

RELATÓRIO DE EXECUÇÃO DO PROJETO

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

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

Ações:	1. Treinamento técnico: * Aprimorar as técnicas de nado dos atletas, com foco nos estilos livre, costas, peito e borboleta. * Implementar treinos específicos para cada atleta, de acordo com suas características individuais e potencial. * Realizar testes físicos e avaliações periódicas para acompanhar o progresso dos atletas. 2. Preparação física: * Desenvolver a força, resistência, flexibilidade e potência dos atletas, visando otimizar o desempenho nas provas. * Implementar treinos de musculação, pliometria e circuito funcional, complementados por atividades aeróbicas. * Orientar os atletas sobre nutrição e hidratação adequadas para a prática esportiva. 3. Aspectos psicológicos: * Trabalhar a concentração, autoconfiança e controle da ansiedade dos atletas, visando melhor desempenho nas competições. * Realizar palestras e workshops sobre psicologia do esporte e técnicas de visualização. * Proporcionar atividades e dinâmicas de grupo para melhorar a convivência e apoio mútuo entre os atletas da equipe. 4. Gestão da equipe: * Criar um ambiente positivo e motivador para os atletas. * Estabelecer metas claras e objetivos desafiadores para a equipe, com acompanhamento regular do progresso. * Promover a integração entre os atletas, técnicos e professores, criando um senso de comunidade. 5. Captação de talentos: * Realizar peneiras e testes para identificar novos talentos na natação em Ubatuba. * Oferecer aulas gratuitas de natação para crianças vivenciarem uma experiência ordenada na piscina. * Promover a natação como um esporte acessível e inclusivo para toda a comunidade.
--------	--

Metas:	1- Fazer um evento para a categoria mirim. 2- Melhorar a frequência da equipe nos treinamentos. 3- Participar do Regional da FAP
--------	---

Termo de colaboração: nº 59/2024
 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 01/04/25 à 30/04/25



Resultado:	META (CONFORME PLANO DE TRABALHO)	CUMPRIMENTO DA META (SIM/NÃO/%)	MEIOS DE AFERIÇÃO DO CUMPRIMENTO
	1	sim	Fotos/ Vídeos
	2	sim	Lista de chamada/fotos
	3	sim	Fotos/Site FAP

Autor:	VANESSA HARUE DA FONSECA	Ass:
Cargo:	PRESIDENTE	
CPF:		
Data:	09 de maio de 2025	

*COMPROVAR AS INFORMAÇÕES CONSTANTES NO RELATÓRIO POR MEIO DE FOTOS, VÍDEOS, FOLHAS DE RESENÇA, RELATÓRIOS DOS FUNCIONÁRIOS E/OU CONTRATADOS, ETC.

Folha nº	72
Proc. nº	7286/2025
/ /20	Pub

Termo de colaboração: nº 55/2024
 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 01/04/25 à 30/04/25