

## RELATÓRIO DE EXECUÇÃO DO PROJETO

Entidade:	<b>APAN – ASSOCIAÇÃO DE PAIS E ATLETAS DA NATAÇÃO DE UBATUBA</b>
Projeto:	<b>CENTRO DE FORMAÇÃO ESPORTIVA – NATAÇÃO - UBATUBA</b>
Período:	<b>Fevereiro/2025</b>
Repasse:	<b>R\$ 212.500,00</b>

<b>Objeto:</b>	Elevar o nível técnico da equipe de natação de Ubatuba, visando a conquista de melhores resultados nas competições da Federação Aquática Paulista.
----------------	--

<b>Ações:</b>	<p>1. Treinamento técnico:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Aprimorar as técnicas de nado dos atletas, com foco nos estilos livre, costas, peito e borboleta.</li> <li>* Implementar treinos específicos para cada atleta, de acordo com suas características individuais e potencial.</li> <li>* Realizar testes físicos e avaliações periódicas para acompanhar o progresso dos atletas.</li> </ul> <p>2. Preparação física:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Desenvolver a força, resistência, flexibilidade e potência dos atletas, visando otimizar o desempenho nas provas.</li> <li>* Implementar treinos de musculação, pliometria e circuito funcional, complementados por atividades aeróbicas.</li> <li>* Orientar os atletas sobre nutrição e hidratação adequadas para a prática esportiva.</li> </ul> <p>3. Aspectos psicológicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Trabalhar a concentração, autoconfiança e controle da ansiedade dos atletas, visando melhor desempenho nas competições.</li> <li>* Realizar palestras e workshops sobre psicologia do esporte e técnicas de visualização.</li> <li>* Proporcionar atividades e dinâmicas de grupo para melhorar a convivência e apoio mútuo entre os atletas da equipe.</li> </ul> <p>4. Gestão da equipe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Criar um ambiente positivo e motivador para os atletas.</li> <li>* Estabelecer metas claras e objetivos desafiadores para a equipe, com acompanhamento regular do progresso.</li> <li>* Promover a integração entre os atletas, técnicos e professores, criando um senso de comunidade.</li> </ul> <p>5. Captação de talentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Realizar peneiras e testes para identificar novos talentos na natação em Ubatuba.</li> <li>* Oferecer aulas gratuitas de natação para crianças vivenciarem uma experiência ordenada na piscina.</li> <li>* Promover a natação como um esporte acessível e inclusivo para toda a comunidade.</li> </ul>
---------------	--

<b>Metas:</b>	<p>1 - Retornar aos treinos a partir do dia 06/01/2025</p> <p>2 - Promover semana de correção técnica</p>
---------------	---

Termo de colaboração: nº 58/2024  
 Chamamento Público: 02/2023  
 Edital nº 02/2023 Processo nº 5.018/2023  
 Fonte de recurso: 01 e 02  
 Objeto: Contratação de empresa para promover o treinamento esportivo da modalidade de natação destinado ao atendimento de 60 atletas em idade entre 10 e 17 anos, para readaptação do cronograma de despesas.  
 Período de 01/02/25 à 28/02/25

