

**PROJETO TÉCNICO PEDAGÓGICO CIRCUITO PARA A VIDA  
EMENDA IMPOSITIVA SENADOR/DF IZALCI LUCAS  
IMPLEMENTAÇÃO E DESENVOLVIMENTO DE PROJETO  
TERMO DE FOMENTO**

**1. INFORMAÇÕES GERAIS DO PROPONENTE**

Nome da OSC: INSTITUTO MAIS VIDA		
Nome Fantasia: INSTITUTO MAIS VIDA		
CNPJ: 28.254.547/0001-32	Endereço: SRIA, QE 38, Área Especial, Lote 17	
Complemento: Área Especial	Bairro/Cidade: Guará 2	CEP: 71.070-380
Telefone: (61) 3399-8138	Telefone: (61) 99608-3935 e 98138-9604	
E-mail: institutomaisvidadf@gmail.com	Site/Redes Sociais: <a href="http://www.institutomaisvidadf.com.br">www.institutomaisvidadf.com.br</a> instagram.com/institutomaisvidadf	
Responsável da OSC (Dirigente): Patricia Neves da Mota Cardoso		
CPF: 043.447.637-42	RG/ Órgão Expedidor: 2223444 SSP /DF	
Endereço do Dirigente: Q 103 Lt 10 Bl B AP 803 – Águas Claras	CEP: 71.909-000	Telefone do Dirigente: 61 99603-5497
Número da Proposta (Plataforma+Brasil):	004366/2022	

**1.2 RESPONSÁVEL PELA ELABORAÇÃO DO PROJETO TÉCNICO**

Nome: Cynthia Chiarelli		
E-mail: <a href="mailto:cynthiachiarelli@gmail.com">cynthiachiarelli@gmail.com</a>		
Telefone de contato com DDD:	61	996083935

**1.3 DIMENSÃO DO PROJETO**

(x) Programa Famílias Fortes

(x) Projeto Reconecte

**1.6. INFORMAÇÕES SOBRE A ENTIDADE PROPONENTE DO PROJETO:**

1.6.1 A Entidade já celebrou parcerias com o Ministério da Mulher Família e Direitos Humanos?

( ) Sim

Nº de parcerias:

( x ) Não

1.6.2. Apresente, brevemente, quais foram os resultados (positivos e negativos) da(s) parceria(s) anteriores:

**1.7 CADASTRO DE ENTIDADES PARCEIRAS (Informar os parceiros, quando houver, especificando sua relação e contribuição com o Projeto).**

1.7.1 Identificação da Entidade parceira					
Nome:					
E-mail:					
Telefone de contato com DDD	(...)				(...)
Endereço:					
Município:		UF:		CEP:	
Nome do Dirigente/Representante:					
Cargo do Dirigente/Representante:					
1.7.2 Como a Entidade parceira citada no item 1.7.1 contribuirá para a realização do Projeto (pode ser assinalada mais de uma alternativa):					
(...) Assistência técnica. Especifique:					
(...) Recursos humanos. Especifique:					
(...) Infraestrutura. Especifique:					
(...) Outras contribuições. Especifique:					

<b>1.8 COORDENADOR GERAL DO PROJETO (Sob responsabilidade da Entidade. Após conclusão da formalização da parceria, deverá ser apresentado, os seguintes documentos: Ficha Cadastral, Termo de Compromisso e Currículo).</b>					
Nome					
E-mail					
Telefone de contato com DDD:	(..)				(..)

## 2 DESCRIÇÃO DO PROJETO

Nome do Projeto: Realizar o Projeto Circuito para Vida	
Local de realização: Endereço: SRIA, QE 38, Área Especial, Lote 17 – Guará 2	
Período de execução:	10/12/2022 a 10/07/2023
Período de realização do Evento:	10/12/2022 a 10/07/2023
Período de realização das Ações custeadas pelo Fomento:	10/12/2022 a 10/07/2023

Previsão de beneficiários diretos: Famílias com filhos de 05 a 16 anos.
250 pessoas (190 crianças e adolescentes e 60 adultos (que exercem o papel de pai e mãe)
Previsão de público indireto: 20

1.9 CAPACIDADE TÉCNICA E GERENCIAL			
<b>Sim:</b>	(x)	<b>Não:</b>	(....)
<b>HISTÓRICO:</b>			
PARCERIA COM A SECRETARIA DE ESPORTE E LAZER DO DF			
TERMO DE FOMENTO 050/2019 de 30/12/2019			
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Objetivo de apoiar a realização do Programa de Reconhecimento Mais Vida com a preparação dos professores e ministração de aulas gratuitas de Jiu Jitsu da Paz, Boxe Mais Vida, TFM – Treinamento Funcional para Mulheres e Percussão Corporal, e reconhecimento dos alunos/atletas que participaram das aulas realizadas pelo Instituto Mais Vida em 2019 e 2020. Aquisição de materiais específicos, uniformes e prestação de serviço de professores qualificados.</li> <li>➤ Valor de R\$ 99.548,35,</li> <li>➤ com período de execução de 31/12/2019 a 31/08/2020.</li> <li>➤ Público atendido: 218 alunos (Percussão Corporal – Batucantar de 05 a 16 anos, Jiu Jitsu da Paz de 06 a 50 anos, Boxe Mais Vida de 12 a 50 anos e TFM – Treinamento Funcional para Mulheres: 10 a 75 anos</li> </ul>			
TERMO DE FOMENTO 021/2020 de 30/12/2020			
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Objetivo: Apoiar a realização do Programa Vida Plena Etapas Logística e Gestão, com aulas gratuitas de boxe, jiu jitsu, percussão corporal e treinamento funcional para mulheres, aquisição de materiais específicos, uniformes e prestação de serviço de professores qualificados.</li> <li>➤ Valor: R\$ R\$ 141.916,91,</li> <li>➤ Período de execução: 30/12/2020 a 31/03/2021.</li> <li>➤ Público atendido: 235 alunos entre Crianças, adolescentes, jovens e adultos</li> </ul>			
TERMO DE FOMENTO 066/2021 de 30/12/2021			
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Objetivo: Apoiar a realização do Programa Vida Plena Etapas Logística e Gestão, promovendo a continuidade nas aulas de boxe, jiu jitsu, percussão corporal e treinamento funcional para mulheres já realizadas pelo Instituto Mais Vida mantendo o atendimento das necessidades dos alunos. Foi realizada a aquisição de materiais específicos, uniformes e prestação de serviço de professores qualificados.</li> <li>➤ Valor de R\$ R\$ 137.219,20 (cento e trinta e sete mil, duzentos e dezenove reais e vinte centavos)</li> </ul>			

- Período de execução de 30/12/2021 a 29/05/2022.
- Público atendido: 205 alunos (70 percussão corporal de 05 a 16 anos, 30 jiu jitsu de 05 a 60 anos, 80 boxe de 05 a 60 anos, 25 Treinamento Funcional para Mulheres de 16 a 70 anos)

Total de Recursos oriundo dessa parceria: R\$ 378. 683,00

## 2. DADOS GERAIS DO PROJETO TÉCNICO PEDAGÓGICO

Os dados gerais do projeto devem ser transcritos neste documento e, na Plataforma + Brasil, na aba “Dados”.

Promover aulas de percussão corporal, musicalização (escaletas e ukuleles), reforço escolar de português e matemática, princípios, valores e cidadania, Boxe, jiu jitsu Hip Hop, Programa Famílias Fortes e Projeto Reconecte para crianças e adolescentes de 05 a 16 anos, em situação de vulnerabilidade social e emocional e suas respectivas famílias, moradores do Guará prioritariamente nas quadras 38, 40, 42, 44 e IAPI.

### 2.1 OBJETO (Identificação do Projeto)

Realização do projeto Circuito para Vida composto por aulas de percussão corporal, musicalização (escaletas e ukuleles), reforço escolar de português e matemática, princípios, valores e cidadania, boxe, jiu jitsu, Hip Hop, Programa Famílias Fortes e Projeto Reconecte para crianças e adolescentes de 05 a 16 anos, em situação de vulnerabilidade social e emocional e suas respectivas famílias.

### 2.2 JUSTIFICATIVA DO PROJETO

#### 2.2.1 Caracterização dos interesses recíprocos:

Desde 2020, vivemos em um contexto de pandemia mundial provocada pela covid-19, em que o número de crises familiares (violência doméstica, divórcios, conflitos geracionais) vem aumentando constantemente no Distrito Federal.

Além disso, essa situação de pandemia fez com que muitas crianças, adolescentes, jovens e adultos deixassem de praticar exercícios e atividades física gerando um contexto de ansiedade e tensão dentro das casas, o que contribuiu para o aumento do nível de estresse, ansiedade, sedentarismo e todo tipo de doença associada a essas questões. Por isso, criar um projeto de incentivo à prática de atividades é uma ferramenta que visa, promover a saúde integral do público que será atendido, bem como serão promovidas ações para melhorar a qualidade das relações familiares, a partir do treinamento de habilidades parentais e socio emocionais, favorecendo o desenvolvimento saudável de crianças e adolescentes prevenindo comportamentos de risco tais como o consumo de álcool e drogas, o abandono escolar, o envolvimento com violência, a iniciação sexual precoce e a gravidez na adolescência

Por meio das ações do Programa Famílias Fortes e fortalecer os vínculos familiares por meio do uso inteligente das novas tecnologias por meio do Projeto Reconecte.

#### 2.2.2 Relação entre o projeto apresentado e os objetivos e diretrizes da ação:

O Instituto Mais Vida acredita que apoiando e promovendo a prática regular de atividade nos eixos de esporte, lazer, cultura e educação e fortalecimento de vínculos familiares, envolvendo crianças e adolescentes e seus grupos familiares tem fundamental importância na promoção da saúde individual, melhoria no relacionamento social inclusive familiar, redução consideravelmente na ocorrência de transtornos de fundo emocional, tais como depressão e crises de ansiedade, redução na incidência e intensidade dos conflitos familiares e sociais, prevenção no uso e abuso de álcool, tabaco e outras drogas e redução no envolvimento com criminalidade por meio do tráfico de drogas.

O fortalecimento dos vínculos familiares, além de compor políticas e diretrizes de serviços públicos, é também uma das medidas cabíveis para o alcance de objetivos relacionados à prevenção do uso e abuso de álcool, tabaco e outras drogas que hoje apresentam índices elevados no Guará/DF, inclusive com o aliciamento de crianças e adolescentes para atuarem como “aviãozinho” no tráfico de drogas.

“Um adolescente de 12 anos de idade me confidenciou que está sendo obrigado a levar drogas para os colegas dentro da escola”, disse uma orientadora educacional. “Estou com um caso de um adolescente que sustenta a família vendendo drogas na escola. O aluno quer sair dessa situação, mas é obrigado pela família. Ele tem medo de apanhar dos pais e dos tios”. Esses são alguns dos relatos que ouvimos com frequência. A participação dos familiares na iniciação das crianças no tráfico é “algo gravíssimo e é nesse momento que ações transversais devem ser executadas, para cumprir o dever constitucional do Estado em relação às crianças e adolescentes”.

Além de aviãozinho (entregador), elas hoje trabalham buscando marmitex e cigarros para traficantes, atuam como olheiros. Quanto mais novas, menos levantam suspeitas. E não há risco de serem levadas pela polícia

A ação preventiva supõe um entendimento sobre a sequência de fatos que geram o fenômeno que queremos prevenir.

Os programas baseados na transmissão de conhecimento, tendo como foco a vivência de experiências cotidianas positivas propondo uma mudança de comportamento, têm pouco efeito comprovado. A transmissão de Informações de forma isolada é uma estratégia ineficiente.

Devemos prevenir e atuar com foco nos fatores de risco tais como: isolamento social, ruptura familiar e pressão dos pares. O núcleo familiar é o principal espaço fundamental para se realizar a prevenção, em especial quando o foco são os próprios laços familiares e os fatores de risco e proteção do contexto familiar.

O fortalecimento de vínculos familiares e desenvolvimento de habilidades familiares como demonstram evidências sólidas de efetividade na prevenção a problemas de comportamento e abuso de drogas em adolescentes.

O desenvolvimento dessas habilidades deve se dar de maneira programada, planejada e sistemática, proporcionando às famílias as condições para aprender e treinar tais habilidades de forma interativa. Metodologias interativas são pelo menos duas vezes mais efetivas do que metodologias não interativas. Elas devem ser implementadas de modo a promover o intercâmbio de ideias entre os participantes e, por isso, requerem facilitadores habilitados no manejo de grupo. O facilitador da prevenção deve atuar sobre três pilares essenciais que, trabalhados de maneira integrada, potencializam os resultados.

A Constituição afirma no artigo adrede mencionado que é dever da família, da sociedade e do Estado assegurar à criança e ao adolescente, com absoluta prioridade, o direito à vida, à

saúde, à educação, à alimentação, à dignidade, ao lazer, à profissionalização, à cultura e ao respeito.	
2.2.3 O Projeto tem como público-alvo o atendimento de 250 beneficiados.	
Público Geral:	Famílias com filhos de 05 a 16 anos.
	Público beneficiado: crianças e adolescentes de 05 a 16 anos e suas respectivas famílias ou grupos familiares, em situação de vulnerabilidade social e emocional.
Faixa etária do público direto:	05 a 16 anos (crianças e adolescentes) 18 a 75 anos (adultos que exercem o papel de pai e mãe ou responsável familiar)
2.2.4 Problema a ser resolvido:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Índices elevados no uso e abuso de álcool, tabaco e outras drogas por adolescentes no Guará/DF.</li> <li>• Crianças e Adolescentes na rua sem proteção familiar.</li> <li>• Aliciamento de crianças e adolescentes para atuarem como “aviãozinho” no tráfico de drogas.</li> <li>• Vínculos familiares fracos.</li> <li>• Falta de habilidades familiares no relacionamento entre os membros principalmente com crianças e adolescentes.</li> <li>• Alto índice de dependência tecnológica nas famílias.</li> <li>• Estresse, ansiedade, sedentarismo em crianças e adolescentes</li> </ul>	
2.2.5 Resultados esperados:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melhorar das capacidades e habilidades motoras dos alunos;</li> <li>• Contribuir para reduzir a exposição das crianças e adolescentes aos a riscos sociais.</li> <li>• Contribuir para melhorar o rendimento escolar dos alunos envolvidos.</li> <li>• Contribuir para melhorar as relações sociais por meio da atividade física em grupo.</li> <li>• Promover o bem estar dos membros da família dos alunos atendidos a partir do fortalecimento de seus vínculos e do desenvolvimento de habilidades parentais e sociais.</li> <li>• Aumentar a compreensão sobre o uso adequado das tecnologias digitais fortalecendo os vínculos familiares.</li> <li>• Promover a saúde e bem estar de crianças e adolescentes por meio da atividade física e esportiva</li> </ul>	

2.3 OBJETIVO GERAL
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover o desenvolvimento social e melhorar a vidas das crianças, adolescentes e suas relações familiares por meio da execução do Circuito para a Vida com atividades de educação e cultura com aulas gratuitas de percussão corporal, musicalização (flautas, escaletas e ukuleles), reforço escolar de português e matemática e princípios, valores éticos e cidadania, esporte e lazer com aulas de boxe, jiu jitsu e</li> </ul>

dança hip hop e Fortalecimento dos Vínculos Familiares por meio da realização de 02 Ciclos dos Programas Famílias Fortes e realização de 3 aplicações, cada uma composta de 4 oficinas, do Projeto Reconecte do MMFDH

## 2.4 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Melhorar as habilidades motoras dos participantes.
- Contribuir para reduzir a exposição das crianças e adolescentes aos riscos sociais.
- Contribuir para melhorar as relações sociais e familiares por meio da atividade física em grupo e participação nos encontros do Famílias Fortes e Reconecte.
- Promover o bem estar dos membros da família dos alunos atendidos a partir do fortalecimento de seus vínculos e do desenvolvimento de habilidades parentais e sociais.
- Fortalecer os vínculos familiares por meio do uso inteligente das novas tecnologias
- Aumentar a compreensão sobre o uso adequado das tecnologias digitais fortalecendo os vínculos familiares.
- Promover a saúde e bem estar de crianças e adolescentes por meio da atividade física e esportiva

## 3. INFORMAÇÕES DO PROJETO

### 3.1 METODOLOGIA DO PROJETO

#### 3.1.1 CIRCUITO PARA VIDA

- Eixo educação e cultura – terças e quintas

Metodologia: As atividades acontecerão por meio de um circuito de aulas. Os alunos são divididos em 3 grupos por faixa etária, e cada parada é feita em grupo. Grupo Laranja: de 05 a 07 anos,

Grupo Lilas: de 08 a 11 anos e

Grupo Verde: de 12 a 16 anos.

Todos os alunos passarão por todas paradas mencionadas abaixo:

- ? Parada 1 - aulas de valores, princípios e cidadania;
- ? Parada 2 - aulas de musicalização (escaleta e ukulele);
- ? Parada 3 – Lanche (doações)
- ? Parada 4 – aula de percussão corporal
- ? Parada 5 - aulas de reforço de matemática e português (voluntariado)

Descrição das atividades:

Parada 1 - Aulas de Valores, princípios e Cidadania.

Utilizando uma metodologia participativa, durante o ano são apresentados e trabalhados com os alunos os direitos estabelecidos no Estatuto da Criança e do Adolescente – ECA.

Em todas as atividades realizadas dentro do Batucantar, são fortalecidos em valores como amor, respeito, coletividade, esperança, diálogo, dignidade, verdade e honestidade e reconhecidas a manifestação por meio de atitudes cotidianas, dentro e fora do projeto.

Parada 2 - Aulas de Musicalização

A musicalização é o processo de construção do conhecimento musical e seu principal objetivo é despertar e desenvolver o gosto pela música, estimulando e contribuindo com a formação global do ser humano. Tendo também como uma de suas finalidades introduzir o ser humano

no campo da compreensão musical, contribuindo para vivência artística por meio de brincadeiras, expressão corporal, histórias, desenvolvendo a percepção auditiva, visual, tátil e inteligência artística. O lúdico funciona como elemento motivador para o desenvolvimento da expressão musical, em um processo cujos principais elementos são a imitação, a percepção e a criação. As aulas coletivas proporcionam a socialização com experiências lúdicas bem prazerosas. No Batucantar esse processo acontece através das aulas de flauta doce, escaleta e ukulele. A Musicalização Infantil é um poderoso instrumento de educação. Desenvolve na criança a sensibilidade musical, a concentração, a coordenação motora, a sociabilização, a acuidade auditiva, o respeito a si próprio e ao grupo, a destreza do raciocínio, a disciplina pessoal, o equilíbrio emocional dentre outras qualidades que colaboram na formação do indivíduo. Além de favorecer a imaginação, a memória, a atenção, a autodisciplina, o desenvolvimento psicológico, a socialização e a afetividade.

#### Parada 3 – Lanche

Intervalo para descanso dos alunos onde é servido lanche e proporcionado um momento de integração.

#### Parada 4 – aula de percussão corporal

- a. Alongamento inicial para melhor desempenho nas atividades.
- b. Aulas lúdicas e interativas com exercícios musicais usando o movimento do corpo com elementos de percussão corporal,
- c. Utilização de ritmos variados,
- d. Realização de brincadeiras trabalhando a percepção rítmica, criatividade, memória e concentração
- e. Será utilizado um repertório já escolhido com antecedência pela coordenadora e professora e percussão com o objetivo de realizar no final do Projeto faremos uma linda apresentação virtual.

#### Parada 5 - aulas de reforço de matemática e português

O conteúdo das aulas é definido através do acompanhamento das tarefas escolares de cada aluno. O reforço escolar é realizando utilizando aulas expositivas, atendimento e explicações individuais.



#### **Eixo esporte e lazer - segundas, quartas e sextas**

Metodologia: As atividades acontecerão por meio de um circuito de aulas. Os alunos são divididos em 2 grupos por faixa etária, e cada parada é feita em grupo. Grupo de 05 a 11 anos e de 12 a 16 anos.

Os alunos poderão escolher participar das paradas mencionadas abaixo:

- ? Parada 1 - aulas Jiu Jitsu;
- ? Parada 2 – Lanche (doações)
- ? Parada 3 - aulas de Boxe;
- ? Parada 4 – Dança – Hip Hop

A prática esportiva como instrumento de inclusão social tem se tornado uma importante ferramenta para a formação de cidadãos e resgate de crianças e jovens que atraídos pelas drogas acabam se envolvendo com a criminalidade. O objetivo do Instituto Mais Vida é difundir a prática atividade física e esportiva com foco na valorização, cuidado com as pessoas e resgate social. Cuidamos das famílias como um todo, preparando e formando futuros campeões no esporte e na vida

#### DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES

- ? **Parada 1 – Aulas de Jiu Jitsu**

Serão oferecidas 02 (duas) turmas sendo, das uma no período matutino das 08 às 09h e outra no período vespertino das 14 às 15h com o atendimento de até 30 alunos.

**Metodologia:** O Jiu jitsu é uma prática esportiva que alia defesa pessoal ao condicionamento físico, coordenação motora e o fortalecimento da musculatura. O professor da modalidade iniciará a aula com exercícios de aquecimento, para melhor trabalho das articulações, em seguida orientará exercícios educativos, podendo ser realizados individualmente ou em duplo/grupos, de acordo com a técnica ensinada naquela aula. Em seguida haverá treino de imobilizados, golpes e contragolpes, finalizando com a luta no solo. Após as lutas haverá exercícios de alongamento, relaxamento e cumprimentos finais.

**Parte inicial:** - Aquecimento de articulações; alongamentos leves; exercícios de soltura; exercícios específicos ou atividades lúdicas.

**Parte Principal:** golpes de imobilização e força.

**Parte Final:** exercícios de fortalecimento; trabalho de flexibilidade; relaxamento; atividade lúdica.

A rotina de treino é desenvolvida para que o aluno não apenas aprenda os golpes, mas também para que ele desenvolva uma série de características que são vistas como muito importantes dentro desse meio. Entre as principais características nós podemos citar: importância da disciplina; valor do foco e da concentração; necessidade de ser companheiro; entendimento de respeito; conceito da honra e do orgulho; aceitação da hierarquia.

A prestação de serviços para ministração das aulas será realizada por profissionais capacitados, devidamente inscritos como Micro Empreendedor Individual - MEI, para conduzir as atividades da melhor maneira possível, com acompanhamento periódico do coordenador técnico do projeto. Para participar das aulas os interessados são submetidos a uma avaliação (idade, altura, peso, força e flexibilidade), tendo como objetivo qualificá-los como aptos ou não ao treinamento

- **Parada 2 – Lanche** -Intervalo para descanso dos alunos onde é servido lanche e proporcionado um momento de integração.

- **Parada 3 – Aulas de Boxe**

Serão oferecidas 02 (duas) turmas sendo, uma no período matutino 10 às 11h e outra no período vespertino das 16 às 17 horas com a participação de até 30 crianças e adolescentes de 05 a 16 anos por turma.

**Metodologia:** O Boxe é uma prática esportiva que alia defesa pessoal ao condicionamento físico, coordenação motora e o fortalecimento da musculatura. O treino ministrado durante as aulas, é formado de exercícios de aquecimento, alongamento, exercício anaeróbico e aeróbico, abdominais, exercícios variados para fortalecimento físico, treinamento das técnicas, sombra em frente ao espelho, golpes no saco, treinamento com manopla, treinamento com sparings.

É importante frisar que as crianças e adolescentes que decidiram participar das aulas são submetidos a uma avaliação, tendo como objetivo qualificá-los como aptos ou não ao treinamento. Sendo assim, foram selecionados através de aspectos como idade, altura, peso, força e flexibilidade e, após a avaliação, os atletas com boa saúde são conduzidos para realizar os treinamentos práticos.

**Parte inicial:** Exercícios para movimentação das articulações, aquecimento leve

**Parte Principal:** Exercícios lúdicos utilizando marcações no chão em W, amarelinhas, pular corda, visando trabalhar sempre a postura, guarda, passo plano em todas as direções, giro, golpes, defesa, esquivas, bloqueios, fulgas, guarda alta e baixa, postura, destro e canhoto, golpes retos, curvos e curtos.

**Parte Final:** Alongamento

A prestação de serviços para ministração das aulas será realizada por profissionais capacitados, devidamente inscritos como Micro Empreendedor Individual - MEI, para conduzir as atividades da melhor maneira possível, com acompanhamento periódico do coordenador técnico do projeto.

#### ➤ **Parada 4 - Dança HIP HOP**

Serão oferecidas 02 (duas) turmas, sendo uma no período matutino das 11 às 11h – Manhã e outra no período vespertino das 17 às 18h – tarde, com o atendimento de até 20 alunos por turma.

Metodologia: Hip hop é um estilo de dança moderna e sua prática proporciona diversos benefícios à saúde.

Parte inicial: - Aquecimento de articulações; alongamentos leves; exercícios de soltura e atividades lúdicas.

Parte Principal: exercícios de fortalecimento, prática dos quatro movimentos fundamentais: toprock, os passos realizados em pé; downrock, realizado no chão para apoiar o seu peso; freezes, onde se faz poses elegantes com as mãos; e power moves, os mais difíceis, com impressionantes movimentos acrobáticos.

Parte Final: trabalho de flexibilidade; relaxamento; atividade lúdica.

Cuidar da sua saúde se divertindo, tonifica a musculatura e melhora a flexibilidade e a circulação sanguínea, desenvolve a autodisciplina, praticar a disciplina, aumenta a concentração e o raciocínio lógico, aprende noções de ritmo e adquire musicalidade, ajuda no auto conhecimento corporal, criar laços fraternos com outras pessoas pelo grande período de treino e aulas em conjunto. Ao final de cada aula será servido lanche e proporcionado um momento de integração.

#### **3.1.2 FORTALECIMENTO DOS VÍNCULOS FAMILIARES**

Está prevista a realização de 02 Ciclos do Programa Famílias Fortes e a execução de 03 Aplicações do Projeto Reconecte do Ministério da Mulher Família e Direitos Humanos - MMFDH

#### ➤ **PROGRAMA FAMÍLIAS FORTES**

Serão realizados 02 Ciclos, utilizando uma metodologia de sete encontros semanais para famílias com filhos entre 10 e 14 anos que visa promover o bem-estar dos membros da família, fortalecendo os processos de proteção e construção de resiliência familiar e reduzindo os riscos relacionados a comportamentos problemáticos. Na primeira hora de cada encontro os pais ou responsáveis se reúnem em uma sala e os filhos de 10 a 14 anos em outra. Os pais são ensinados a esclarecer as expectativas com base nas normas de desenvolvimento de crianças e adolescentes, a usar práticas disciplinares apropriadas, a gerenciar emoções fortes em relação aos filhos e a se comunicar de maneira eficaz. Já os filhos aprendem habilidades para interação pessoal e social, como, ter metas que deem sentido à vida, seguir regras, reconhecer as dificuldades e qualidades dos pais, lidar com a pressão dos amigos, saber identificar modelos positivos e ajudar os outros. Na segunda hora, pais e filhos se reúnem numa mesma sala onde praticam as habilidades que aprenderam independentemente, trabalham na comunicação e resolução de conflitos e se envolvem em atividades para aumentar a coesão familiar e o envolvimento positivo dos filhos na família. Para a condução dos encontros, os facilitadores dispõem de um manual, que detalha todas as atividades e o tempo de cada uma, e de vídeos que abordam os temas a serem trabalhados com as famílias.

Reconecte

#### ➤ **PROJETO RECONECTE**

Serão ministradas 03 (três) Aplicações do Projeto Reconecte, composta por quatro oficinas. Com uma abordagem leve e lúdica, elas serão destinadas para pais ou responsáveis que farão junto com seus filhos de 9 a 14 anos.

Reconecte tem como objetivo a realização de ações de fortalecimento das relações familiares por meio do uso adequado das novas tecnologias, fornecendo às famílias acesso mais amplo ao conhecimento científico sobre esta temática, além de abordar aspectos sociais, educacionais, de saúde física e psíquica e de segurança cibernética

### 3.1.3 GESTÃO DO PROJETO

Visando estruturar e melhorar a logística para realização das atividades, criando melhores condições para as aulas e atendimento das necessidades dos alunos, é necessária a contratação da prestação de serviços profissionais qualificados para planejamento e realização das aulas, equipe de diagnóstico e acompanhamento social formada por pedagogas, assistente social e psicóloga.

Será formada uma equipe gestora do projeto que atuará visando garantir a efetiva utilização administração, dos recursos, materiais e equipe de profissionais, transparência financeira, prestação de contas mediante a emissão de relatórios quantitativos e de desempenho, entre outras atividades.

Nossos projetos sociais contam com trabalhos voluntários de profissionais que disponibilizam tempo, expertise e mão de obra. Essa atuação é formalizada por meio de um contrato de prestação de serviços voluntários em atendimento a Lei 9.608 de 1998.

GRADE HORARIA					
HORARIOS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
08h30 às 09h30	Jiu Jitsu	Valores e Cidadania	Jiu Jitsu	Valores e Cidadania	Jiu Jitsu
09h30 às 10h	LANCHE	Musicalização	LANCHE	Musicalização	LANCHE
10h às 11h	Boxe	Lanche E Percussão Corporal	Boxe	Lanche E Percussão Corporal	Boxe
11h às 12h	Hip Hop	Reforço Escolar	Hip Hop	Reforço Escolar	Hip Hop
14h30 às 15h30	Jiu Jitsu	Valores e Cidadania	Jiu Jitsu	Valores e Cidadania	Jiu Jitsu
15h30 às 16h	LANCHE	Musicalização	LANCHE	Musicalização	LANCHE
16h às 17h	Boxe	Lanche E Percussão Corporal	Boxe	Lanche E Percussão Corporal	Boxe
17h às 18h	Hip Hop	Reforço Escolar	Hip Hop	Reforço Escolar	Hip Hop

PROGRAMA FAMILIAS FORTES			
SABADOS 9h às 12h00	Capacitação dos Facilitadores Fevereiro/2023	CICLO 01  7 encontros  Março a Abril/2023	CICLO 02  7 encontros  Maio a Junho/ 2023
PROJETO RECONNECTE			
SÁBADOS 9h às 12h00	Capacitação dos Aplicadores Fevereiro/2023	APLICAÇÃO 04 oficinas Março e Abril de 2023	
		APLICAÇÃO 04 oficinas Abril e Maio de 2023	
		APLICAÇÃO 04 oficinas Maio e Junho de 2023	

3.2 NÚCLEOS (onde serão realizadas as atividades)	
Quantidade de núcleos:	01 (Guará)

3.3 REUNIÃO DE PLANEJAMENTO			
Reuniões semanais/quinzenais com os Recursos Humanos, para discussões acerca dos problemas da prática pedagógica, entre outras ações relacionadas com a realização do Projeto, buscando a melhoria do processo.			
3.4 EQUIPE DE TRABALHO (Inserir todo os Recursos Humanos envolvidos na realização do Projeto e identificar quais serão cedidos pela Proponente).			
FUNÇÃO	QTD	ATRIBUIÇÃO/	Remuneração
Gerente do Projeto	01	gerenciamento de todas as demandas administrativas e financeiras do projeto que envolvem o planejamento o relacionamento com os prestadores de serviço, atendimento	2.500,00 X 6 15.000,00
Consultoria Administrativas	01	Coordenar a fase de estruturação do Projeto; monitorar as atividades desenvolvidas a fim de garantir a boa execução do objeto pactuado; dialogar constantemente com o interlocutor da Plataforma+Brasil, bem como auxiliar os demais profissionais na execução das atividades por ele desenvolvidas; e assegurar a visibilidade do Projeto, utilizando as orientações de identificação visual do Governo Federal/ MMFDH.	4.658,34 X 6 27.950,04
Coordenador Geral do Eixo Educação e	01	Profissional que tem formação e experiência na metodologia específica planejar, coordenar e ministrar as aulas	3.300,00 X 6

Cultura		de percussão corporal para crianças e adolescentes	19.800,00
Coordenador Geral do Eixo Esporte e Lazer	01	Planejar e monitorar as atividades a serem desenvolvidas a fim de garantir a boa execução do objeto pactuado; dialogar constantemente com os prestadores de serviços e coordenação geral do projeto	3.300,00 X 6 19.800,00
Secretaria/ Facilitadora do Programa Famílias Fortes e Aplicadoras Projeto Reconecte	01	Controlar o fluxo de entrada e saída de correspondência, receber e arquivar documentos, cuidar das contas a pagar, manter a agenda atualizada, solucionar pendências, atender chamadas telefônicas, responder e-mails e atender ao público, manter o controle da documentação e organização de arquivos, gerência de informações, revisão de documentos entre outras atividades	1.800,00 X 6 10.800,00
Contador	01	Realizar os serviços de contabilidade relacionados a gestão da folha de pagamento das pessoas, executar trabalhos de ordem técnica no campo contábil, financeiro, orçamentário e tributário. Manter as certidões e tributos em dia	1.800,00 X 6 10.800,00
Web designer	01	Prestação de serviços web designer para criação de identidade, modelo de postagens para instagram, criação de material de divulgação, atualização do site, divulgação da parceria e fotos	800,00 X 6 4.800,00
Serviços Gerais	01	Cuidar da manutenção das instalações utilizadas para a realização das atividades do instituto.	1.800,00 X 6 10.800,00
Assistente Social/ Facilitadora do Programa Famílias Fortes e Aplicadoras Projeto Reconecte	01	Realizar o diagnóstico social dos alunos e suas respectivas famílias. Propor um conjunto de indicadores qualitativos e quantitativos para o acompanhamento e medição dos resultados das ações do projeto. Amparar pessoas ajudando-os a resolver problemas. Acompanhar a evolução dos indicadores. Emitir relatórios sociais. Estabelecer diagnóstico e avaliar resultado social das atividades	2.366,67 X 6 14.200,02
Pedagoga Facilitadora do Programa Famílias Fortes e Aplicadoras		Investigar as causas e buscar soluções para os problemas de aprendizagem, prevenir as dificuldades de aprendizagem e, conseqüentemente, o fracasso escolar, avaliar os fatores que interferem na	1.500,00 X 6 9.000,00

Projeto Reconecte	01	aprendizagem dos alunos e suas causas, detectar problemas psicopedagógicos que possam interferir no aprendizado do aluno, aplicar métodos para que os alunos tenham um melhor desempenho em todas as atividades do projeto, desenvolvendo ações de prevenção ou de correção desses problemas.	
Professor de Percussão Corporal Facilitadora do Programa Famílias Fortes e Aplicadoras Projeto Reconecte	02	Realizar as aulas de percussão corporal de acordo com a faixa etária de cada turma e acompanhar a evolução e desempenhode cada aluno	1.500,00 X 6 9.000,00 X 2 = 18.000,00
Professor de Música	02	Realizar as aulas de musicalização de acordo com a faixa etária de cada turma e acompanhar a evolução e desempenho de cada aluno	1.500,00 X 6 9.000,00 X 2 = 18.000,00
Professor de princípios valores e cidadania	01	Realizar as aulas de princípios, valores e cidadania de acordo com a faixa etária de cada turma e acompanhar a evolução e desempenho de cada aluno	1.500,00 X 6 9.000,00
Monitor de aula e Cuidador do Programa Famílias Fortes e Aplicadoras Projeto Reconecte	02	Acompanhar a realização das aulas, atender as orientações do professor e as necessidades dos alunos	1.500,00 X 6 9.000,00 x 2=18.000,00
Professor de boxe	02	Elaborar plano de aula semanal, realizar os treinos de acordo com a faixa etária, capacidade e aptidão dos alunos.	1.500,00 X 6 9.000,00 x 2=18.000,00
Professor de Jiu Jitsu	02	Elaborar plano de aula semanal, realizar os treinos de acordo com a faixa etária, capacidade e aptidão dos alunos.	1.500,00 X 6 9.000,00 x 2=18.000,00
Professor de hip hop	01	Elaborar plano de aula semanal, realizar as aulas de acordo com a faixa etária, capacidade e aptidão dos alunos.	1.500,00 X 6 9.000,00
Monitor de Hip hop	01	Acompanhar a realização das aulas, atender as orientações do professor e as necessidades dos alunos	1.014,19 X 6 6.085,14
Camisetas	280	Camisetas em dry, 100% Contendo a logo da marca em destaque impressa na parte frontal e o nome ALUNO ou ATLETA escrito na parte de trás.	280 X 35,34 = 9.895,20
TOTAL			266.930,40

### 3.4.1 PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS

A equipe de prestadores de serviços, será composta por 05 profissionais que atuarão na prestação de serviços para ministrar conforme quadro abaixo:

Descrição da Prestação de serviço	Serviço Quantidade de Prestadores MEI
Prestação de serviço especializado de professor para ministrar as aulas de boxe	02
Prestação de serviço especializado de professor para ministrar as aulas de jiu jitsu	02
Prestação de serviço especializado de professor para ministrar as aulas de hip hop	01
Prestação de serviço especializado de monitor ministrar as aulas de hip hop	01
Prestação de serviço especializado para ministrar as aulas de percussão corporal (Facilitadora do Programa Famílias Fortes e Aplicadoras Projeto Reconecte)	02
Prestação de serviço especializado para ministrar as aulas de musicalização	02
Prestação de serviço especializado de Pedagoga (Facilitadora do Programa Famílias Fortes e Aplicadoras Projeto Reconecte)	01
Prestação de serviço especializado de Assistente Social (Facilitadora do Programa Famílias Fortes e Aplicadoras Projeto Reconecte)	01
Prestação de serviço especializado Contador	01
Prestação de serviço especializado secretaria (Facilitadora do Programa Famílias Fortes e Aplicadoras Projeto Reconecte)	01
Prestação de serviço especializado serviços gerais	01
Prestação de serviço especializado Coordenador Eixo Esporte e Lazer	01
Prestação de serviço especializado Coordenador Geral do Projeto	01
Prestação de serviço especializado web designer	01
Prestação de serviço especializado Consultoria administrativa	01

A prestação de serviço será para realização do planejamento, execução e avaliação das aulas, interação com alunos durante as aulas e pós aulas visando identificar melhor as necessidades de cada um, interação com a coordenação.

As atividades acontecerão de maneira presencial e caso necessário poderão ser realizadas também à distância (on line).

A formalização da prestação de serviços será por meio de contrato de pessoa jurídica, podendo ser através de MEI. Acontecerá pela assinatura de um contrato de trabalho específico e vinculado a duração do projeto.

As atividades do coordenação geral e coordenador do eixo esporte e lazer serão divididas entre o planejamento e realização das aulas, reuniões e interação com a equipe de prestadores de serviço, atendimento das solicitações do gerente do projeto, entre outros.

### 3.5 PLANO DE AÇÃO PROJETO RECONECTE

Item	Ação	Responsável	Prazo	Situação/meta
1	Divulgar o curso ead "a família e as tecnologias digitais" para alunos atendido pelo projeto e seus familiares, promovendo divulgação nas redes sociais, site e de maneira presencial	Instituto mais vida	janeiro/2023	04 publicações nas redes sociais E 05 cartazes na sede do instituto mais vida em Brasília
2	Disponibilizar formação para os aplicadores e apoiar na implementação das oficinas reconecte	Snf	janeiro/2023 A fevereiro/2023	Capacitação dos aplicadores
3	Disponibilizar material digital atualizado.  (apostila do aplicador e apostila da família atualizados para impressão por parte do instituto mais vida).	Snf / instituto mais vida	janeiro/2023 A fevereiro/2023	Material e apostilas disponibilizados e impressos
4	Capacitar os aplicadores no curso ead "a família e as tecnologias digitais" com 5 módulos de conteúdo sobre a tecnologia relacionada a família, saúde, educação e segurança digital disponibilizado pela snf	04 aplicadores	Fevereiro/2023	04 aplicadores
5	Realizar 03 aplicações de oficinas reconecte para 10 famílias, no instituto mais vida	04 aplicadores	Março/2023 A Junho/2023	03 aplicações

6	Monitorar as aplicações.  (a snf ou consultores poderão acompanhar presencialmente ou <i>on line</i> , as oficinas para avaliação)	Snf/aplicadores	Março/2023 A Junho/2023	01 monitoramento
7	Preencher formulário de avaliação por aplicação.	Aplicadores /Snf	Junho/2023	01 relatórios das aplicações
8	Gerar relatório final das aplicações previstas no Termo de Fomento	Aplicadores / snf	Junho/2023	01 relatório geral das aplicações

**Observações:**

- a) Sugere-se um mínimo de 15 (quinze) famílias formadas por pais/responsáveis e filhos de 09 a 14 anos. Para efeito do Termo de Fomento, considera-se concluída uma aplicação que seja finalizada com, no mínimo, 07 (sete) famílias.
- b) Visando facilitar a captação de famílias, sugere-se realizar encontros de sensibilização de famílias com roteiro sugerido na apostila do Aplicador.

**3.6 PLANO DE AÇÃO PROGRAMA FAMILIAS FORTES**

Item	Ação	Responsável	Prazo	Situação/meta
1	Divulgar a realização dos Ciclos Famílias Fortes para alunos atendido pelo projeto e seus familiares, promovendo divulgação nas redes sociais, site e de maneira presencial	Instituto mais vida	Janeiro/2023	04 publicações nas redes sociais E 05 cartazes na sede do instituto mais vida em Brasília
2	Disponibilizar e realizar formação	Snf	Fevereiro/2023	Capacitação dos aplicadores

	para facilitadores e articuladores que irão atuar na implementação dos Ciclos Famílias Fortes (curso EAD disponibilizado pela Secretaria Nacional da Família no AVAMEC);			
3	Disponibilizar material digital atualizado.  Material didático: Manuais dos Facilitadores, Caderno de Atividades dos Pais, Caderno de Atividades dos Filhos, Kit com cartazes e cartões (disponibilizado pela Secretaria Nacional da Família para impressão por parte do instituto mais vida).	Snf / instituto mais vida	Fevereiro/2023	Material e apostilas disponibilizados e impressos
4	Realizar 02 ciclos do Programa Famílias Fortes composto por de 7 encontros com duração aproximada de 2 meses, onde será realizado um encontro por semana para cada grupo de famílias, no instituto mais vida	03 facilitadores, 1 articulador e 1 cuidador	CICLO 01 7 encontros  Março a Abril/2023  CICLO 02 7 encontros  Maio a Junho/2023	02 Ciclos
5	Monitorar as aplicações.  (a snf ou consultores poderão	SNF/ facilitadores, articuladores do Instituto Mais Vida	CICLO 01 7 encontros  Março a Abril/2023  CICLO 02 7 encontros Maio a Junho/2023	01 monitoramento

	acompanhar presencialmente ou <i>on line</i> , as oficinas para avaliação)			
5	Preencher formulário de avaliação por aplicação.  (as avaliações constam da apostila do aplicador e da apostila da família e outras poderão ser enviadas pela snf)	SNF/ facilitadores, articuladores do Instituto Mais Vida	Junho/2023	02 relatórios de cada Ciclo
7	Gerar relatório final das aplicações previstas no Termo de Fomento	SNF/ facilitadores, articuladores do Instituto Mais Vida	Junho/2023	02 relatórios geral de cada ciclo

**Observações:**

- c) Sugere-se um mínimo de 15 (quinze) famílias formadas por pais/responsáveis e filhos de 09 a 14 anos. Para efeito do Termo de Fomento, considera-se concluída uma aplicação que seja finalizada com, no mínimo, 07 (sete) famílias.
- d) Visando facilitar a captação de famílias, sugere-se realizar encontros de sensibilização de famílias com roteiro sugerido na apostila do Aplicador.

**3.7 MATERIAL DE APOIO PROGRAMA FAMÍLIAS FORTES E PROJETO RECONECTE**

Item	Descrição	Valor previsto
1	15 apostilas para o Projeto Reconecte, cada apostila contém 70 folhas totalizando 1.050 impressões.	1.050 x 1 = 1.050,00
2	180 kits com Lápis, caneta, bloco de notas para Famílias Fortes e Reconecte	7,78 x 180 = 1.400,00
3	Lanche para 14 encontros dos 02 (dois) Ciclos do Programa para Famílias Fortes (Cardápio - Pão de queijo, bolo, café e suco)	357,14 x 14 = 5.000,00
4	Lanche para 13 oficinas do Projeto Reconecte (Cardápio - Pão de queijo, bolo, café e suco)	357,14 x 13 = 4.642,82
5	2 Fita Cetim Decorativa Progresso 10mx15mm Vermelho	4,90 X 2 =9,80
6	2 Elastico 100pcs Mercur	6,90 X 2 = 13,80
7	2 Apagador Stalo Madeira C/ Deposito	6,50 X 2 = 13,00
8	2 Barbante Cru Defios 100 G	5,20 X 2 = 10,40

9	6 Fita Crepe 18x50 Adere	5,90 X 6 = 35,40
10	3 Balão Fest Ball Liso 9.0 Cores	19,90 X 3 = 59,70
11	6 Dado Pvc Grande Azul/Vermelho Unidade	1,00 X 6 = 6,00
12	1 Impresso Bloco De Bingo C/100fls	4,50 X 1 = 4,50
13	1 Hidrocor C/ 24 Cores Acrilex	39,58 X 1 = 39,58
14	15 Tesoura 17cm Brw Cabo Preto Und	6,80 X 15 = 102,00
15	2 Cola Branca 1000gr Piratininga	14,90 X 2 = 29,80
16	1 Tnt Metro Azul / Santa Fe	2,90 X 1 = 2,90
17	40 Borracha 40 Mercur Record Und	0,80 X 40 = 32,00
18	1 Lapis Preto Gatte Hexagonal Caixa Com 144 Und Hb	46,00 X 1 = 46,00
19	4 Fita Pvc Marrom / Transparente Adere 40 M	6,90 X 4 = 27,60
20	1 Resma A4 Copimax C/ 500 Folhas Und	27,90 X 1 = 27,90
21	2 Caneta Bic Cristal Caixa C/50 Azul	49,90 X 2 = 99,80
22	45 Pincel Atomico Pilot 1100- P Ponta Feltro Preto	5,50 X 45 = 247,50
23	74 Cartolina Comum Azul	0,80 X 74 = 59,20
24	1 Cracha Com Cordao Silic.Vertical Unidade Acp Com 100	109,90 X 1 = 109,90
TOTAL		13.069,60

### 3.8 DIVULGAÇÃO

3.7.1 Detalhe como ocorrerá a divulgação das ações do Projeto (pode ser assinalada mais de uma alternativa):

(...) Carros ou bicicletas de som

(...) Cartazes

(...) Faixas

(X) Banners

(...) Jornais

(...) Panfletos

(...) Folder

(...) Mídia (meios de comunicação social de massas esse meios o rádio, o cinema e televisão)

(...) Internet. Especifique:

(...) Outros. Especifique:

Obs: A Entidade deverá informar os itens, conforme serão utilizados e comprovados durante a execução da parceria e caso não esteja previsto o item no Plano de Trabalho, a Entidade deverá arcar com os custos da aquisição.

### 3.9 IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

A identificação visual do Projeto nos espaços físicos será feita por meio de banners, observando-se os padrões estabelecidos no Manual de Aplicação do Ministério da Mulher, Família e Direitos Humanos - MMFDH

### 3.10 ACOMPANHAMENTO DO PROJETO PELA PROPONENTE (A Entidade proponente deve selecionar as estratégias de monitoramento e avaliação das ações previstas neste Projeto Técnico Pedagógico)

( ) Consultas aos participantes do Projeto.

<b>Técnico Pedagógico)</b>
<input type="checkbox"/> Consultas aos participantes do Projeto.
<input checked="" type="checkbox"/> Reuniões com os responsáveis pelo Projeto.
<input type="checkbox"/> Outras opções. Especifique

<b>3.11 CRONOGRAMA DE EXECUÇÃO FÍSICO FINANCEIRA</b>	
Valor do Concedente	R\$ 280.000,00
Valor do Conveniente – Contrapartida (facultativo conforme Lei 13.019/2014. Art. 35, § 1º)	R\$
Valor Global	R\$ 280.000,00

<b>3.12 VIGÊNCIA DO PROJETO:</b>	
Período previsto para realização do Projeto:	07 meses
Estruturação do projeto proposto:	02 meses
Execução do projeto proposto:	06 meses

<b>3.13 FORMA DE PRESTAÇÃO DE CONTAS DO CUMPRIMENTO DO OBJETO</b>
A prestação de contas se dará conforme previsto na Lei nº 13.019, de 31 de julho de 2014.

Brasília, DF, 29 de setembro de 2022.

  
 Patricia Neves da Mota Cardoso