante transferência eletrônica sujeita à identificação do beneficiário final e os pagamentos serão realizados por crédito na conta bancária dos fornecedores e prestadores de serviços, uso de boleto bancário ou cheque nominal.

§ 1º Poderá ser admitida, excepcionalmente, a realização de pagamento em espécie, limitado a R\$ 1.000,00 por operação, quando configurada peculiaridade relativa ao objeto da parceria ou ao território de determinada atividade ou projeto, desde que:

I – haja essa previsão no plano de trabalho aprovado; ou

II – seja conferida autorização em decisão motivada do administrador público, a partir de solicitação formal da organização da sociedade civil.

Marcar as opções abaixo:

(X) Dou ciência do acima informado

(X) Não haverá pagamento em espécie

( ) Haverá pagamento em espécie. Sendo as despesas a seguir:

#### 4.1 CRONOGRAMA DE DESEMBOLSO DA ENTIDADE

Meta	Etapa/Fase	Especificação	Valor (R\$)	Mês
META 1	1.1	Contratação de Prestadores de Serviços (Equipe gerencial - Recursos Humanos)	63.990,00	Abril e Julho/2024
META 2	2.1	Equipe técnica especializada	33.000,00	Abril/2024
	2.2	Material esportivo individual	26.640,00	Abril/2024
	2.3	Material esportivo coletivo (treino)	11.490,00	Abril/2024
	2.4	Alimentação	100.776,00	Abril e Julho/2024
	2.5	Infraestrutura	61.620,00	Abril/2024
META 3	3.1	Equipe técnica especializada	33.000,00	Abril/2024
	3.2	Material esportivo individual	14.308,00	Abril/2024
	3.3	Material esportivo coletivo (treino)	8.990,00	Abril/2024
	3.4	Alimentação	100.776,00	Abril e Julho/2024
	3.5	Infraestrutura	61.620,00	Abril/2024
META 4	4.1	Equipe técnica especializada	33.000,00	Abril/2024
	4.2	Material esportivo individual	14.308,00	Abril/2024
	4.3	Material esportivo coletivo (treino)	9.035,00	Abril/2024
	4.4	Alimentação	100.776,00	Abril e Julho/2024
	4.5	Infraestrutura	61.620,00	Abril/2024
META 5	5.1	Material impresso	1.965,60	Abril/2024
	5.2	Contratação de serviços publicitários e divulgação	38.370,58	Abril/2024
	5.3	Equipe técnica de assessoramento	22.200,00	Abril/2024
<b>VALOR TOTAL DAS METAS</b>			<b>797.485,18</b>	

1° Parcela em Abril – R\$ 614.326,18 2° Parcela em julho – R\$ 183.159,00



## 5. PLANILHA TERMO DE FOMENTO (FONTE DIVERSA DO TERMO DE FOMENTO)

CONTRAPARTIDA SOCIAL					
Descrição detalhada	Unid.	Quant.	Valor Unitário	Valor Total	Fonte de custeio
Aluguel de tenda 10X10m	1	1	R\$ 600,00	R\$ 600,00	Recursos próprios
Aluguel de mesas com 4 cadeiras	1	30	R\$ 14,00	R\$ 420,00	Recursos próprios
Contratação de banda com aluguel de SONORIZAÇÃO: Equipamento de som Locação, através de empresa especializada, de 01 (um) equipamento de som para ambiente externo, inclusos, 01 unidade de mixer, 01 (um) unidade de mesa de som equalizada com 6-8 canais no mínimo, 01 (um) unidade de caixa de som 500W RMS e 02 (dois) unidades de microfones. Diária de 12 (DOZE) horas. Medio Porte	1	1	R\$ 1.800,00	R\$ 1.800,00	Recursos próprios
Buffet de Lanche contendo salgados assados, pão de queijo, frutas da estação, bolos, refrigerantes, sucos e água.	1	1	R\$ 3.000,00	R\$ 3.000,00	Recursos próprios
<b>TOTAL</b>				<b>R\$ 5.820,00</b>	



*M. P. M.*

## 5.1 PLANILHA TERMO DE FOMENTO

ANEXO I – TERMO DE FOMENTO							
PLANILHA TERMO DE FOMENTO (5.1)							
META 1 – PLANEJAMENTO, ESTRUTURAÇÃO E EXECUÇÃO DO PROJETO							
Etapa 1.1 - Contratação de Prestadores de Serviços (Equipe gerencial - Recursos Humanos)							
ITEM	DESCRIÇÃO DETALHADA	UNIDADE DE MEDIDA (diária/mês/mts/serviço/unidade)	QTDE	TOTAL	VALOR UNITÁRIO	VALOR TOTAL	JUSTIFICATIVA PARA AQUISIÇÃO/LOCAÇÃO E MEMÓRIA DE CÁLCULO
1.1.1	<b>(01) Coordenador Geral</b> - Profissional responsável pela coordenação geral do projeto, com experiência na execução eventos.  Qualificação necessária: experiência técnica com a modalidade de esportes.	Mês	6	6	R\$3.500,00	R\$ 21.000,00	Justificativa: Profissional responsável pela organização geral do evento durante as fases da realização do projeto: orientação de equipe, monitoramento das operações para contratação de fornecedores, o pleno andamento dos treinamentos e monitoramento com vistas ao cumprimento da contrapartida)  Memória de Cálculo: 1 profissional * 6 meses (estruturação, evento e pós evento - de 08.04.2024 a 08.10.2024)
1.1.2	<b>(01) Coordenador Financeiro</b> - Profissional com experiência responsável pela gestão financeira da organização, desempenhando um papel	Mês	6	6	R\$3.000,00	R\$ 18.000,00	Justificativa: Profissional que a Preparar relatórios financeiros, supervisionar a área contábil, assegurando a conformidade com normas e regulamentações,



*M. P. V. V.*

	fundamental na tomada de decisões estratégicas relacionadas aos recursos financeiros.						comunicar de forma clara e transparente os resultados financeiros e suas implicações no projeto. Memória de Cálculo: 1 profissional * 6 meses (estruturação, evento e pós evento - de 08.04.2024 a 08.10.2024)
1.1.3	<b>(01) Coordenador Administrativo</b> - Profissional responsável por toda gestão da produção, coordenando e interligando o planejamento, acesso, infraestrutura, operações, acompanhamento e fiscalização dos diversos serviços de apoio, bem como pela produção e execução das atividades.	Mês	6	6	R\$2.700,00	R\$ 16.200,00	Justificativa: Profissional responsável pela coordenação de produção do evento durante as fases da realização do projeto: orientação de equipe, monitoramento das operações para contratação de profissionais e pagamentos do projeto com vistas ao cumprimento das metas Memória de Cálculo: 1 profissional * 6 meses (estruturação, evento e pós evento - de 08.04.2024 a 08.10.2024)
1.1.4	<b>(01) Auxiliar administrativo:</b> responsável por auxiliar os demais profissionais nas atividades administrativas demandadas durante o projeto. 40h semanais	Mês	6	6	R\$1.465,00	R\$ 8.790,00	Justificativa: Profissionais que atuarão diretamente na execução do projeto, nos aspectos administrativos, realizando todo o apoio de ordem material, e controle diretoao alunos, como ficha de inscrição e suporte. Memória de Cálculo: 2 profissionais * 6 meses (estruturação, evento e pós evento - de 08.04.2024 a 08.10.2024)
<b>Valor total da etapa 1.1</b>						<b>R\$ 63.990,00</b>	
<b>VALOR TOTAL DA META 1</b>						<b>R\$ 63.990,00</b>	



*M. P. M.*

**META 2 – NÚCLEO 1 (NATAÇÃO MASTER) – CONTRATAÇÃO E AQUISIÇÃO DE MATERIAIS TÉCNICOS ESPECIALIZADOS**

**Etapa 2.1 – Equipe técnica especializada**

ITEM	DESCRIÇÃO DETALHADA	UNIDADE DE MEDIDA (diária/mês/mts/serviço/unidade)	QTDE	TOTAL	VALOR UNITÁRIO	VALOR TOTAL	JUSTIFICATIVA PARA AQUISIÇÃO/LOCAÇÃO E MEMÓRIA DE CÁLCULO
2.1.1	<b>(1) Coordenador de Natação</b> - Profissional com experiência educacional, com habilidade comprovada em transmitir conhecimentos de forma clara e envolvente, adaptando o ensino conforme diferentes níveis de habilidade. 20h semanais.	Mês	6	6	R\$ 1.800,00	R\$ 10.800,00	<b>Justificativa:</b> Profissional que atuará diretamente com os professores e os beneficiários do projeto, nos aspectos de controle das atividades esportivas e acompanhamento direto aos alunos. Promovendo melhor proveito das atividades empregadas no projeto.  <b>Memória de Cálculo:</b> 1 profissional que atuará durante 6 meses.
2.1.2	<b>(1) Professor de Natação</b> - Profissional formado em Educação Física, com experiência educacional e habilidade comprovada em transmitir conhecimentos de forma clara e envolvente, adaptando o ensino	Mês	6	6	R\$ 2.500,00	R\$ 15.000,00	<b>Justificativa:</b> Profissional essencial para garantir a segurança dos alunos na água, fornecer orientações técnicas adequadas para o aprendizado correto das técnicas de natação, corrigir posturas e movimentos, além de



*M. P. V.*

	conforme diferentes níveis de habilidade. 20h semanais.						adaptar o ensino às necessidades individuais de cada aluno, promovendo um ambiente de aprendizado eficaz e seguro  <b>Memória de Cálculo:</b> 1 profissional que atuará durante 6 meses.
2.1.3	<b>1 Auxiliares - (Monitor) -</b> Profissional de natação, com habilidade comprovada no esporte com mais de 3 anos de atividade. 20h semanais.	Mês	6	6	R\$ 1.200,00	R\$ 7.200,00	<b>Justificativa:</b> O auxiliar/monitor é crucial nas aulas de natação para fornecer suporte adicional ao professor, auxiliar na supervisão dos alunos durante as atividades na água, garantir a organização adequada do espaço e equipamentos, além de oferecer atenção individualizada aos alunos que necessitam de assistência extra, contribuindo para a eficácia do ensino e a segurança geral da aula.  <b>Memória de Cálculo:</b> 1 profissional que atuará durante 6 meses.
<b>Total da etapa 2.1</b>						<b>R\$ 33.000,00</b>	



*M. P. M.*

### Etapa 2.2 – Material esportivo individual

ITEM	DESCRIÇÃO DETALHADA	UNIDADE DE MEDIDA (diária/mês/mts/serviço/unidade)	QTDE	TOTAL	VALOR UNITÁRIO	VALOR TOTAL	JUSTIFICATIVA PARA AQUISIÇÃO/LOCAÇÃO MEMÓRIA DE CÁLCULO
2.2.1	<b>Squeeze:</b> Composição - Plástico, capacidade de 500 ml e personalizado.	Unidade	100	100	R\$ 15,58	R\$ 1.558,00	<b>Justificativa:</b> Durante a prática esportiva, é essencial manter-se hidratado para o bom desempenho físico e para evitar a desidratação. O squeeze permite que os atletas tenham acesso rápido à água, incentivando a hidratação regular durante o treino ou competição.  <b>Memória de Cálculo:</b> 100 Alunos x 1 unidade para cada = totalizando 100 unidades.
2.2.2	<b>Camiseta:</b> Material: malha PV antipilling 67% poliéster e 33% viscose, Apresentação: Mangas curtas raglan, gola costurada em malha PV canelado com acabamento emV, personalizada em serigrafia à base de água ou sublimação (frente/costas), cor a	Unidade	100	100	R\$ 33,00	R\$ 3.300,00	<b>Justificativa:</b> A camiseta personalizadas com o logo, cores e nome da OSC e a Secretaria promoverão um senso de unidade entre os membros do projeto. Isso ajuda a fortalecer os laços entre os participantes, promovendo um ambiente de trabalho em equipe e



*M. P. V. V.*

	definir. Tamanho: P, M, G, GG, XG, XGG.						camaradagem.  <b>Memória de Cálculo:</b> 100 Alunos x 1 unidade para cada = totalizando 100 unidades.
2.2.3	<b>Toalha (Natação):</b> Tecido em Microfibra 42X55cm	UNIDADE	100	100	R\$ 33,90	R\$ 3.390,00	<b>Justificativa:</b> A toalha de microfibra é crucial para nadadores, oferecendo absorção superior e secagem rápida, promovendo conforto imediato após a natação e facilitando o transporte em bolsas de ginástica devido à sua leveza e compactibilidade.  <b>Memória de Cálculo:</b> 100 Alunos x 1 unidade para cada =totalizando 100 unidades.
2.2.4	<b>Óculos de natação:</b> Em PS, TPR e PVC com elastico regulável.	UNIDADE	100	100	R\$ 34,61	R\$ 3.461,00	<b>Justificativa:</b> O óculos de natação não serve apenas para evitar o contato da água com os olhos. Embora considerado um acessório do nadador, ajuda principalmente para melhorar a visibilidade dentro da piscina.



*M. P. P. P.*

							<b>Memória de Cálculo:</b> Memória de Cálculo 100 Alunos x 1 unidade para cada = totalizando 100 unidades.
2.2.5	<b>Maiô Adulto:</b> Material: Spandex praia 85% poliamida e 15% elastano na variada, gramatura de 240 g/m <sup>2</sup> , acabamento em X-Tra Life e forro 100% poliamida na cor a definir, Apresentação: Maiô macaquinho para natação, frente simétrica com decote arredondado, costas nadadoras com recorte na altura da escápula, personalizado em serigrafia com tinta plastisol (frente e costas), Tamanho: P, M, G, GG, XG, XGG.	UNIDADE	90	90	R\$ 89,00	R\$ 8.010,00	<b>Justificativa:</b> O maio macaquinho é uma peça de banho que combina o conforto de um maiô com a praticidade de um macaquinho. Para senhoras nessa faixa etária, é essencial garantir que se sintam confortáveis e confiantes ao utilizar uma roupa de banho. O maio macaquinho proporciona uma solução prática, evitando preocupações com ajustes constantes ou desconforto durante o uso.  <b>Memória de Cálculo:</b> 90 Mulheres x 1 unidade para cada = totalizando 90 unidades.
2.2.6	<b>Sunga Adulto:</b> Material: Lycra com poliamida e 15% elastano na cor variada, gramatura de 240 g/m <sup>2</sup> , acabamento em X-Tra Life e	UNIDADE	10	10	R\$ 59,00	R\$ 590,00	<b>Justificativa:</b> A sunga é uma peça de banho essencial para os participantes. unidade para cada = totalizando 90 unidades.



*M. P. V. V.*

	forro 100% poliamida na cor a definir, Tamanho: P, M, G, GG, XG, XGG.						<b>Memória de Cálculo:</b> 100 Alunos x 1 unidade para cada = totalizando 100 unidades.
2.2.7	<b>Touca:</b> Malha Spandex praia 85% poliamida e 15% elastano, acabamento em X-tra Life, modelo básico nadador com laterais simétricas e cor variada.	UNIDADE	100	100	R\$ 27,88	R\$ 2.788,00	<b>Justificativa:</b> Uma touca de natação é um acessório essencial para quem pratica natação. Ela serve para proteger o cabelo da água clorada da piscina, ajudar na hidrodinâmica durante a natação e manter os cabelos no lugar, evitando que atrapalhem o nadador.  <b>Memória de Cálculo:</b> 100 Alunos x 1 unidade para cada = totalizando 100 unidades.
2.2.8	<b>Sacochila:</b> Confeccionada em poliéster, dimensões 40 cm x 25 cm.	UNIDADE	100	100	R\$ 35,43	R\$ 3.543,00	<b>Justificativa:</b> Mochila para que os atletas possam guardar os seus pertences durante a realização das atividades. Destinatários: beneficiários.  <b>Memória de Cálculo:</b> 100 Alunos x 1 unidade para cada = totalizando



*M. P. V.*

							100 unidade
<b>Total etapa 2.2</b>						<b>R\$ 26.640,00</b>	
<b>Etapa 2.3 – Material esportivo coletivo (treino)</b>							
ITEM	DESCRIÇÃO DETALHADA	UNIDADE DE MEDIDA (diária/mês/mts/serviço/unidade)	QTDE	TOTAL	VALOR UNITÁRIO	VALOR TOTAL	JUSTIFICATIVA PARA AQUISIÇÃO/LOCAÇÃO E MEMÓRIA DE CÁLCULO
2.3.1	<b>Halters de Hidroginástica:</b> 2kg, fabricado em borracha EVA e com haste emborrachada suas extremidades são em forma triangular. Especificações: Tamanho APROXIMADO: 30 x 11 x 11cm.	UNIDADE	50	50	R\$ 75,80	R\$ 3.790,00	<b>Justificativa:</b> Os halteres de 2kg são considerados de peso moderado, o que é adequado para pessoas com diferentes níveis de condicionamento físico. Eles são úteis para fortalecer os membros superiores, como braços, ombros e peito, durante os exercícios na água.  <b>Memória de Cálculo:</b> Serão utilizados 50 unidades simultaneamente.
2.3.2	<b>Barra de supino Natação:</b> Em EVA Medida 1,00 metros x 11cm x 11cm.	UNIDADE	50	50	R\$ 89,00	R\$ 4.450,00	<b>Justificativa:</b> Barra de supino de hidroginástica é um equipamento necessário em aulas de hidroginástica, com finalidade de



*M. P. V.*

							oferecer resistência durante exercícios na água. Essas barras são feitas de materiais leves, como espuma ou plástico, para garantir fluabilidade e segurança durante o uso na água. Projetadas para proporcionar estabilidade e suporte aos praticantes enquanto realizam movimentos de supino ou outros exercícios similares dentro da piscina. <b>Memória de Cálculo:</b> Serão utilizados 50 unidades simultaneamente.
2.3.3	<b>Prancha de Natação:</b> Material em EVA, tamanho 40 x 29 x 2.	UNIDADE	50	50	R\$ 65,00	R\$ 3.250,00	<b>Justificativa:</b> Ao usar uma prancha de natação, o equipamento permite que o tronco do nadador se mantenha quase fixo, direcionando a atenção totalmente para os movimentos das pernas, quadris e músculos do abdômen. Isso facilita a correção de vícios de nado e ajuda a aprimorar a técnica



*M. P. M. M.*

							<b>Memória de Cálculo:</b> Serão utilizados 50 unidades simultaneamente.
--	--	--	--	--	--	--	--

<b>Total da etapa 2.3</b>						<b>R\$ 11.490,00</b>
---------------------------	--	--	--	--	--	----------------------

**Etapa 2.4 Alimentação**

ITEM	DESCRIÇÃO DETALHADA	UNIDADE DE MEDIDA (diária/mês/mts/serviço/unidade)	QTDE	TOTAL	VALOR UNITÁRIO	VALOR TOTAL	JUSTIFICATIVA PARA AQUISIÇÃO/LOCAÇÃO E MEMÓRIA DE CÁLCULO
2.4.1	Kit Lanche: 01 (um) Suco de Caixinha com 200ml; 01 (um) Sanduiche de pão de hamburguês com presunto e queijo muçarela; 01 (uma) Fruta da época. O lanche deve ser servido em embalagem individual e descartáveis.	UNIDADE	7.800	7.800	R\$ 12,92	R\$ 100.776,00	<p><b>Justificativa:</b> Necessário para a alimentação dos alunos que participaram das atividades do projeto.</p> <p><b>Memória de Cálculo:</b> 100 Alunos x por semana receberão um total de 300 lanches semanais * 26,00 semanas de que compreende 6 meses de aula. Serão distribuídos Lanches ( Segunda, quarta e sábado ) dias que as atividades são mais intensas. O total será de 7.800 kit lanches.</p>



*M. P. V.*

Total etapa 2.4						R\$ 100.776,00	
Etapa 2.5 - Infraestrutura							
ITEM	DESCRIÇÃO DETALHADA	UNIDADE DE MEDIDA (diária/mês/mts/serviço/unidade)	QTDE	TOTAL	VALOR UNITÁRIO	VALOR TOTAL	JUSTIFICATIVA PARA AQUISIÇÃO/LOCAÇÃO E MEMÓRIA DE CÁLCULO
2.5.1	<b>Locação de Tenda:</b> 5x5m confeccionadas em tubos de aço carbono galvanizado, lona branca reforçada ou azul com tratamento anti-mofo, anti-UV e auto-extinguível (retardante a chama).	Diária	78	78	R\$ 350,00	R\$ 27.300,00	<b>Justificativa:</b> Necessário para oferecer proteção contra as condições climáticas imprevisíveis, como sol intenso, chuva ou vento forte, garantindo o conforto dos participantes. Além disso, serve como ponto focal para atividades, permitindo a organização de espaços específicos para diferentes fins, como áreas de alimentação, e reunião dos alunos e professores.  <b>Memória de Cálculo:</b> 1 tenda por 3 diárias por semana. 26 semanas * 3 diárias = 78 diárias para os dias ( Segunda , quarta e sábado).
2.5.2	<b>Locação de sonorização:</b> de 01	Diária	78	78	R\$ 300,00	R\$ 23.400,00	<b>Justificativa:</b> Um sistema de som



*M. P. V. V.*

	(um) equipamento de som para ambiente externo, incluso: 01 unidade de mixer, 01 (um) unidade de mesa de som equalizada com 6-8 canais no mínimo, 01 (uma) unidade de caixa de som 500W RMS e 02 (dois) unidades de microfones. Diária de 12 (DOZE) horas. Médio porte.						de qualidade é essencial para aulas de natação ao ar livre, garantindo que as instruções sejam claramente audíveis, promovendo a segurança e o engajamento dos alunos, e facilitando o aprendizado eficaz das técnicas.  <b>Memória de Cálculo:</b> 1 som por 3 diárias por semana. 26 semanas * 3 diárias = 78 diárias para os dias ( Segunda , quarta e sábado).
2.5.3	<b>Locação de Mesa e cadeira:</b> 10 (jogos) completo com 1 mesa e quatro cadeirasw de plástico.	Diária	78	780	R\$ 14,00	R\$ 10.920,00	<b>Justificativa:</b> O conjunto de mesa e quatro cadeiras de plástico é perfeito para eventos de natação, proporcionando uma área de descanso e convivência para os participantes. Leve e fácil de transportar, é ideal para uso ao ar livre, oferecendo praticidade e durabilidade durante todo o evento.  <b>Memória de Cálculo:</b> 10 cadeiras por 3 diárias por semana. 26



*M. P. V. V.*

							semanas * 30 diarias = 780 diárias para os dias ( Segunda , quarta e sábado ).
--	--	--	--	--	--	--	--

<b>Total etapa 2.5</b>							<b>R\$ 61.620,00</b>
------------------------	--	--	--	--	--	--	----------------------

<b>VALOR TOTAL DA META 2</b>							<b>R\$ 233.526,00</b>
------------------------------	--	--	--	--	--	--	-----------------------

**META 3 – Núcleo 2 (Ginástica localizada e pilates) – Contratações e aquisição de materiais técnicos especializados.**

**Etapa 3.1 – Equipe técnica especializada**

ITEM	DESCRIÇÃO DETALHADA	UNIDADE DE MEDIDA (diária/mês/mts/serviço/unidade)	QTDE	TOTAL	VALOR UNITÁRIO	VALOR TOTAL	JUSTIFICATIVA PARA AQUISIÇÃO/LOCAÇÃO E MEMÓRIA DE CÁLCULO
3.1.1	<b>(01) Coordenador de Ginástica/Pilates</b> - Profissional com experiência educacional, com habilidade comprovada em transmitir conhecimentos de forma clara e envolvente, adaptando o ensino conforme diferentes níveis de habilidade. 20h semanais.	Mês	6	6	R\$ 1.800,00	R\$ 10.800,00	<b>Justificativa:</b> Profissional que atuará diretamente com os professores e os beneficiários do projeto, nos aspectos de controle das atividades esportivas e acompanhamento direto aos alunos. Promovendo melhor proveito das atividades empregadas no projeto.



*M. P. V.*

							<b>Memória de Cálculo:</b> 1 profissional que atuará durante 6 meses.
3.1.2	<b>(01) Professor de Ginástica e pilates-</b> Profissional formado em Educação Física, com experiência educacional e habilidade comprovada em transmitir conhecimentos de forma clara e envolvente, adaptando o ensino conforme diferentes níveis de habilidade. 20h semanais.	Mês	6	6	R\$ 2.500,00	R\$ 15.000,00	<b>Justificativa:</b> Profissional indispensável nas aulas para orientar os alunos na execução correta dos exercícios, garantir a segurança durante as práticas, adaptar os movimentos às necessidades e limitações individuais dos alunos, e motivar o grupo para alcançar os objetivos de condicionamento físico e bem-estar. Sua presença assegura a eficácia do treinamento e promove uma experiência de exercício segura e gratificante para todos os participantes.  <b>Memória de Cálculo:</b> 1 profissional que atuará durante 6 meses.
3.1.3	<b>1 Auxiliares - (Monitor) -</b> Profissional de atividade esportiva, com habilidade comprovada no com mais de 3	Mês	6	6	R\$ 1.200,00	R\$ 7.200,00	<b>Justificativa:</b> O auxiliar/monitor é fundamental em aulas de ginástica/Pilates para oferecer suporte ao professor, auxiliar na



*M. P. V.*

	anos de atividade. 20h semanais.						<p>organização do espaço e equipamentos, garantir a segurança dos alunos durante a prática dos exercícios, além de proporcionar atenção individualizada quando necessário. Sua presença contribui para uma experiência de exercício mais eficaz e segura, permitindo que o professor se concentre na orientação técnica e no progresso do grupo como um todo.</p> <p><b>Memória de Cálculo:</b> 1 profissional que atuará durante 6 meses.</p>
<b>Total etapa 3.1</b>						<b>R\$ 33.000,00</b>	
<b>Etapa 3.2 – Material esportivo individual</b>							
ITEM	DESCRIÇÃO DETALHADA	UNIDADE DE MEDIDA (diária/mês/mts/serviço/unidade)	QTDE	TOTAL	VALOR UNITÁRIO	VALOR TOTAL	JUSTIFICATIVA PARA AQUISIÇÃO/LOCAÇÃO E MEMÓRIA DE CÁLCULO
3.2.1	<b>Squeeze:</b> Composição - Plástico, capacidade de 500 ml e personalizado.	UNIDADE	100	100	R\$ 15,90	R\$ 1.590,00	<b>Justificativa:</b> Durante a prática esportiva, é essencial manter-se hidratado para o bom desempenho físico e para evitar a desidratação.



*M. P. V.*

							<p>O squeeze permite que os atletas tenham acesso rápido à água, incentivando a hidratação regular durante o treino ou competição.</p> <p><b>Memória de Cálculo:</b> 100 Alunos x 1 unidade para cada = totalizando 100 unidades.</p>
3.2.2	<p><b>Camiseta:</b> Material: malha PV antipilling 67% poliéster e 33% viscose, Apresentação: Mangas curtas raglan, gola costurada em malha PV canelado com acabamento em V, personalizada em serigrafia à base de água ou sublimação (frente/costas), cor a definir. Tamanho: P, M, G, GG, XG, XGG.</p>	UNIDADE	100	100	R\$ 33,00	R\$ 3.300,00	<p><b>Justificativa:</b> A camiseta personalizadas com o logo, cores e nome da OSC e a Secretaria promoverão um senso de unidade entre os membros do projeto. Isso ajuda a fortalecer os laços entre os participantes, promovendo um ambiente de trabalho em equipe e camaradagem.</p> <p><b>Memória de Cálculo:</b> 100 Alunos x 1 unidade para cada = totalizando 100 unidades.</p>
3.2.3	<p><b>Toalha de alta Absorção:</b> Tecido em Microfibra 42X55cm</p>	UNIDADE	100	100	R\$ 33,90	R\$ 3.390,00	<p><b>Justificativa:</b> A toalha de microfibra é essencial para praticantes de esportes e atividades</p>



*M. P. V. V.*

							<p>físicas, oferecendo absorção rápida e eficiente de suor e umidade. Seu material macio e leve proporciona conforto e sensação agradável ao toque, enquanto sua secagem rápida a torna ideal para uso durante e após o exercício.</p> <p><b>Memória de Cálculo:</b> 100 Alunos x 1 unidade para cada =totalizando 100 unidades.</p>
3.2.4	<p><b>Viseira Esportiva:</b> Material Poliéster Cor variada,: chapéu Circunferência da cabeça: ajustável 56cm-60cm Brim:7.5cm (ajustavel para caber na maioria das pessoas).</p>	UNIDADE	100	100	R\$ 24,85	R\$ 2.485,00	<p><b>Justificativa:</b> Uma viseira esportiva é essencial para proteger os olhos dos atletas contra a luz solar intensa, reduzindo o risco de ofuscamento e desconforto visual durante a prática esportiva. Além disso, ela ajuda a manter a visão clara e focada, permitindo que os atletas se concentrem completamente em seu desempenho.</p> <p><b>Memória de Cálculo:</b> 100 Alunos x</p>



*M. P. V. V.*

							1 unidade para cada =totalizando 100 unidades.
3.2.5	<b>Sacochila:</b> Confeccionada em poliéster, dimensões 40 cm x 25 cm	UNIDADE	100	100	R\$ 35,43	R\$ 3.543,00	<b>Justificativa:</b> Mochila para que os atletas possam guardar os seus pertences durante a realização das atividades. Destinatários: beneficiários.  <b>Memória de Cálculo:</b> 100 Alunos x 1 unidade para cada = totalizando 100 unidade.
<b>Total etapa 3.2</b>						<b>R\$ 14.308,00</b>	
<b>Etapa 3.3 – Material Esportivo Coletivo (treino)</b>							
ITEM	DESCRIÇÃO DETALHADA	UNIDADE DE MEDIDA (diária/mês/mts/serviço/unidade)	QTDE	TOTAL	VALOR UNITÁRIO	VALOR TOTAL	JUSTIFICATIVA PARA AQUISIÇÃO/LOCAÇÃO E MEMÓRIA DE CÁLCULO
3.3.1	<b>Bastão de Apoio:</b> 1,00 metro de comprimento 3,5 cm de espessura 1 kg de peso Produzido em pvc com enchimento.	UNIDADE	50	50	R\$ 35,00	R\$ 1.750,00	<b>Justificativa:</b> O bastão de apoio de 1 metro e 1 kg é essencial para exercícios de condicionamento físico, oferecendo resistência adicional para fortalecimento muscular, equilíbrio e coordenação. Sua versatilidade e praticidade o



*M. P. V.*

							tornam ideal para treinamento funcional, pilates e fisioterapia, proporcionando uma maior amplitude de movimento e melhorando a flexibilidade.  <b>Memória de Cálculo:</b> Serão utilizados 50 bastões simultaneamente.
3.3.2	<b>Colchonete de Ginástica:</b> Material: Espuma interna em poliuretano. Características Mínimas: D28, capa externa de couro ou corino, ou courvim: Medidas: 90 x 40 x 02 cm.	UNIDADE	50	50	R\$ 73,00	R\$ 3.650,00	Justificativa: O Colchonete é indispensável para proporcionar conforto e segurança durante os exercícios, amortecendo impactos e protegendo articulações. Sua portabilidade permite utilização em diversos ambientes, enquanto sua espessura e material resistente garantem suporte adequado para uma variedade de atividades, como abdominais, alongamentos e exercícios de solo.  <b>Memória de Cálculo:</b> Serão utilizados 50 unidades



*M. P. V.*

							simultaneamente.
3.3.3	<b>Faixa Elástica:</b> Resistência Theraband resistência LEVE Elástico em TPE, possui aproximadamente 1,2 m de comprimento por 15 cm de largura.	UNIDADE	50	50	R\$ 35,90	R\$ 1.795,00	<b>Justificativa:</b> é essencial para fortalecer e tonificar os músculos, proporcionando um treino eficaz e versátil em qualquer lugar. Seu nível de resistência leve é ideal para iniciantes e para reabilitação, oferecendo uma maneira segura e eficaz de aumentar a força muscular e a mobilidade articular..  <b>Memória de Cálculo:</b> Serão utilizados 50 unidades simultaneamente.
3.3.4	<b>Expansor de torax:</b> EVA+TPE, Fortalece as regiões do peito, braços e ombros, Tamanho: 25x43 cm, Peso: 170G.	UNIDADE	50	50	R\$ 35,90	R\$ 1.795,00	<b>Justificativa:</b> O Expansor ajuda a reduzir o estresse nas articulações e a aumentar a eficácia do movimento, permitindo que o praticante se concentre em desenvolver a força muscular de maneira segura e eficiente. Assim, a utilização desse material contribui não apenas para a eficácia do treinamento, mas também para o



*M. P. V. V.*

							conforto e a segurança do praticante, resultando em melhores resultados e uma experiência mais agradável de exercício.  <b>Memória de Cálculo:</b> Serão utilizados 50 unidades simultaneamente.
<b>Total etapa 3.3</b>						<b>R\$ 8.990,00</b>	
<b>Etapa 3.4 Alimentação</b>							
ITEM	DESCRIÇÃO DETALHADA	UNIDADE DE MEDIDA (diária/mês/mts/serviço/unidade)	QTDE	TOTAL	VALOR UNITÁRIO	VALOR TOTAL	JUSTIFICATIVA PARA AQUISIÇÃO/LOCAÇÃO E MEMÓRIA DE CÁLCULO
3.4.1	<b>Kit Lanche:</b> 01 (um) Suco de Caixinha com 200ml; 01 (um) Sanduiche de pão de hamburguês com presunto e queijo muçarela; 01 (uma) Fruta da época; O lanche deve ser servido em embalagem individual e descartáveis.	UNIDADE	7.800	7.800	R\$ 12,92	R\$ 100.776,00	<b>Justificativa:</b> Necessario para a alimentação dos alunos que participaram das atividades do projeto.  <b>Memória de Cálculo:</b> 100 Alunos x por semana receberão um total de 300 lanches semanais * 26,00 semanas de que compreende 6



*M. P. V. V.*

							meses de aula. Serão distribuídos Lanches (Segunda, quarta e sábado ) dias que as atividades são mais intensas. O total será de 7.800 kit lanches.
--	--	--	--	--	--	--	--

<b>Total etapa 3.4</b>						<b>R\$ 100.776,00</b>
------------------------	--	--	--	--	--	-----------------------

**Etapa 3.5 - Infraestrutura**

ITEM	DESCRIÇÃO DETALHADA	UNIDADE DE MEDIDA (diária/mês/mts/serviço/unidade)	QTDE	TOTAL	VALOR UNITÁRIO	VALOR TOTAL	JUSTIFICATIVA PARA AQUISIÇÃO/LOCAÇÃO E MEMÓRIA DE CÁLCULO
3.5.1	<b>Locação de Tenda:</b> 5x5m confeccionadas em tubos de aço carbono galvanizado, lona branca reforçada ou azul com tratamento anti-mofo, anti-UV e auto-extinguível (retardante a chama).	Diária	78	78	R\$ 350,00	R\$ 27.300,00	<b>Justificativa:</b> Necessário para oferecer proteção contra as condições climáticas imprevisíveis, como sol intenso, chuva ou vento forte, garantindo o conforto dos participantes. Além disso, serve como ponto focal para atividades, permitindo a organização de espaços específicos para diferentes fins, como áreas de alimentação, e reunião dos alunos e professores.



*M. P. V. V.*

							<b>Memória de Cálculo:</b> 1 tenda por 3 diárias por semana. 26 semanas * 3 diárias = 78 diárias para os dias ( Segunda , quarta e sábado ).
3.5.2	<b>Locação de sonorização:</b> de 01 (um) equipamento de som para ambiente externo, inclusos: 01 unidade de mixer, 01 (um) unidade de mesa de som equalizada com 6-8 canais no mínimo, 01 (uma) unidade de caixa desom 500W RMS e 02 (dois) unidades de microfones. Diária de 12 (DOZE) horas. Médio porte.	Diária	78	78	R\$ 300,00	R\$ 23.400,00	<b>Justificativa:</b> Um sistema de som de qualidade é essencial para aulas de natação ao ar livre, garantindo que as instruções sejam claramente audíveis, promovendo a segurança e o engajamento dos alunos, e facilitando o aprendizado eficaz das técnicas.  <b>Memória de Cálculo:</b> 1 som por 3 diárias por semana. 26 semanas * 3 diárias = 78 diárias para os dias ( Segunda , quarta e sábado ).
3.5.3	<b>Locação de Mesa e cadeira:</b> 10 (jogos) completo com 1 mesa e quatro cadeiras de plástico	Diária	78	780	R\$ 14,00	R\$ 10.920,00	<b>Justificativa:</b> O conjunto de mesa e quatro cadeiras de plástico é perfeito para eventos de natação, proporcionando uma área de descanso e convivência para os participantes. Leve e fácil de transportar, é ideal para uso ao ar



*M. P. V. V.*

							livre, oferecendo praticidade e durabilidade durante todo o evento.  <b>Memória de Cálculo:</b> 10 cadeiras por 3 diárias por semana. 26 semanas * 30 diárias = 780 diárias para os dias ( Segunda , quarta e sábado ).
<b>Total etapa 3.5</b>						<b>R\$ 61.620,00</b>	
<b>VALOR TOTAL DA META 3</b>						<b>R\$ 218.694,00</b>	
<b>META 4 – NÚCLEO 3 (GINÁSTICA LOCALIZADA E PILATES) – CONTRATAÇÃO E AQUISIÇÃO DE MATERIAIS TÉCNICOS ESPECIALIZADOS</b>							
<b>ETAPA 4.1 – Equipe técnica especializada</b>							
ITEM	DESCRIÇÃO DETALHADA	UNIDADE DE MEDIDA (diária/mês/mts/serviço/unidade)	QTDE	TOTAL	VALOR UNITÁRIO	VALOR TOTAL	JUSTIFICATIVA PARA AQUISIÇÃO/LOCAÇÃO E MEMÓRIA DE CÁLCULO
4.1.1	(1) <b>Coordenador de Ginástica/Pilates</b> - Profissional com experiência educacional, com habilidade comprovada em transmitir conhecimentos de	Mês	6	6	R\$ 1.800,00	R\$ 10.800,00	<b>Justificativa:</b> Profissional que atuará diretamente com os professores e os beneficiários do projeto, nos aspectos de controle das atividades esportivas e



*M. P. V.*

	forma clara e envolvente, adaptando o ensino conforme diferentes níveis de habilidade. 20h semanais.						acompanhamento direto aos alunos. Promovendo melhor proveito das atividades empregadas noo projeto.  <b>Memória de Cálculo:</b> 1 profissional que atuará durante 6 meses.
4.1.2	<b>(1) Professor de Ginástica e pilates-</b> Profissional formado em Educação Física, com experiência educacional e habilidade comprovada em transmitir conhecimentos de forma clara e envolvente, adaptando o ensino conforme diferentes níveis de habilidade. 20h semanais.	Mês	6	6	R\$ 2.500,00	R\$ 15.000,00	<b>Justificativa:</b> Profissional indispensável nas aulas para orientar os alunos na execução correta dos exercícios, garantir a segurança durante as práticas, adaptar os movimentos às necessidades e limitações individuais dos alunos, e motivar o grupo para alcançar os objetivos de condicionamento físico e bem-estar. Sua presença assegura a eficácia do treinamento e promove uma experiência de exercício segura e gratificante para todos os participantes.  <b>Memória de Cálculo:</b> 1 profissional



*M. P. V. V. V.*

							que atuará durante 6 meses.
4.1.3	<b>1 Auxiliares - (Monitor) -</b> Profissional de atividade esportiva, com habilidade comprovada no com mais de 3 anos de atividade. 20h semanais	Mês	6	6	R\$ 1.200,00	R\$ 7.200,00	<b>Justificativa:</b> O auxiliar/monitor é fundamental em aulas de ginástica/Pilates para oferecer suporte ao professor, auxiliar na organização do espaço e equipamentos, garantir a segurança dos alunos durante a prática dos exercícios, além de proporcionar atenção individualizada quando necessário. Sua presença contribui para uma experiência de exercício mais eficaz e segura, permitindo que o professor se concentre na orientação técnica e no progresso do grupo como um todo.  <b>Memória de Cálculo:</b> 1 profissional que atuará durante 6 meses.
<b>Total etapa 4.1</b>						<b>R\$ 33.000,00</b>	
<b>ETAPA 4.2 – Material esportivo individual</b>							
ITEM	DESCRIÇÃO DETALHADA	UNIDADE DE MEDIDA	QTDE	TOTAL	VALOR	VALOR	JUSTIFICATIVA PARA



*M. P. M.*

		(diária/mês/mts/serviço/ unidade)			UNITÁRIO	TOTAL	AQUISIÇÃO/LOCAÇÃO E MEMÓRIA DE CÁLCULO
4.2.1	<b>Squeeze:</b> Composição - Plástico, capacidade de 500 ml e personalizado.	UNIDADE	100	100	R\$ 15,90	R\$ 1.590,00	<b>Justificativa:</b> Durante a prática esportiva, é essencial manter-se hidratado para o bom desempenho físico e para evitar a desidratação. O squeeze permite que os atletas tenham acesso rápido à água, incentivando a hidratação regular durante o treino ou competição.  <b>Memória de Cálculo:</b> 100 Alunos x 1 unidade para cada = totalizando 100 unidades.
4.2.2	<b>Camiseta:</b> Material: malha PV antipilling 67% poliéster e 33% viscose, Apresentação: Mangas curtas raglan, gola costurada em malha PV canelado com acabamento em V, personalizada em serigrafia à base de água ou sublimação (frente/costas), cor a definir. Tamanho: P, M, G, GG, XG, XGG.	UNIDADE	100	100	R\$ 33,00	R\$ 3.300,00	<b>Justificativa:</b> A camiseta personalizadas com o logo, cores e nome da OSC e a Secretaria promoverão um senso de unidade entre os membros do projeto. Isso ajuda a fortalecer os laços entre os participantes, promovendo um ambiente de trabalho em equipe e camaradagem.



*M. P. V. V.*

							<b>Memória de Cálculo:</b> 100 Alunos x 1 unidade para cada = totalizando 100 unidades.
4.2.3	<b>Toalha de alta Absorção:</b> Tecido em Microfibra 42X55cm	UNIDADE	100	100	R\$ 33,90	R\$ 3.390,00	<b>Justificativa:</b> A toalha de microfibra é essencial para praticantes de esportes e atividades físicas, oferecendo absorção rápida e eficiente de suor e umidade. Seu material macio e leve proporciona conforto e sensação agradável ao toque, enquanto sua secagem rápida a torna ideal para uso durante e após o exercício.  <b>Memória de Cálculo:</b> 100 Alunos x 1 unidade para cada =totalizando 100 unidades.
4.2.4	<b>Viseira Esportiva:</b> Material Poliéster Cor variada,; chapéu Circunferência da cabeça: ajustável 56cm-60cm Brim:7.5cm (ajustavel para caber na maioria das pessoas).	UNIDADE	100	100	R\$ 24,85	R\$ 2.485,00	<b>Justificativa:</b> Uma viseira esportiva é essencial para proteger os olhos dos atletas contra a luz solar intensa, reduzindo o risco de ofuscamento e desconforto visual durante a prática esportiva. Além disso, ela ajuda a manter a visão



*M. P. V. V.*

							<p>clara e focada, permitindo que os atletas se concentrem completamente em seu desempenho.</p> <p><b>Memória de Cálculo:</b> 100 Alunos x 1 unidade para cada =totalizando 100 unidades.</p>
4.2.5	<b>Sacochila:</b> Confeccionada em poliéster, dimensões 40 cm x 25 cm	UNIDADE	100	100	R\$ 35,90	R\$ 3.590,00	<p><b>Justificativa:</b> Mochila para que os atletas possam guardar os seus pertences durante a realização das atividades. Destinatários: beneficiários.</p> <p><b>Memória de Cálculo:</b> 100 Alunos x 1 unidade para cada = totalizando 100 unidade.</p>
<b>Total etapa 4.2</b>						<b>R\$ 14.308,00</b>	
<b>Etapa 4.3 – Material esportivo coletivo (Treino)</b>							
ITEM	DESCRIÇÃO DETALHADA	UNIDADE DE MEDIDA (diária/mês/mts/serviço/unidade)	QTDE	TOTAL	VALOR UNITÁRIO	VALOR TOTAL	JUSTIFICATIVA PARA AQUISIÇÃO/LOCAÇÃO MEMÓRIA DE CÁLCULO



*M. P. V. V.*

4.3.1	<b>Bastão de Apoio:</b> 1,00 metro de comprimento 3,5 cm de espessura 1 kg de peso Produzido em pvc com enchimento.	UNIDADE	50	50	R\$ 35,90	R\$ 1.795,00	<b>Justificativa:</b> O bastão de apoio de 1 metro e 1 kg é essencial para exercícios de condicionamento físico, oferecendo resistência adicional para fortalecimento muscular, equilíbrio e coordenação. Sua versatilidade e praticidade o tornam ideal para treinamento funcional, pilates e fisioterapia, proporcionando uma maior amplitude de movimento e melhorando a flexibilidade.  <b>Memória de Cálculo:</b> Serão utilizados 50 bastões simultaneamente.
4.3.2	<b>Colchonete de Ginástica:</b> Material: Espuma interna em poliuretano. Características Mínimas: D28, capa externa de couro ou corino, ou courvim: Medidas: 90 x 40 x 02 cm.	UNIDADE	50	50	R\$ 73,00	R\$ 3.650,00	<b>Justificativa:</b> O Colchonete é indispensável para proporcionar conforto e segurança durante os exercícios, amortecendo impactos e protegendo articulações. Sua portabilidade permite utilização em diversos ambientes, enquanto sua espessura e material resistente



*M. P. V. V.*

							<p>garantem suporte adequado para uma variedade de atividades, como abdominais, alongamentos e exercícios de solo.</p> <p><b>Memória de Cálculo:</b> Serão utilizados 50 unidades simultaneamente.</p>
4.3.3	<p><b>Faixa Elástica:</b> Resistência Theraband resistência LEVE Elástico em TPE, possui aproximadamente 1,2 m de comprimento por 15 cm de largura.</p>	UNIDADE	50	50	R\$ 35,90	R\$ 1.795,00	<p><b>Justificativa:</b> é essencial para fortalecer e tonificar os músculos, proporcionando um treino eficaz e versátil em qualquer lugar. Seu nível de resistência leve é ideal para iniciantes e para reabilitação, oferecendo uma maneira segura e eficaz de aumentar a força muscular e a mobilidade articular..</p> <p><b>Memória de Cálculo:</b> Serão utilizados 50 unidades simultaneamente.</p>
4.3.4	<p><b>Expansor de torax:</b> EVA+TPE, Fortalece as regiões do peito, braços e ombros, Tamanho:</p>	UNIDADE	50	50	R\$ 35,90	R\$ 1.795,00	<p><b>Justificativa:</b> O Expansor ajuda a reduzir o estresse nas articulações e a aumentar a eficácia do</p>



*M. P. P. P.*

	25x43 cm, Peso: 170G.						<p>movimento, permitindo que o praticante se concentre em desenvolver a força muscular de maneira segura e eficiente. Assim, a utilização desse material contribui não apenas para a eficácia do treinamento, mas também para o conforto e a segurança do praticante, resultando em melhores resultados e uma experiência mais agradável de exercício.</p> <p><b>Memória de Cálculo:</b> Serão utilizados 50 unidades simultaneamente.</p>
--	-----------------------	--	--	--	--	--	--

<b>Total etapa 4.3</b>	<b>R\$ 9.035,00</b>
------------------------	---------------------

**Etapa 4.4 - Alimentação**

ITEM	DESCRIÇÃO DETALHADA	UNIDADE DE MEDIDA (diária/mês/mts/serviço/unidade)	QTDE	TOTAL	VALOR UNITÁRIO	VALOR TOTAL	JUSTIFICATIVA PARA AQUISIÇÃO/LOCAÇÃO E MEMÓRIA DE CÁLCULO
4.4.1	<b>Kit Lanche:</b> 01 (um) Suco de Caixinha com 200ml; 01 (um) Sanduiche de pão de hamburguês	UNIDADE	7.800	7.800	R\$ 12,92	R\$ 100.776,00	<b>Justificativa:</b> Necessario para a alimentação dos alunos que participaram das atividades do



*M. P. P. P.*

	<p>com presunto e queijo muçarela; 01 (uma) Fruta da época; O lanche deve ser servido em embalagem individual e descartáveis.</p>						<p>projeto.</p> <p><b>Memória de Cálculo:</b> 100 Alunos x por semana receberão um total de 300 lanches semanais * 26,00 semanas de que compreende 6 meses de aula. Serão distribuídos Lanches (Segunda, quarta e sábado ) dias que as atividades são mais intensas. O total será de 7.800 kit lanches.</p>
<b>Total etapa 4.4</b>						<b>R\$ 100.776,00</b>	
<b>Etapa 4.5 - Infraestrutura</b>							
ITEM	DESCRIÇÃO DETALHADA	UNIDADE DE MEDIDA (diária/mês/mts/serviço/unidade)	QTDE	TOTAL	VALOR UNITÁRIO	VALOR TOTAL	JUSTIFICATIVA PARA AQUISIÇÃO/LOCAÇÃO E MEMÓRIA DE CÁLCULO
4.5.1	<p><b>Locação de Tenda:</b> 5x5m confeccionadas em tubos de aço carbono galvanizado, lona branca reforçada ou azul com tratamento anti-mofo, anti-UV e auto-extinguível (retardante a chama).</p>	Diária	78	78	R\$ 350,00	R\$ 27.300,00	<p><b>Justificativa:</b> Necessário para oferecer proteção contra as condições climáticas imprevisíveis, como sol intenso, chuva ou vento forte, garantindo o conforto dos participantes. Além disso, serve</p>



*M. P. V. V.*

							como ponto focal para atividades, permitindo a organização de espaços específicos para diferentes fins, como áreas de alimentação, e reunião dos alunos e professores.  <b>Memória de Cálculo:</b> 1 tenda por 3 diárias por semana. 26 semanas * 3 diárias = 78 diárias para os dias ( Segunda , quarta e sábado ).
4.5.2	<b>Locação de sonorização:</b> de 01 (um) equipamento de som para ambiente externo, incluso: 01 unidade de mixer, 01 (um) unidade de mesa de som equalizada com 6-8 canais no mínimo, 01(uma) unidade de caixa desom 500W RMS e 02 (dois) unidades de microfones. Diária de 12 (DOZE) horas. Médio porte.	Diária	78	78	R\$ 300,00	R\$ 23.400,00	<b>Justificativa:</b> Um sistema de som de qualidade é essencial para aulas de natação ao ar livre, garantindo que as instruções sejam claramente audíveis, promovendo a segurança e o engajamento dos alunos, e facilitando o aprendizado eficaz das técnicas.  <b>Memória de Cálculo:</b> 1 som por 3 diárias por semana. 26 semanas * 3 diárias = 78 diárias para os dias ( Segunda , quarta e sábado ).
4.5.3	<b>Locação de Mesa e cadeira:</b> 10	Diária	78	780	R\$ 14,00	R\$ 10.920,00	<b>Justificativa:</b> O conjunto de mesa e



*M. P. V. V.*

	(jogos) completo com 1 mewsa e quatro cadeirasw de plástico						quatro cadeiras de plástico é perfeito para eventos de natação, proporcionando uma área de descanso e convivência para os participantes. Leve e fácil de transportar, é ideal para uso ao ar livre, oferecendo praticidade e durabilidade durante todo o evento.  <b>Memória de Cálculo:</b> 10 cadeiras por 3 diárias por semana. 26 semanas * 30 diarias = 780 diárias para os dias ( Segunda , quarta e sábado ).
<b>Total etapa 4.5</b>						<b>R\$ 61.620,00</b>	
<b>VALOR TOTAL DA META 4</b>						<b>R\$ 218.739,00</b>	
<b>META 5 – Contratação de serviço especializado em publicidade</b>							
<b>Etapla 5.1 – Material impresso</b>							
ITEM	DESCRIÇÃO DETALHADA	UNIDADE DE MEDIDA (diária/mês/mts/serviç o/unidade)	QTDE	TOTAL	VALOR UNITÁRIO	VALOR TOTAL	JUSTIFICATIVAPARA AQUISIÇÃO/LOCAÇÃO MEMÓRIA DE CÁLCULO



*M. P. M. M.*

5.1.1	<b>Banner:</b> Confeção de 3 banner 90x120 m em lona vinílica 420 gramas, com acabamento tubetes. total de 3,24m <sup>2</sup>	M <sup>2</sup>	3,24	3,24	R\$ 65,00	R\$ 210,60	Justificativa: Item necessário para divulgar informações e sinalizar o evento assim como divulgar a parceria com a Secretaria de Esporte e Lazer.
5.1.2	<b>Impressão e</b> aplicação de backdrop em Lona vinilica 440 gramas, com impressão 4/0, no formato 3m X 3m, acabamento ilhós.Total de 27M <sup>2</sup>	M <sup>2</sup>	27	27	R\$ 65,00	R\$ 1.755,00	Justificativa: Item necessário para divulgar informações e sinalizar o evento assim como divulgar a parceria com a Secretaria de Esporte e Lazer.
<b>Total da etapa 5.1</b>						<b>R\$ 1.965,60</b>	
<b>Etapa 5.2 – Contratação de serviços publicitários e divulgação</b>							
ITEM	DESCRIÇÃO DETALHADA	UNIDADE DE MEDIDA (diária/mês/mts/serviço/idade)	QTDE	TOTAL	VALOR UNITÁRIO	VALOR TOTAL	JUSTIFICATIVA PARA AQUISIÇÃO/LOCAÇÃO E MEMÓRIA DE CÁLCULO
5.2.1	<b>Assessor de mídia:</b> Capacidade de desenvolver e implementar estratégias de mídia que alinhem os objetivos do evento com a audiência desejada; Compreensão da audiência e consideração pela diversidade de	Mensal	6	6	R\$ 2.667,00	R\$ 16.002,00	Justificativa: Profissional especializado em gerenciar a presença e comunicação do evento em diversos meios, visando maximizar a visibilidade e impacto. Suas funções englobam o relacionamento com a imprensa,



*M. P. V.*

	perspectivas, garantindo que as mensagens sejam apropriadas e bem recebidas.						desenvolvimento de estratégias de divulgação.  Memoria de Calculo:1 profissional que atuará durante 6 meses.
5.2.2	<b>Designer:</b> Serviço de criação das peças web como posts facebook, vídeos e posts Instagram e convites virtuais via e-mail e WhatsApp.	Diária	26	26	R\$ 445,33	R\$ 11.578,58	Justificativa: Profissional necessário para criação das artes do evento, que será transmitido online, máscaras, logomarcas e divulgações. Durante todo período de realização do projeto, de extrema importância para divulgação e veiculação em massa do projeto.  Memória de Cálculo 1 profissional * 1 uma vez por semana durante as 26 o profissional fará a entrega de 5 artes e atulizações no sitem (de 08.04.2024 a 08.10.2024)
5.2.3	Fotógrafo - Contratação de 1 profissional responsável pelo registro de imagens do torneio, inclusive na documentação dos itens pleiteados, a fim da	Diária	26	26	R\$ 415,00	R\$ 10.790,00	Justificativa: Cria imagens fotográficas do evento e suas diversas atividades em branco e preto e coloridas, utilizando câmeras fixas e acessórios, além de



*M. P. V. V.*

	confecação de relatório de imagem comprobatório do torneio.						desenvolver efeitos gráficos nas imagens, com o objetivo de registrar as atividades para mídia, espectadores, divulgação própria e relatórios. Trabalha ao longo dos dias de treinamento. Qualificação necessária: experiência em eventos esportivos, material fotográfico profissional próprio para registro oficial.  Memória de Cálculo 1 profissional * 1 uma vez por semana durante as 26 semanas do evento (de 08.04.2024 a 08.10.2024)
--	---	--	--	--	--	--	--

<b>Total da etapa 5.2</b>						<b>R\$ 38.370,58</b>
---------------------------	--	--	--	--	--	----------------------

**Etapa 5.3 – Equipe técnica de assessoramento**

ITEM	DESCRIÇÃO DETALHADA	UNIDADE DE MEDIDA (diária/mês/mts/serviço/unidade)	QTDE	TOTAL	VALOR UNITÁRIO	VALOR TOTAL	JUSTIFICATIVA PARA AQUISIÇÃO/LOCAÇÃO E MEMÓRIA DE CÁLCULO
5.3.1	<b>Contratação de Serviço de Assessoria Contábil - firma especializada em assessoria</b>	Serviços	6	6	R\$ 1.400,00	R\$ 8.400,00	Justificativa: Justificativa: Em razão da necessidade de execução do projeto, propõe-se a contratação de



*M. P. M.*

	contábil vinculada aos órgãos regulamentadores, com expertise em suporte contábil de projetos, que conte com profissionais sêniores experientes tanto no setor público quanto no privado. A empresa será encarregada de fornecer suporte na gestão contábil do projeto )						serviços de assessoria e consultoria contábil para a elaboração de contratos e seus aditivos, além de orientação jurídica. Isso será feito com extrema consideração à sensibilidade do atendimento ao público-alvo, observando rigorosamente as disposições da legislação em vigor. Memória de cálculo: 1 serviço por mês 8h/dia *6 meses.
5.3.2	<b>Contratação de Serviço de Assessoria Jurídica-</b> firma especializada em assessoria Jurídica vinculada aos órgãos regulamentadores, com expertise em suporte jurídica em MROSC, que conte com profissionais sêniores experientes tanto no setor público quanto no privado. A empresa será encarregada de fornecer suporte na gestão jurídica do projeto )	Serviço	6	6	R\$ 2.300,00	R\$ 13.800,00	Justificativa: Justificativa: Em razão da necessidade de execução do projeto, propõe-se a contratação de serviços de assessoria e consultoria contábil para a elaboração de contratos e seus aditivos, além de orientação jurídica. Isso será feito com extrema consideração à sensibilidade do atendimento ao público-alvo, observando rigorosamente as disposições da legislação em vigor. Memória de cálculo: 1 serviço por



*M. P. V.*

						mês 8h/dia *6 meses.
<b>Total etapa 5.3</b>						<b>R\$ 22.200,00</b>
<b>Total da Meta 5</b>						<b>R\$ 62.536,18</b>
<b>VALOR TOTAL DO TERMO DE FOMENTO</b>						<b>R\$ 797.485,18</b>

## 2. DIVULGAÇÕES E IDENTIFICAÇÃO DO EVENTO

A divulgação será realizada através das mídias sociais (instagram), do site (<https://www.institutoa33.org.br/>) do Instituto A33 e banners, a ser produzido pela equipe responsável por gerir este termo de fomento. Os banners serão instalados em locais de grande visibilidade, nas mediações das 3 etapas onde irão ocorrer as aulas.

## 3. PREVISÃO DE RECEITAS

PREVISÃO DE RECEITAS (inclusive recursos complementares)		
Qtd.	Nome	Receitas
1	Emenda Parlamentar	R\$ 797.485,18
2	Inscrição	R\$ 0,00
3	Instituto	R\$ 0,00
4	Patrocínio	R\$ 0,00
5	Contrapartida em bens e serviços	R\$ 5.820,00
<b>TOTAL</b>		<b>R\$ 803.305,18</b>

Brasília - DF, 26 de março de 2024.



Abraão Hildo de Carvalho

Presidente

Abraão Hildo de Carvalho  
Presidente Instituto A33  
CPF 979.203.201-00