



Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto
Instituto Politécnico da Guarda

RELATÓRIO DE ESTÁGIO

Licenciatura em Animação Sociocultural

Vanessa Irina Rodrigues Sequeira
janeiro | 2012

Escola Superior de Educação Comunicação e Desporto
Instituto Politécnico da Guarda

Ficha de Identificação

Nome da Aluna: Vanessa Irina Rodrigues Sequeira

Nº 6657

Curso: Animação Sociocultural

Organização: Instituto Politécnico da Guarda - Gabinete de Formação Cultura e Desporto

Avenida Dr. Francisco Sá Carneiro, 50

Edifício dos Serviços Centrais

6300 Guarda

Data de Início: 04 de Julho de 2011

Data de Fim: 30 de Novembro de 2011

Tutor na Instituição: Dr.^a Maria João Silva

Licenciatura em Professores de Ensino Básico variante de Educação Física

Orientador na ESECD: Doutor Carlos Francisco

Agradecimentos

Ao longo do presente trabalho foram várias as contribuições que se revelaram determinantes para a sua realização e concretização, as quais passarei a apresentar:

- Ao Instituto Politécnico da Guarda e ao seu excelentíssimo Presidente Constantino Rei.
- Ao Doutor Carlos Francisco, o meu mais sincero reconhecimento pela orientação, conselhos e sugestões.
- Ao Gabinete de Formação Cultura e Desporto na pessoa da Dr.^a Maria João Silva, por todo o apoio prestado, ajuda, compreensão e amizade.
- Aos Professores que me permitiram ter os conhecimentos necessários para que pudesse pôr em prática de uma forma correta em toda a essência da Animação Sociocultural, Prof. Rosário Santana, Prof. Victor Amaral, Prof. Ana Lopes, Prof. Emanuel Castro e muitos outros.
- A todos os funcionários do Instituto Politécnico da Guarda, que de uma forma ou de outra serviram para que este estágio fosse bem-sucedido, em especial, Sr. Daniel, Sr. Rui Silva, Sr.^a Ana Baptista, Sr.^a D^a. Helena Relvas, Sr.^a D^a. Maria Jesus Marques.
- A todos as Crianças, Jovens, Adultos e Idosos que livremente se dispuseram a participar em todas as atividades levadas a cabo ao longo deste período de estágio.

- Aos meus amigos, agradeço a ajuda, apoio e a coragem que me disponibilizaram durante todo o percurso acadêmico.
- E não menos importante, por último mas sempre em primeiro, a todos os meus familiares, em especial aos meus pais e às minhas irmãs que, desde o primeiro dia, sempre me apoiaram em todas as decisões e acreditaram em mim para que todo este processo pudesse ser um êxito.

A todos o meu mais profundo agradecimento

Agradecimentos	I
Índice de Figuras.....	III
Glossário	IV

Índice

Introdução.....	1
Capítulo 1 - A Animação Sociocultural e a Animação Desportiva	5
1. A Animação Sociocultural	5
1.1. A Animação e o Lazer	8
1.2. A Animação Desportiva e o papel do Animador neste contexto	10
Capítulo 2- Contextualização da Instituição.....	15
2. Caracterização do Concelho da Guarda.....	15
2.1. Instituto Politécnico da Guarda – I.P.G.....	16
2.2. Simbologia do I.P.G.	18
2.3. Estrutura Organizacional do I.P.G.	19
2.4. Gabinete de Formação, Cultura e Desporto	20
2.4.1.As competências do Gabinete	20
2.4.2. Os Objetivos do Gabinete	21
2.4.3 Organograma da Instituição	22
2.5 O Público-Alvo.....	23
Capítulo 3- Estágio Curricular.....	25
3. Atividades Desenvolvidas	29
3.1. Férias Desportivas	29
3.2. Receção ao Caloiro 2011	31
3.3. Tertúlias Desportivas	32
3.4. Ação de Formação de Defesa Pessoal	33
3.5. Ação de Formação de Natação – “Atividade Lúdica para o ensino de Croll e Costas”	34
3.6. Mega Aula de Hidroginástica Solidária	35
3.7. II Open de Ténis	36
3.8. Escola de Andebol do IPG	37
3.9. Piscina do IPG.....	38

3.10. Aulas de Natação e Hidroginástica.....	40
3.11. BTT /Caminhada	41
3.12. Magusto IPG	42
3.13. Semana Aquática	43
3.14. Criação do Facebook do GFCD	44
4. Reflexão Final.....	45
Bibliografia.....	47
Webgrafia.....	50
Anexos	52

Índice de Figuras

Figura 1 – Mapa do Distrito da Guarda.....	15
Figura 2 – Edifício Central do IPG.....	17
Figura 3 – Símbolo do IPG.....	18
Figura 4 – Campus do IPG.....	19
Figura 5 – O Gabinete de Formação Cultura e Desporto.....	20
Figura 6 – Organograma IPG. Sinalização do posicionamento do GFCD.....	22
Figura 7 – Grupo 1ª Semana.....	30
Figura 8- Grupo 2ª Semana.....	30
Figura 9- Receção ao Caloiro 2012.....	31
Figura 10 – Receção ao Caloiro 2012.....	31
Figura 11 – I Ciclo de Tertúlias Desportivas	32
Figura 12 – II Ciclo de Tertúlias Desportivas	32
Figura 13 – Ação de Formação de Defesa Pessoal.....	33
Figura 14- Ação de Formação de Defesa Pessoal.....	33
Figura 15- Ação de Formação de Natação	34
Figura 16- Ação de Formação de Natação	34
Figura 17- Mega Aula de Hidroginástica.....	35
Figura 18-II Open de Ténis.....	36

Glossário

IPG – Instituto Politécnico da Guarda

CET – Curso de Especialização Tecnológica

GFCD – Gabinete de Formação, Cultura e Desporto

ESECD – Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto

ESTG – Escola Superior de Tecnologia e Gestão

ESTH – Escola Superior de Turismo e Hotelaria

ESS – Escola superior de Saúde

SAS – Serviços de Ação Social

APOGESD- Associação Portuguesa da Gestão do Desporto

AAG- Associação Académica da Guarda

*“Ter acesso à informação,
conhecer a realidade em que se vive
e ter opinião sobre essa realidade,
é um dos passos mais importantes
para que a cidadania exista e se fortaleça.”*

José Jorge Letria

Introdução

A sociedade contemporânea caracteriza-se pelas transformações constantes que ocorrem nos diversos sectores de atuação do Homem. O mundo do trabalho não é portanto indiferente a todo este acontecimento, sofrendo alterações ao longo do tempo. É comum aceitar, que a formação ao longo da vida é um processo imprescindível, contínuo e exigente, pois a sociedade transforma-se e com ela as suas necessidades nas mais diversas áreas de intervenção social. Deste modo, a realização do estágio na área da gestão desportiva, permite-me uma maior consciencialização da importância de uma sólida formação para o meu futuro profissional e pessoal, aliada à curiosidade e expectativa no que respeita a esta área. A gestão desportiva segundo Pires (2007) caracteriza-se pela organização das organizações é a área responsável para dar resposta às necessidades dos processos de organização desportiva no nosso país, desde gestão de recursos humanos a infra-estruturas, desde organização de eventos de grande escala a pequenas competições locais, tudo passa por um modelo de gestão, mesmo quando os seus agentes não o realizam conscientemente.

A entidade acolhedora do estágio Instituto Politécnico da Guarda, no Gabinete de Formação, Cultura e Desporto é responsável pela gestão de eventos desportivos e culturais, assim como pela gestão das piscinas e escola de Andebol do IPG. Neste sentido, a realização do estágio curricular permitiu-me acompanhar a conceção, planeamento, operacionalização e avaliação dos eventos decorrentes entre Julho a Novembro de 2011.

Neste documento será efetuada a descrição de todas as ações, tanto as realizadas no processo de conceção como as atividades desenvolvidas no terreno, antes, durante e depois do evento. O GFCD assume um papel na vida dos estudantes e da comunidade em geral na promoção de atividades nos diversos âmbitos de intervenção do homem

enquanto ser social, oferecendo, ao longo do ano, diferentes atividades, procurando satisfazer as expectativas e necessidades de todos.

Como afirma Dias (2006) a estrutura organizativa é a forma como se define as tarefas e a quem são atribuídas, específica as relações interpessoais, define os mecanismos formais, constitui um conjunto de variáveis complexas, sobre os quais os órgãos de gestão fazem escolhas e tomam decisões, de acordo com as suas capacidades a nível de funcionamento.

O presente relatório foi desenvolvido tendo como base o estágio curricular para obtenção do grau de Licenciatura em Animação Sociocultural, realizado GFCD do IPG. Teve como principal objetivo desenvolver competências profissionais no âmbito da animação sociocultural e desportiva.

A escolha do local de trabalho deve-se ao meu particular interesse em aprender sobre áreas da gestão de eventos e a oportunidade de trabalhar no terreno tanto nas atividades que desenvolvemos ao longo destes três meses, como também poder ser monitora de natação nas piscinas do IPG.

Sendo uma etapa fulcral no processo de formação e de aprendizagem profissional, o estágio deve dirigir-se para uma reflexão sobre o agir profissional ético e para uma visão crítico-analítica da dinâmica das relações sociais existentes. Neste sentido, constaram dos objetivos do estágio a articulação entre teoria e prática; a compreensão e análise da organização do gabinete; o desenvolvimento de capacidades no âmbito dos processos de planificação, organização, operacionalização e avaliação das atividades desenvolvidas no estágio e o desenvolvimento da capacidade de articulação com a prática das atividades.

O plano de estágio teve como principal objetivo pôr em prática projetos como: “Mega aula de hidroginástica solidária”, “Ação de Formação de Defesa Pessoal”, “Ação de Formação de Natação”, e outros já elaborados anteriormente pelo gabinete.

Este estágio constituiu sem dúvida uma mais-valia, na medida em que foram postos em prática conhecimentos adquiridos ao longo do curso e me proporcionou alguma experiência profissional.

Tendo em conta as intenções deste relatório, ele está estruturado em três capítulos. O primeiro, representa um enquadramento teórico sobre a animação sociocultural, e em particular, a animação sociodesportiva.

Seguidamente apresenta-se o IPG e o local de estágio (GFCD). O último capítulo incide sobre o processo de estágio, e aqui, pretende-se essencialmente focar todas as atividades desenvolvidas no estágio, bem como, efetuar uma reflexão final acerca das mesmas.

As transformações que presentemente ocorrem no setor desportivo relacionam-se não apenas com mudanças sociais, mas também com opções políticas diferenciadas e com a existência de intervenientes distintos e diversificados que são cada vez em maior número. Fruto desta expansão surgem novos programas e atividades desportivas, assim como novos ofícios no campo profissional do desporto. Por conseguinte, a especialização de profissionais na área da gestão desportiva é uma realidade cada vez mais presente nas diversas organizações desportivas (Pires, 2003).

Sob o ponto de vista da competência, importa que estes profissionais reúnam os “requisitos” necessários para que possam responder cabalmente aos desafios que a função exige. Neste sentido, Batista (2009) considera que a competência profissional deve ser entendida como um processo inovador de aprendizagem, sendo o conhecimento, a experiência, as habilitações e as aptidões elementos indispensáveis à sua construção. Assim, a competência depende muito do significado que cada indivíduo atribui às suas experiências, contexto, situação e envolvimento (Velve, 2000).

Capítulo 1 - A Animação Sociocultural e a Animação Desportiva

1. A Animação Sociocultural

“ Animar passa a significar, sobretudo, a capacidade de promover a interação entre pessoas e entre comunidades com grande finalidade de potencializar a sua capacidade expressiva.”

Marzo e Figueiras (1990)

Na sua exploração etimológica, podemos referir que o termo “animação” deriva da palavra latina “anima” e também assume um fundo grego “animus”. Podemos pois afirmar que animar é dar alma (anima) ou ânimo, sopro, dar espírito, sentido, alento, vida. É também sinónimo de alegria, divertimento, ausência de constrangimento, ambiente festivo, entusiasmo, movimentação, contrário da apatia, vivacidade na voz, motivação, dinamismo. É um estado de espírito ou de alento (Ander –Egg, E., 2002)

Na opinião de Quintas e Castaño (1998), a animação infunde vida, dá ímpeto, é um “atuar” sobre “algo”, também incita para a ação, é um processo relacional, uma maneira de “atuar” em sociedade. Segundo os mesmos autores, esta dupla dimensão semântica que acentua a perspetiva “dar vida” ou “colocar em relação “, complementam-se com a prática.

É referido por Viché (1997) que animar é fazer participar a população no aumento da sua vitalidade, devolver-lhe a alma, um espírito de equipa, um impulso, despertar o espírito pioneiro num clima de liberdade, é fazer com que cada um tome o seu destino nas mãos. A animação é concetualizada pela Direção Geral dos Assuntos Culturais, Ministério da Educação e Cultura em Portugal, como sendo, um processo que surge no seio de grupos sociais, os quais, mediante a participação ativa dos seus membros, vão ser capazes de gerar cultura.

Hoje, o conceito de Animação está difundido e utiliza-se com múltiplos significados conforme os âmbitos.

No âmbito social e educativo o termo Animação, mais que um estado de espírito, refere-se a processos de interação com grupos centrados em atividades de âmbito cultural e à atividade profissional das pessoas e instituições que dirigem esses processos destinados para a ocupação do tempo de lazer como objetivo de dar resposta a necessidades e aspirações das pessoas como a necessidade de exercitação física, de afiliação, de recuperação psicossomática das situações de stress surgidas na vida profissional, ou a aspiração de desenvolver os conhecimentos, ou participar em atividades culturalmente significativas.

Esta conceção do termo Animação compreende a ideia da existência de pessoas que usufruem destas atividades e a existência de animadores que proporcionam as atividades, segundo Ander-Egg (2002).

Neste contexto, então, a animação pode definir-se como um estímulo mental, físico e emotivo que, num setor determinado, incita os indivíduos a iniciar uma gama de experiências que lhes permitam expandirem-se e expressarem a sua personalidade e desenvolver nelas o sentimento de pertença a uma comunidade, sobre a qual podem e devem exercer determinada influência.

A Animação Sociocultural, no sentido lato da palavra, de acordo com Quintas e Castaño (1998), é uma expressão carregada de conotações polissémicas, semanticamente ambígua e amplia os seus campos de atuação.

De acordo com a Fundação Cultural Europeia (1977), a animação sociocultural é um conjunto de práticas sociais que tem como finalidade estimular a iniciativa e a participação das comunidades no processo do seu próprio desenvolvimento e na dinâmica global da vida sociopolítica em que estão integradas.

Por sua vez, Cembranos *et. Al.* (1989), entendem a animação sociocultural como o processo que se dirige à organização das pessoas para realizar projetos e iniciativas desde a cultura e para o desenvolvimento social. Também são por eles explicitados os quatro eixos semânticos que a compõem que são: a cultura; a organização das pessoas; os projetos e iniciativas; o desenvolvimento social.

Sendo a Animação Sociocultural, uma forma de participação democrática dos indivíduos que visa partir do concreto para o pretendido, ela pode ser assumida como uma metodologia de intervenção constante, assente em técnicas sociais, culturais e educativas que procuram junto do ser humano e das comunidades, uma participação comprometida com a sua autonomia e o seu auto desenvolvimento, mobilizando todas as suas capacidades e recursos rumo a uma cidadania plena, para que os mesmos sejam os agentes do seu próprio desenvolvimento em detrimento de uma postura de espectador passivo.

Assim, ela pode inscrever-se no quadro de uma emancipação coletiva; no entanto, apresenta dificuldades dadas a sua riqueza e o seu campo de ação. Ela pode ainda ser vista como um setor da vida social, na qual os agentes propõem uma certa transformação das atitudes e das relações inter individuais e coletivas, mediante uma ação direta sobre os indivíduos. Esta ação é geralmente exercida pela intervenção de diversas atividades, assentes numa pedagogia que utiliza métodos não diretivos ou ativos.

Como qualquer outra área a Animação Sociocultural, também possui características que nos permitem entender o seu conceito, nomeadamente:

- a. A Participação Coletiva, a qual implica a participação ativa em termos criativos ou de análise;
- b. Vida Associativa, onde esta animação se pode desenvolver em instituições de carácter associativo e voluntário sem fins lucrativos;
- c. Protagonismo do indivíduo enquanto cidadão, no qual o cidadão enquanto pessoa procura a auto realização na comunidade;
- d. Intergeracional, onde assenta que o desenvolvimento não define uma idade específica, não se focando num único setor etário;
- e. Melhoria da Qualidade de Vida, onde a Animação Sociocultural ambiciona melhorar a qualidade de vida dos indivíduos e dos grupos na sociedade.

1.1. A Animação e o Lazer

Associado ao fenómeno do tempo livre surge o conceito de lazer, que para alguns autores difere do conceito de tempo livre.

Relativamente à Animação destaca-se o carácter voluntário dos participantes e o ambiente recreativo em que se desenvolvem as atividades. Estas atividades complementam os processos educativos para a adaptação e integração social, ao mesmo tempo que propiciam condições mais favoráveis para as atividades produtivas ou de aprendizagem escolar. A animação socioeducativa não é património exclusivo das instituições escolares, tendo também cabimento em múltiplas instituições públicas ou privadas.

Para situar os conceitos atuais sobre a animação, sugerimos um reparo sobre as variantes da sua afirmação em diferentes países. Na Europa e no Mundo em geral, até ao nosso século, a população tinha uma vida muito influenciada pelo mundo rural e por valores religiosos que se lhe associavam. Assim os tempos eram condicionados pelos fenómenos naturais como equinócios, os solstícios e variações climáticas. As atividades de animação estavam ligadas principalmente aos trabalhos agrícolas como as colheitas e as festas religiosas. Os valores condicionantes da animação são principalmente dirigidos pela valorização das atividades humanas do trabalho e do lazer. Durante a Idade Média pareceu existir equilíbrio nesta valorização. Após a Reforma Luterana, as sociedades europeias passaram a sobrevalorizar o trabalho e a desvalorizar as atividades de lazer. No presente século volta a colocar-se a revalorização do lazer. Hoje a animação está condicionada por outros valores e também outras atividades. Em França o aparecimento das novas ideias sobre a animação surgiu no início do século passado e vem culminar na conceção de atividades dirigidas por “animadores” após a revolução estudantil de Maio de 68, que pôs em causa muitos valores sociais e considerando a escola como incapaz de preparar os jovens para a vida. A formação não poderia ficar restringida aos modelos académicos e profissionais vigentes, considerando-se necessário desenvolver processos designados de “formação permanente” dirigidos pelos animadores culturais.

(Lopes, M (2008)

De parceria com estas ideias difundem-se em França “as casas de cultura”, tentando levar atividades de cultura erudita até aos meios menos citadinos e a pessoas adultas (em Portugal movimentos idênticos tiveram grande expressão após a revolução de Abril, através de grupos de “alfabetização”, que se prolongam hoje nos centros de Educação para Adultos) ao mesmo tempo que promoviam costumes de cultura popular. No Canadá desenvolve-se ao mesmo tempo uma campanha de massificação cultural com base em atividades físicas e desportivas. Nos Estados Unidos modificaram-se as tendências para a vivência do tempo de férias. O turismo inicia uma nova política, promovendo um turismo ativo visível principalmente nas montanhas e nas praias. As academias ou ginásios proliferam, aproveitando-se e estimulando o culto da estética corporal e das ideias que relacionam a motricidade humana e a saúde ou o desporto e *self-made-man*.

Voltando ao caso francês, Toraille (1979) defende que a animação visa proporcionar aos homens o “maximum” de meios para que juntos inventem os seus próprios fins. Trata-se, em suma, de despertar no seio das sociedades a função civilizadora: a que solicita ao mais simples habitante de qualquer aldeia ou bairro, um cidadão cabal com uma exigência de sentido que lhe permita contribuir pessoalmente para a gestão das coletividades e à criação dos seus valores.

Este autor também justifica as novas conceções para a ocupação dos tempos livres na constatação de circunstâncias que seriam assim as determinantes para uma nova conceção dos lazeres e da animação. Estas circunstâncias derivam de mutações na sociedade francesa contemporânea como o fenómeno da concentração urbana e da urbanização de núcleos rurais que diminui o relacionamento social e acentua o isolamento das pessoas; os meios de transporte necessários para a deslocação para os locais de trabalho como os transportes públicos, onde as pessoas se acotovelam só pensando em chegar parecem também acentuar o sentimento de solidão e isolamento; a invasão dos mass-media e o desenvolvimento do audiovisual, com a posição passiva do espectador quer no plano físico quer no domínio da comunicação; as informações e as ideias transmitidas por estes meios dependem principalmente de interesses políticos e económicos que mais do que formar se interessam em manipular os espectadores de acordo com os seus objetivos; as características da produção industrial em massa, utilizando os modelos da produção em série, despersonalizam o resultado do trabalho e

limitam o espírito criativo dos trabalhadores; bloqueio das relações humanas e sociais em resultado dos aspetos da vida quotidiana referidos anteriormente; as pessoas sofrem o isolamento no trabalho industrial em que estão à frente de uma máquina ou painel rolante com atenção constante, desenvolvendo pouca comunicação com os colegas; desestruturação da sociedade, as hierarquias sociais são cada vez mais difusas, no mundo do trabalho há cada vez mais mobilidade individual e menos carreiras estáveis e limitadas a um só emprego; os sistemas de ensino são menos determinantes da organização social, as famílias ganham também características novas.

Toraille (1979), considera que a emergência de uma nova maneira de encarar o tempo livre através da Animação, não é mais que a forma que a sociedade encontrou para ultrapassar as dificuldades sentidas pelas pessoas de acordo com o quadro de mutação social traçada anteriormente. O direito ao lazer é considerado hoje em dia um direito fundamental da pessoa humana, assim definido durante o II Congresso Mundial do Lazer realizado em Bruxelas em 1976. Coloca-se assim em pé de igualdade com o direito ao trabalho e ambos correspondem a comportamentos humanos conhecidos de sempre e que as sociedades foram valorizando de forma diferente. Como já foi referido, neste século, devido á crescente automatização de tarefas produtivas e ao crescimento económico constatado numa quase generalidade dos povos, o lazer é um fenómeno cada vez mais desenvolvido.

Para Dumazedier (2000) o Lazer pode fruir-se de três formas típicas: Desenvolvimento, Divertimento, Descanso. Em todas elas a animação é o fator que determina a qualidade desse lazer.

1.2. A Animação Desportiva e o papel do Animador neste contexto

A Animação Desportiva é a animação que se faz com base num centro de interesse cultural que é o desporto. O conceito de cultura é de definição complexa, mas, parece consensual que o desporto faz parte das culturas do século XX e com o âmbito alargado a todos os Continentes. Os termos Cultura e Educação também não se misturam de forma linear, ficando-nos pela ideia primária de que a educação dos indivíduos consiste numa apropriação progressiva da cultura, que seja, no que respeita aos seus valores ou aos seus conhecimentos técnicos ou costumes sociais. Sintetizando, diremos que a

Animação Sociocultural e Animação Desportiva têm em comum características da Animação como espírito voluntário dos participantes, o espírito de à vontade e de ausência de constrangimentos, a incidência sobre aspetos sociais de solidariedade, relacionamento e outros, o desenvolvimento cultural dos participantes, a existência de meios materiais e humanos que permitam o desenvolvimento das atitudes.

No séc. XX foram os movimentos e transformações sociais, principalmente depois dos anos 60, que deram um novo sentido à ocupação dos tempos livres. Nesta época o homem desenvolveu a necessidade de pautar a sua vida pela liberdade, hedonismo e narcisismo. A partir daí cada um é livre de escolher a melhor forma de ocupar o seu tempo livre.

A atividade desportiva e as atividades de lazer têm enormes potencialidades. São efetivamente importantes instrumentos de socialização, tanto em termos de ocupação de tempos livres como enquanto projeto de reinserção social.

Segundo Lança (2007) o desporto de elite, com um perfil extremamente regulado enquanto atividade específica de competição, que prevaleceu numa primeira fase, foi transformado na procura da rentabilização dos tempos de lazer, com o aparecimento do chamado “desporto para todos”, em que os valores relativos à participação e à recreação física. Para o referido autor, uma primeira fase, a Animação Desportiva focalizava-se no campo da recreação e era destinada a indivíduos que procuravam uma prática não formal.

Atualmente esta vertente da animação procura objetivos mais abrangentes, nomeadamente o bem-estar físico, mental, social, a recreação, o prazer de participar, estando todos estes propósitos interligados com a animação desportiva e com o lazer, pois constituem formas de intervenção sócio desportiva no preenchimento dos tempos livres.

Existem três campos específicos que devem reger a animação desportiva, segundo Lima (1994):

- As características do lazer (atividades não lucrativas, voluntárias, recreativas e formativas), que, embora não criem por si só as condições necessárias para a animação, a incentivam e implementam de forma significativa;

- Os valores lúdicos, que intervêm no processo da animação, ao introduzirem o hedonismo e a regra, viabilizam e dinamizam a recreação numa perspetiva pedagógica;
- A inclusão e a utilização da motricidade humana na animação, por meio de matérias desportivas operacionais abrangida pelas Ciências da Educação Física e do Desporto.
- Assim sendo, a animação desportiva, no geral, emerge com o sentido de descontrair e de superar as dificuldades criadas pelos problemas do quotidiano através de atividades praticadas segundo os princípios inerentes à motivação e à recreação, tendo um vasto campo de ação.

É de extrema importância ressaltar que a animação não se limita aos tempos de lazer, sendo, no entanto, uma forma de o tornar ativo.

A animação desportiva conquistou o seu próprio espaço dentro da animação e do sistema desportivo; por isso, temos vindo a assistir cada vez mais ao recurso que dela se faz no desenvolvimento das atividades desportivas e exercício físico, com o intuito de aumentar o número de participantes e o seu nível de motivação. Esta apresenta-se assim como o resultado da vinculação entre a atividade e recreação desportiva com as técnicas da animação, uma vez que estas se apoiam em pedagogias e atividades participativas.

Existem mesmo uma série de características comuns à atividade desportiva de lazer e à animação desportiva, que são:

- Finalidades, Motivações, Necessidades e Interesses;
- Meios e Formas;
- Condições Prévias;
- Objetivos;
- Concretização;
- Consequências.

Neste sentido, a contribuição da animação desportiva para a formação e desenvolvimento dos participantes, deve ir mais além do que a componente física, deve contribuir para o desenvolvimento psíquico e servir como exemplo de espírito e ética desportiva.

Os animadores são agentes especializados cujas funções abrangem uma diversidade de opções, desde a formação de pessoas, a formação de grupos, à animação desportiva, comunitária e cultural, entre outras. Isto é, as suas funções foram-se alterando e moldando perante as necessidades diferenciadas que surgiram no tempo e no território.

Neste âmbito, é pertinente referir que um animador desportivo deve ser alguém que possua formação no âmbito da animação e no âmbito desportivo, sendo esse o resultado da interligação das técnicas e metodologias de ambas as áreas. Deve falar-se deste agente da animação como uma figura fulcral no âmbito desportivo e cultural, como um dinamizador, um moderador, um estimulador, que oferece diferentes opções de jogo e outras atividades e que equilibra as necessidades e possibilidades dos participantes. Neste sentido, o animador é um técnico multifacetado, sendo a sua área de intervenção muito diversa (Araújo, 1986).

O animador desportivo procura promover junto dos participantes, os programas de animação e o prazer pela atividade física, a recreação e o lazer, diferenciando-se do treinador desportivo por não “impor regras”.

Até há poucos anos, a prática desportiva desenrolava-se apenas nos grupos sociais denominados, reduzidos em número e com finalidades restritas: praticava-se na escola (e não em todas) como uma actividade geralmente rígida e com tendência à ordem para as crianças do sexo masculino, enquanto para as raparigas não deixava de ser uma atividade secundária. Mas, em ambos os casos, centrava-se a utilização massiva das tábuas de ginástica com finas exibições mas de formação pessoal.

Alguns exerciam algum tipo de atividade desportiva num ginásio ou num clube, para se manter em forma, e outros decidiram especializar-se no desporto de competição. Em qualquer um dos casos, a prática mas popularizada e estendida a todas as camadas sociais continuava a ser o futebol.

É evidente que o desporto e actividade física em geral, proporcionam grandes benefícios, tanto físicos como psicológicos, ao oferecer a possibilidade de conhecer o nosso corpo, as possibilidades de movimento e a relação com o exterior, o contacto com os objetos e as outras pessoas. O desporto, reporta-nos para um ambiente seguro, no nosso meio social, ao mesmo tempo que nos permite ser críticos, reafirmamo-nos como indivíduos, etc.. Por este motivo, reivindicou-se a sua extensão a todos os setores da

população até converter-se num direito contemplado pela constituição em todos os países democráticos.

O conceito de desporto recreativo, apresenta-se como uma prática aberta e lúdica que reúne uma serie de características que o definem como tal:

- A sua finalidade principal é a diversão e o prazer nas atividades físicas;
- A actividade física converte-se, num meio onde cada pessoa procura conseguir os seus objetivos: para uns hábitos de saúde para outros um círculo de relações. A todos eles está intrínseco o resultado desportivo;
- A inexistência de imposições externas, o respeito pelo horário e a intensidade da realização. O compromisso assumido, na prática desportiva, é pessoal e determinado pela sua própria aspiração e não pela obtenção de uns resultados técnicos. É um nível de superação pessoal e relativo.

Todas estas particularidades determinam que se fale na figura do animador desportivo como dinamizador, moderador, estimulador, que oferece ao sujeito diferentes opções para conhecer o movimento, as próprias capacidades físicas e motoras para que cada um possa evoluir e progredir na relação com os seus próprios interesses e capacidades.

É nele que reside a diferença fundamental com o treinador, que deve “impor” o trabalho que se está a realizar, sujeito unicamente à execução de uns exercícios puramente técnicos e objetivos e que submete o sujeito a umas progressões muito rígidas sobre um nível mínimo exigido. A sua função, no entanto, converte-se numa formação seletiva e de elite.

Capítulo 2- Contextualização da Instituição

2. Caracterização do Concelho da Guarda

A guarda é uma cidade antiga do interior de Portugal, com mais de 800 anos de História. É sede de concelho e capital de distrito, pertencendo à beira Alta. O concelho da Guarda tem 717,88 km² de área e, situada a 1056 metros de altitude (na Torre de Menagem do Castelo), é a mais alta de Portugal. O seu núcleo urbano tem 31 224 habitantes e localiza-se numa vasta região dotada de um espaço natural, ambiental e patrimonial singular, com um elevado potencial turístico, não só a nível nacional, mas também internacional, devido à sua proximidade com a Serra da Estrela. Assim, o turismo e o artesanato são fatores importantes para o desenvolvimento do distrito e da região (wikipedia,2011).

Figura 1 – Distrito da Guarda.

(<http://www.dholmes.com/master-list/guarda/map-guarda.html>)



2.1. Instituto Politécnico da Guarda – I.P.G.

O projeto de implementar o ensino superior na Guarda, remonta à década de 70. Contudo foi necessário esperar até 1979 para que fosse criada a Escola Superior de Educação, posteriormente integrada no Instituto Politécnico.

Criado em 1980, pelo Decreto-Lei n.º 303/80, de 16 de Agosto, o IPG caracteriza-se por ser uma “pessoa coletiva de direito público, dotada de autonomia estatutária, pedagógica, científica, cultural, administrativa, financeira, patrimonial e disciplinar” (art. 3.º dos estatutos do IPG). Contudo, o IPG só em finais de 1985 veria traçadas as bases da sua implantação definitiva.

A dinâmica do processo desenvolvido a partir de então vai permitir o início, em 1986, das atividades letivas da Escola Superior de Educação e, no ano seguinte, da Escola Superior de Tecnologia e Gestão.

Por seu turno, a Escola de Enfermagem da Guarda foi criada em Julho de 1965, na cidade da Guarda. Pelo Decreto-Lei n.º 480/88, de 23 de Dezembro, o Ensino de Enfermagem foi integrado no Ensino Superior Politécnico, e em 1989, a Escola de Enfermagem, foi convertida em Escola Superior de Enfermagem (ESEnf). No ano de 2001 a ESEnf, foi integrada no IPG, tendo em 2005 sido transformada em Escola Superior de Saúde (ESS).

No ano de 1999, foi criada a Escola Superior de Turismo e Telecomunicações, actualmente designada de Escola Superior de Turismo e Hotelaria (ESTH), implementada na cidade de Seia.

A oferta formativa do IPG é ministrada no regime presencial (diurno e pós-laboral), compreende a formação de 1.º ciclo (licenciaturas), de 2.º ciclo (mestrados), pós-graduada e de especialização não conferente de grau académico, pós-secundária não superior (cursos de especialização tecnológica - CET), contínua e cursos preparatórios para o acesso ao ensino superior de maiores de 23 anos, caracterizando-se assim por uma oferta abrangente e multidisciplinar, com cursos em múltiplas áreas do conhecimento.

Desenvolve também atividades nos domínios da investigação (quer nas Escolas, quer na unidade de I&D), da transferência e valorização do conhecimento científico e tecnológico, da prestação de serviços à comunidade, de apoio ao desenvolvimento e de cooperação em áreas de extensão educativa, cultural e técnica. Deste modo, o IPG desempenha um papel decisivo na qualificação dos recursos humanos, em diversas áreas do saber, na sua esfera de competências, bem como no desenvolvimento económico, social, científico e cultural da região da Guarda .



Figura 2 – Edifício Central do IPG.

(<http://www.executivo.guarda.pt/actualidade/noticias/aregiao/Paginas/jornadas-de-gesto-instituto-politcnico-da-guarda.aspx>)

2.2. Simbologia do I.P.G.

O símbolo do IPG tem uma forma circular, dado ser o círculo entendido como uma forma harmoniosa. Simbologia que pretende consubstanciar o contributo deste estabelecimento de ensino superior politécnico no desenvolvimento regional, de forma precisa e harmoniosa.

As iniciais IPG aparecem na parte superior e na torre inferior. Apoiando todo o símbolo, está inserida a frase «Scientia lucet omnibus», o que traduz que a ciência ilumina o homem, acção que neste caso concreto é viabilizada através do IPG.

Como figura central. o símbolo do IPG integra uma águia, simbolizando as alturas — a Guarda é a cidade de Portugal erguida na altitude mais elevada — e a sabedoria, destacando-se ainda na parte central uma porta da Sé Catedral da Guarda, monumento que constitui o principal ex-líbris da cidade, reflectindo igualmente as tradições históricas, culturais e de ensino desta zona do País.

No prolongamento da asa da águia surge uma serra, com neve em forma de estrela, o que reforça a ideia de ligação a esta zona geográfica, sugerindo o espaço geográfico beirão, numa identidade própria associada à Guarda.



Figura 3 – Símbolo do IPG.

(http://twintwo.ipg.pt/webapps/portal/frameset.jsp?tab_tab_group_id=_15_1)

2.3. Estrutura Organizacional do I.P.G.

Na sua estrutura organizacional, o IPG é constituído por um Presidente, um Vice-Presidente e um Administrador, além do Concelho Geral e do Concelho Administrativo. Todos estes órgãos e os restantes poderão ser consultados no organograma institucional do IPG no anexo deste documento. São unidades orgânicas do Instituto os Serviços de Ação Social (SAS), a Escola Superior de Turismo e Hotelaria (ESTH), que se encontra localizada em Seia, a Escola Superior de Tecnologia e Gestão (ESTG), a Escola Superior de Saúde (ESS) localizada junto ao Hospital Sousa Martins e a Escola de Educação, Comunicação e Desporto (ESECD).

O campus do IPG (figura 4) é atualmente composto pelo Edifício Central, onde se encontra o GFCD e os restantes departamentos, para além dos Serviços Centrais e da Cantina 1. É composto também por uma Biblioteca, uma Piscina, um Campo polidesportivo e uma associação académica .

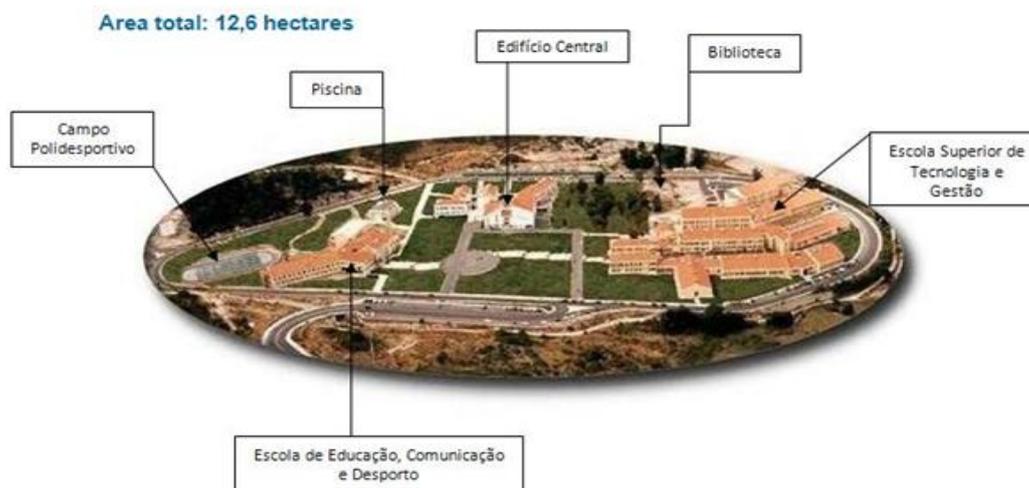


Figura 4 – Campus do IPG

(http://twintwo.ipg.pt/webapps/porta/frameset.jsp?tab_tab_group_id=_15_1)

2.4. Gabinete de Formação, Cultura e Desporto

O Gabinete de Formação, Cultura e Desporto tem como missão a dinamização das atividades culturais e desportivas para melhor convivência entre toda a comunidade do IPG (docente, não docentes e discentes) e promover atividades que levem a um maior empenho de todos no desenvolvimento e reconhecimento do IPG (site do IPG,2011).

O GFCD tem como função gerir a piscina e a escola de andebol assim como promover atividades desportivas, recreativas e culturais, atividades de animação.

Segundo Mintzberg (1995) a estrutura de uma organização pode-se definir como o total da soma dos meios utilizados para dividir o trabalho em tarefas distintas, assegurando a coordenação entre as mesmas.



Figura 5- GFCD

2.4.1.As competências do Gabinete

- Efetuar a gestão administrativa da piscina;
- Planear e realizar ações de formação de modo a formar e reciclar conhecimentos aos alunos e comunidade em geral;
- Planear e realizar eventos desportivos e culturais para valorizar e aumentar o interesse dos alunos e comunidade em geral para o desporto, cultura e lazer;
- Planear e realizar eventos de modo a divulgar e valorizar os espaços existentes (piscina, pavilhão...) no IPG.

2.4.2. Os Objetivos do Gabinete

- Contribuir para a formação integral dos alunos na diversidade dos seus componentes biofisiológicos, psicológicos, sociais e axiológicos, através do aperfeiçoamento das suas aptidões sensório-motoras da aquisição de uma saudável condição física e do desenvolvimento correlativo da personalidade nos planos emocional, cognitivo, estético, social e moral;
- Promover a prática de atividades corporais, lúdicas e desportivas, bem como o seu entendimento enquanto fatores de cultura e de concretização de valores sócias, estéticos e éticos;
- Incentivar o gosto pelas práticas desportivas, como meio privilegiado de desenvolvimento pessoal, interpessoal e comunitário;
- Apoiar, estimular e promover o desportivismo, o espírito de equipa e as atitudes de cooperação, solidariedade, autonomia e criatividade bem como a capacidade de interpretação e de compreensão das potencialidades do desporto como expressão cultural e fator do desenvolvimento humano;
- Contribuir para a integração dos alunos.

2.5 O Público-Alvo

Relativamente às Ações de Formação, a pretensão é chegar a toda a comunidade interessada no tema abordado, isto é, não só a comunidade politécnica, mas também, todos os elementos da comunidade em geral que encontrem interesse pessoal ou profissional em participar nestas Ações de Formação.

Numa perspetiva geral, todas as atividades desenvolvidas estiveram vocacionadas para o público interno e externo ao IPG, havendo sempre uma maior afluência da comunidade politécnica, como já o seria de esperar. (consultar anexos de 1 a 9)

Capítulo 3- Estágio Curricular

"O esforço dirigido a um objetivo tem sempre por prémio, com a consecução daquilo a que se aspira, a satisfação que o triunfo proporciona." (Thomas Atkinson, 2011).

O estágio curricular assume particular interesse na formação dos alunos estagiários por ser uma etapa de convergência, de confrontação entre os saberes "teóricos" da formação inicial e a sua aplicação no contexto de trabalho, assim como a experiência empírica e metodológica.

O estágio supervisionado é uma importante fase da vida académica dos alunos do ensino superior, servindo, em muitos casos, como o primeiro contacto do aluno com o dia-a-dia das organizações. É um momento da verdade, onde estará a decorrer uma avaliação crítica da sociedade sobre a instituição de ensino, verificando se as unidades curriculares constadas no plano de estudos, são pertinentes e relevantes às necessidades atuais das organizações.

Destaca-se que o aluno/estagiário será o responsável em demonstrar o nível de conhecimento adquirido, esperando que surja uma contribuição pertinente nos trabalhos executados pelos mesmos, os quais deverão ser detalhados no relatório final.

O intuito deste trabalho não é advogar um método único de orientação e trabalho, mas mostrar que a problemática a ser conduzida no estágio, pelo aluno, apresenta um leque de alternativas de pesquisa, trabalho e de soluções possíveis, e que acaba delineando qual o tipo de projeto mais adequado a ser concretizado.

No estágio, o aluno poderá vivenciar ainda experiências de resolução de problemas, avaliar e sugerir mudanças nas organizações, implantar sistemas de custos, informações, entre outros. Aprofundar conhecimentos na sua área de interesse entre outros e estará a participar num processo de aprendizagem, conforme Kolb *et al* apud Roesch (1996).

O meu estágio curricular, como já foi dito anteriormente, foi efetuado no GFCD, do IPG, e decorreu do dia 04 de Julho e 30 de Novembro de 2011.

Procurei desde logo, conhecer a cultura organizacional do gabinete, integrar-me de uma forma proativa, obter um conhecimento da realidade no ramo de atuação e manter relações com os demais públicos, com o intuito de retirar o maior partido e experiência e acima de tudo, manter-me motivada e com um espírito empreendedor, para que deste modo pudesse cooperar com os objetivos do gabinete; por outro lado, colocar em prática os ensinamentos apreendidos ao longo do curso, nas várias unidades curriculares e complementar a minha aprendizagem com novas técnicas, programas e metodologias.

Durante o meu estágio curricular o meu horário foi das 9h às 17h30m. No entanto, aquando a realização de certos eventos em que participei e ainda das necessidades do GFCD este horário foi substancialmente alargado.

O horário foi sempre de acordo com as atividades cumprindo e ultrapassando as horas previstas no plano, visto que nas duas semanas das férias desportivas o meu horário era, de acordo com as necessidades da actividade, entrando todos os dias às 8h:15m e só tendo término, quando a última criança era entregue aos pais/encarregados de educação.

No GFCD, enquanto estagiária realizei as mais diversas atividades, desde secretariado (arquivamento, pesquisas atendimento ao público) a gestora (das atividades programadas e planeadas tanto pelo GFCD como por mim), tudo de acordo com as necessidades do gabinete. Uma das ações levadas a cabo pelo gabinete com apoio da AAG foi a inscrição das equipas masculinas e femininas do IPG na FADU, o que se revelou bastante motivador, uma vez que temos muitos talentos como atletas em ambos os géneros. As classificações de ambas as equipas foram muito boas, esperamos continuar a testemunhar o sucesso destas equipas.

Como referido anteriormente, a área de abrangência na execução de atividades do GFCD é bastante alargada, contudo, durante o meu período de estágio, vocacionamos as mesmas mais para a área desportiva, dado que, de acordo com as estatísticas do gabinete, houve um decréscimo na participação das atividades desportivas e lúdicas no IPG, motivado pelo acentuado decréscimo de alunos nos últimos anos bem como, o estado de recessão que vivemos no nosso país, as primeiras

coisas a “cortar” nos orçamentos será sem dúvida a aposta na formação, seja ela de que origem for.

De entre as opções no GFCD, a realização do estágio consistiu em adquirir conhecimentos e melhorar capacidades com o trabalho realizado no próprio gabinete.

Acompanhar e intervir na conceção, planeamento, operacionalização e avaliação das atividades desenvolvidas, eram os objetivos gerais do estágio.

Os meus principais objetivos eram:

- Vivenciar toda a experiência possível;
- Aplicar conhecimentos adquiridos no estabelecimento de ensino;
- Conseguir um progressivo envolvimento direto nas atividades;
- Promover a prática desportiva ;
- Promover a Cultura;
- Melhorar a capacidade de trabalho tanto individual como em grupo;

Ao nível do Gabinete:

- Perceber toda a gestão e dinâmica inerente ao seu funcionamento;
- Integrar a equipa do GFCD;
- Assinalar as distintas fases da realização de eventos;
- Conhecer e participar nas atividades;
- Dar continuidade aos projectos desenvolvidos;
- Apostar em novas iniciativas.

Os desafios atuais encontrados na gestão do desporto implicam uma busca de diferentes soluções e oportunidades de intervenção, que se multiplicam em função da criatividade das pessoas, das organizações e até da própria dinâmica social que encontram. O IPG como não foge a regra aquando de desafios, e exemplo disso está na forma como dar uma nova dinâmica ao desporto.

O planeamento antecipado é essencial para o sucesso de um evento independente da natureza ou dimensão do mesmo.

A elaboração de planos estratégicos de intervenção permite minimizar os riscos de falhas na organização dos eventos.

Como nos diz Almeida (2001), o planeamento é um processo imprescindível, planear cuidadosa e meticulosamente todos os passos a serem dados para a realização dos eventos.

De acordo com Brigheti *et al.* (2005) a organização de um evento pode ser dividida em quatro fases de intervenção, entre elas:

- Conceção: a ideia da organização de um evento que requer uma oferta.
- Preparação: a criação de um grupo de trabalho para a criação do evento.
- Operacionalização /exploração (ou decurso) do evento: desde a abertura da cerimónia até ao encerramento. Esta fase cobre a totalidade do evento.
- Encerramento: é a fase onde se avalia a fase anterior.

Não obstante, os preparativos iniciais, os de encerramento, e todos os outros que decorrem durante o evento, devem ter o mesmo peso e a mesma importância.

3. Atividades Desenvolvidas

3.1. Férias Desportivas

Conscientes da importância do desporto, quer na promoção da saúde quer no desenvolvimento psíquico, motor e social das crianças e jovens, o IPG através do GFCD, realizou esta atividade de 4 a 15 de Julho de 2011 com vista a oferecer um programa desportivo e umas férias saudáveis.

O meu papel foi desempenhado enquanto animadora e promotora de atividades desportivas e de lazer. Planear e desenvolver e até mesmo avaliar foi uma tarefa que me cabia enquanto monitora destas férias.

O plano de atividades foi previamente elaborado no GFCD, sempre salvo o direito de alterações, quer de horário quer de atividades. Assim sendo, a primeira semana raras foram as alterações que foram feitas ao plano original. Em relação à última semana, como forma de crítica construtiva e sentido de iniciativa elaborei um plano novo de atividades, sempre tendo em conta o plano original para não sair daquilo que o GFCD pretendia, bem como, não fugir às expectativas das nossas crianças. Outra das razões que me levou também a uma mudança, foi o facto de algumas crianças gostarem tanto da experiência da primeira semana que se voltaram a inscrever para a segunda semana.

As duas semanas de atividades decorreram dentro da normalidade de crianças de idades entre os 06 e os 15 anos. Muita diversão e muito espírito de equipa emanaram durante estas duas semanas, deixando uma vontade enorme de poder repetir a experiência para o ano que vem.

Em suma, podemos finalizar dando um balanço positivo, acerca das férias desportivas, apesar dos incidentes, tudo correu dentro da normalidade. Como todo o bom profissional, é de frisar que existem fatores que podemos melhorar para o ano, tornando esta atividade ainda mais dinâmica e cativante aos participantes. (consultar anexo 1)



Figura 7 – Grupo da 1ª Semana



Figura 8 – Grupo da 2ª Semana

3.2. Receção ao Caloiro 2011

A pedido da ESECD, eu e o meu colga de estágio Igor Pereira colaboramos na planificação e execução de uma receção aos caloiros 2011. O plano do evento consentiu no desenvolvimento de atividades desportivas aliadas a uma “carga” positiva de energia lúdica.

O plano consistiu num dia inteiro dedicado a atividades de grupo, para que para além da parte lúdica, também fosse um meio de integração para os novos alunos recém-chegados. As atividades consistiam em jogos de volei, ténis e futebol, onde cada grupo de jogadores se inscrevia e participava nas atividades desejadas, sempre preferencialmente, passar por todas as estações de jogos. Estas inscrições para além da segurança que trazia à organização, possibilitou também a apreciação dos resultados para uma avaliação mais realista.

Aliada a estas atividades decorriam workshops de Zumba no átrio exterior à ESECD, coordenados por mim com a colaboração da Professora Bernardete e algumas alunas do 2º ano de Desporto. Para que houvesse uma melhor e maior organização, em parceria com a Professora Bernardete que me facultou o espaço e as suas turmas, lecionei duas aulas de Zumba, que consistia nas coreografias que iriam ser apresentadas na Receção para a restante comunidade.

Em geral, o balanço é positivo foi uma experiência única e a repetir. Infelizmente houve coisas menos boas durante este dia mas acredito que para uma próxima edição deste evento, a nossa avaliação e publicação de resultados seja uma mais-valia, possibilitando a obtenção de excelente na execução. (consultar anexo 2)



Figura 9- Receção ao Caloiro 2012



Figura 10- Receção ao Caloiro 2012

3.3. Tertúlias Desportivas

Em parceria com os meus colegas de estágio do GFCD, decidimos trazer de volta o ciclo de tertúlias desportivas, trazendo até aos intervenientes uma oportunidade de intervir e interagir com os convidados, tendo uma imagem mais real da situação atual da cidade da guarda nos vários setores desportivos. Assim sendo, o I e II Ciclo teve lugar mais uma vez no Auditório da AAG nos dias 31 de Outubro e 28 de Novembro de 2011 pelas 21h. Os temas abordados na I Tertúlia Desportiva foi *Desportos de Academia na Guarda*, e trouxe como convidados os representantes dos ginásios Bem-me-quer, Clube Bem estar, Fitness BiBi, Lusitânia, Stadius fitness club.

No II ciclo o tema abordado foram *Desportos Coletivos na Guarda*. Esta tertulia teve como preletores os representantes da Associação de Basquetebol, Associação de Voleibol, Guarda Unida (Futebol), Associação de Atletismo.

No global posso fazer uma apreciação muito positiva e realçar o facto de nas duas edições deste ciclo de tertúlias o número de participantes excedeu as nossas expectativas. O controlo dos participantes foi feito através de folhas de presença á entrada do auditório onde teria de conter os dados do interveniente desde o nome e se aluno qual o curso e o ano que frequenta e ainda, os contactos telefónicos e email. Este, serviu não só para que em próximas edições possamos avisar os participantes de mais um ciclo de tertúlias, mas também, para que pudéssemos fazer uma avaliação realista do evento, quanto ao número de participantes.

Em ambos os ciclos, a minha intervenção focou-se no desenvolvimento dos cartazes de divulgação, organização da tertúlia (data-show, computador, águas, lembranças, mesas, cadeiras, entre outros), publicação no facebook do GFCD o convite para a participação no evento e o envio de emails aos alunos a alertar sobre o evento.

(consultar anexo 3)



Figura 11- I Ciclo de Tertúlias Desportivas



Figura 12- II Ciclo de Tertúlias Desportivas

3.4. Ação de Formação de Defesa Pessoal

Saber proteger a nossa integridade física quando é ameaçada, é um direito de cada cidadão. Infelizmente, não é tão simples quanto isso. No entanto, alguns exercícios práticos de defesa pessoal, podem ser valiosos em algumas circunstâncias. Saber avaliar as situações que colocam a nossa vida em risco, é um fator muito importante para tomar a decisão mais correta. Foi então neste alinhamento que eu e o meu colega de estágio Igor Pereira desenvolvemos um projeto no GFCD, tendo por tema uma Ação de Formação de Defesa Pessoal, com técnicos qualificados que possibilitassem uma aprendizagem enriquecedora para cada indivíduo, mas também fortalecer a autoconfiança e preservar, reabilitar músculos e comportamentos “adormecidos”.

Esta atividade, teve lugar no dia 16 de Novembro de 2011 pelas 14h na Sala de Dança 1 na ESECD. O público interveniente na ação foi a comunidade politécnica em geral. Durante a ação foram dadas explicações teóricas e práticas sobre a agressão e como nos podemos prevenir destas sem nunca nos subjugarmos, tal como, nunca provocar situações de risco.

A retrospectiva que posso fazer é positiva, apontando apenas um aspeto negativo, devido ao facto da grande maioria se inscrever apenas no próprio dia impossibilitou-nos fazer uma gestão em relação espaço- público, o que tornou o espaço pequeno para tantos participantes.

Nesta ação o meu papel passou todas as fases, desde a conceção do plano até à divulgação, passando pela execução até finalmente à avaliação. Todo este evento foi desenvolvido e acompanhado por mim. (consultar anexo 4)



Figura 13- Ação de Formação de Defesa Pessoal Figura 14- Ação de Formação de Defesa Pessoal

3.5. Ação de Formação de Natação – “Atividade Lúdica para o ensino de Croll e Costas”

A modalidade desportiva de natação, para além de ser útil é recreativa. É do conhecimento geral, que esta modalidade ajuda não só no cuidado do corpo, mas também ajuda o nosso sistema imunitário, aqui está a razão pela qual os utentes portadores de doenças respiratórias e ossos são aconselhados a praticar esta modalidade.

Neste sentido, os estagiários na pessoa do GFCD, decidimos organizar uma Ação de Formação de Natação com o título “Atividade Lúdica para o Ensino de Croll e Costas”. Esta ação está empiricamente direcionada para os praticantes e lecionadores desta modalidade, nomeadamente o curso de Licenciatura de Desporto bem como os CET’s de vertente desportiva no IPG. Mas, não só para os alunos e docentes do IPG de destinou esta ação. Todos aqueles que sentissem interesse pelo tema poderiam participar, inscrevendo-se para no final obterem o certificado de participação.

Nesta ação o meu papel passou todas as fases, desde a conceção do plano até á divulgação, passando pela execução até finalmente á avaliação. Todo este evento foi desenvolvido e acompanhado por mim. (consultar anexo 5)



Figura 15- Ação de Formação de Natação



Figura 16- Ação de Formação de Natação

3.6. Mega Aula de Hidroginástica Solidária

A organização deste evento teve como principal objetivo, divulgar o espaço da piscina do IPG. Aliada a um cariz solidário esta aula deu apoio á Cáritas Diocesana da Guarda, revertendo todos os fundos a favor desta causa.

O total de participantes foi satisfatório muito embora se espera-se mais participantes. Contudo o objetivo foi atingido com sucesso.

Neste evento para além de toda a conceção elaboração e avaliação do evento, fui também uma das instrutoras desta Mega Aula em conjunto com a Professora Maria João, minha orientadora da instituição. (consultar anexo 6)

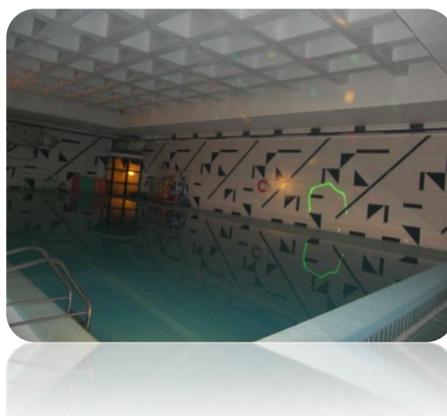


Figura 17- Mega Aula de Hidroginástica Solidária

3.7. II Open de Ténis

Após o sucesso do I Open de Ténis a 1 de Junho de 2011, decidimos (estagiários e GFCD), levar a cabo mais uma edição deste torneio, possibilitando que mais adeptos deste desporto pudessem participar e usufruir da atividade.

As minhas funções neste evento foram apoiar os meus colegas de estágio, fazendo as tabelas de inscrição, divulgação do evento, e preparação para o dia do evento. Infelizmente não pude estar presente no dia de desenvolvimento da atividade devido a problemas de saúde. (consultar anexo 7)



Figura 18- II Open de Ténis

3.8. Escola de Andebol do IPG

Tendo em conta o elevado valor educativo que o andebol assume na formação dos jovens, bem como a considerável implantação nacional que esta modalidade tem vindo a conseguir, a Federação de Andebol de Portugal, em conjunto com a Associação de Andebol da Guarda e o Instituto Politécnico da Guarda, levaram a cabo o desenvolvimento deste projeto no sentido de divulgar e dinamizar a prática desta modalidade, na cidade da Guarda.

Principais objetivos:

- Colocar o IPG ao serviço da comunidade pública nomeadamente na colaboração da construção de um projeto de vida saudável.
- Promover a ocupação dos tempos livres das crianças e jovens, através da prática da modalidade de andebol.
- Possibilitar a integração e o enquadramento das equipas da escola de andebol aos discentes dos cursos de desporto do IPG, com objetivos de formação profissional: técnica (adjuntos de treinadores) ou no âmbito da realização de estágios profissionais ou de trabalhos de investigação.
- Promover e apoiar ações de divulgação e propaganda que possibilitem um conhecimento adequado das ações e atividades do andebol.

Nesta área de abrangência do GFCD, os recursos humanos são escassos ou quase nulos, ao qual a minha orientadora no local de estágio me ia questionando e pedindo auxílio para a realização de tarefas relacionadas com a escola de andebol, desde cartões de jogos (segue em anexo 8) até aos preparativos para os jogos, material equipamentos, transporte etc.

3.9. Piscina do IPG

O Instituto Politécnico da Guarda pretende com o funcionamento da piscina fora dos horários escolares a prática de exercício de atividade desportiva, como fator cultural, educacional e social indispensável na formação plena da pessoa e no seu envolvimento.

O direito ao desporto é um direito de todos os cidadãos enquanto elemento indispensável ao desenvolvimento da sua personalidade visando garantir a igualdade de direitos e oportunidades quando ao acesso e à generalização da prática desportiva (Lei n.º 30/2004, de 21 de Julho, Lei de Bases do Desporto)

A piscina tem como principal objetivo na sua utilização:

- Incrementar hábitos de participação contínua da população em atividades desportivas, num ambiente seguro e saudável, que contribua para o bem-estar da população social e a melhoria da qualidade de vida, bem como o progresso técnico e melhoria da qualidade nos serviços prestados à população;
- Satisfazer as necessidades da população ao nível da educação formação e socialização;
- Aumentar os índices de participação regular na prática das atividades desportivas, diminuindo o sedentarismo e a obesidade, contribuindo para o aumento dos índices de saúde na população em geral;
- Promover a sociabilização, recreação e ocupação dos tempos livres de forma salutar e agradável;
- Contribuir para a melhoria qualitativa e quantitativa da formação de agentes desportivos e outros.

Na gestão da piscina as minhas tarefas foram, o melhoramento do desdobrável, colaboração na realização do novo regulamento da piscina, divulgar os serviços prestados na piscina, a realização de inscrições e colaboração da divisão das turmas. No que diz respeito às aulas, fui monitora das aulas de Hidroginástica às segundas e quintas-feiras das 10h às 10:45m num grupo aproximadamente 10 senhoras inscritas e também às segundas pelas 14:30m monitora de aulas de adaptação ao meio aquático, a uma grupo de 14 crianças de idades compreendias entre os 3 e os 5 anos de idade, que fazem parte do grupo Infantário Paraíso. (consultar anexo 9)

3.10. Aulas de Natação e Hidroginástica

Na piscina do IPG, durante o tempo de estágio apoiei na medida em que, auxiliei na monitorização das aulas de segundas e quintas-feiras de manhã das 10:00h às 10:45h, de Hidroginástica. E às segundas das 14:30h às 15:30h aulas de adaptação ao meio aquático.

O grupo de hidroginástica era composto por cerca de 14 senhoras de idades entre os 35 e 70 anos. Uma vez que este grupo era muito díspar, os exercícios aplicados tinham variáveis, em que, os elementos com maior dificuldade na execução poderiam fazer uma variação, alcançando com sucesso os objetivos da aula. (consultar anexo 9)

O grupo de natação, adaptação ao meio aquático, era composto 14 a 15 elementos por sessão, isto porque, como a época é de frio para as crianças, alguns pais não os levavam à creche. Cada aula era dividida em sessões de 30 minutos com 7 elementos em cada bloco. Como monitora desta aula em conjunto com a professora Maria João, vimo-nos obrigadas a dividir o grupo ao meio, uma vez que, metade dos alunos se encontrava na fase inicial de adaptação à água e alguns ainda com receio de estar no meio aquático. Assim sendo, das 14:30h às 15:00h 7 crianças com idades compreendidas entre os 2 a 3 anos de idades, realizavam atividades lúdicas, de forma a ambientarem-se com o meio em questão (consultar anexo 9). Das 15:00 às 15:30h o restante grupo que variava entre 7 a 8 crianças com idades compreendidas entre os 4 anos, realizavam atividades lúdicas de forma a adaptarem-se já às técnicas ainda rudimentares (no seu caso) de nado, tais como, jogos para respiração, jogos para treino de braçadas etc.

3.11. BTT /Caminhada

Com o intuito de dar continuidade a uma das tradições desportivas do IPG, como estagiários do GFCD, pretendíamos sensibilizar a comunidade politécnica para a importância da atividade enquanto parte integrante da vida quotidiana e através do passeio de BTT dar a conhecer terras, caminhos e histórias da identidade egitaniense.

Esta atividade de momento não foi realizada, mas tal, está tudo planeado de forma a poder realizar-se e dar continuidade à atividade proposta. (consultar anexo 10)

3.12. Magusto IPG

Este projeto incidiu num evento de uma tarde de castanhas assadas e jogos tradicionais, a realizar no campus do IPG com este evento tínhamos como objetivo proporcionar e/ou reviver, à comunidade do IPG, os jogos e brincadeiras de antigamente. (consultar anexo 11).

Esta atividade, não foi realizada, devido á falta de disponibilidade e de recursos que no momento disponhamos, mas espera-se que seja realizada para o próximo ano letivo.

3.13. Semana Aquática

A água é o ambiente ideal para a prática de exercício físico, sendo eleita por muitos praticantes de desporto, pois promove a leveza do corpo e favorece a resistência dos movimentos. As atividades aquáticas têm um papel fundamental no programa de atividades, podendo ser praticadas em família ou individualmente. Desde a Natação à Hidroginástica, as atividades de Piscina são divertidas e diversificadas.

Neste âmbito, o GFCD pretende criar uma semana inteiramente dedicada a atividades aquáticas e desportivas diversificadas.

Esta atividade ainda não foi realizada, devido à agenda já programada anteriormente e à falta de recursos para a execução da mesma durante o período de estágio. Assim sendo, tudo está planeado para que se possa realizar, a qualquer momento que seja possível ao GFCD. (consultar anexo 12)

3.14. Criação do Facebook do GFCD

Devido á atual situação em que nos encontramos em todo mundo, a ligação às redes sociais, tornou-se quase imprescindível para o gabinete, a criação de uma página de Facebook, onde consta toda a informação relativa ao gabinete, deste contactos, atividades e formas de inscrição para as mesmas.

Esta ideia surgiu em conjunto com o GFCD, tentando aproximar mais o gabinete do público-alvo, captando mais a atenção para as atividades realizadas, quer interna quer externamente ao IPG. Também nestas páginas encontram-se postadas fotografias de todas as atividades realizadas pelo GFCD, podendo ser consultadas e baixadas por qualquer que assim o deseje.

4. Reflexão Final

“ Há um tempo em que é preciso abandonar as roupas usadas, já que tem a forma do nosso corpo, e esquecer os nossos caminhos, que nos levam sempre aos mesmos lugares. É o tempo da travessia: e, se não ousarmos fazê-la teremos ficado, para sempre, à margem de nós mesmos” (Fernando Pessoa, 2011).

O presente relatório de estágio curricular da licenciatura em animação sociocultural, corresponde a um conjunto de anseios e vontades que se foram construindo no decorrer destes 3 meses. A natureza essencialmente prática do trabalho permitiu contactar com o mundo laboral, aplicando os conhecimentos teóricos empíricos e metodológicos adquiridos ao longo dos 3 anos do curso, possibilitando obter conhecimento e experiência numa área de elevado interesse para mim. O conhecimento prático deverá sempre ser aliado ao teórico, pois é a única forma de cada profissional se dotar de instrumentos que enriqueçam a sua prática e desempenho. É pois, neste modelo que apoia a formação onde ela é necessária, ou seja, no terreno, na qual eu me revejo, daí a curiosidade e vontade em aumentar o meu conhecimento. Os objetivos inicialmente propostos para o estágio foram alcançados, tendo sido mesmo excedidos no sentido em que a envolvimento, integração e trabalho no Gabinete ultrapassou as expectativas iniciais. O estágio permitiu-me vivenciar os diferentes momentos da organização dos diferentes eventos. Desde a sua conceção até à sua avaliação, em que muitos são os passos necessários para a sua realização, muitos são os seus intervenientes e nem mesmo a sua organização sistemática e pensada, consegue antecipar todos os percalços e ajustes necessários ao seu desenvolvimento harmonioso.

Durante todo o processo de estágio, senti que evoluí em vários aspetos. As competências técnicas, científicas e pedagógicas melhoraram de forma progressiva e no final, senti-me preparada e acima de tudo confiante e motivada para enfrentar o que futuro tem reservado para mim enquanto profissional de Animação Sociocultural.

De todas as atividades realizadas durante o estágio houve umas com mais dificuldades sentidas que outras.

Nestas diferenças reside o facto de em algumas existirem já experiências vividas anteriormente e conhecimento teórico e prático advindo das mesmas.

Assim, a parte da organização e gestão de eventos, foi a parte em que houve uma menor necessidade de saber mais acerca de toda a orgânica e dinâmica. No entanto, a necessidade de aprofundar conhecimentos na área da gestão desportiva foi essencial pois não tinha conhecimentos na área o que me levou a inscrever no XII Congresso nacional APOGESD com da minha orientadora.

Inicialmente, a revisão dos dossiers existentes no GFCD, permitiu-me conhecer algumas das atividades que são parte integrante do planeamento anual e determinar então, as áreas que fariam parte do estágio, bem como os objetivos a alcançar e as áreas que poderiam ser de interesse geral aquando da realização de formações. Devido também a conhecimentos adquiridos durante a minha formação académica programas como Corel, não apresentaram ser um obstáculo, aparentemente, mas contudo, foi ao nível da multimédia e manuseamento de material informático que senti mais dificuldade.

O Instituto Politécnico da Guarda, através do GFCD e da ESECD, oferece um leque variado de formação e prática desportiva, permitindo um enriquecimento profissional e pessoal dos alunos e todos aqueles que participam.

Ao longo do estágio, a avaliação das atividades, foi realizada através da observação participante e avaliação por inquéritos por questionário a todos os participantes nas atividades, nomeadamente as ações de formação, no sentido de se tentar perceber se as ações de formação e as atividades desenvolvidas eram ou não de interesse do grupo-alvo e se respondiam às suas expectativas.

De acordo com a análise dos inquéritos por questionário, posso fazer uma avaliação geral das atividades desenvolvidas entre o bom e muito bom (consultar anexos dos gráficos de todas as ações). As atividades, como, aulas de natação, aulas de hidroginástica, jogo amigável IPGxUBI, receção ao caloiro e tertúlias Desportivas, a avaliação não foi feita por escrito mas sim numa avaliação/ reflexão em conjunto, onde foi perguntado aos participantes as suas opiniões sobre a atividade que gostaram mais e

o que mudariam. De uma forma geral todos concordaram que as atividades se classificavam entre o bom e muito bom.

Saliento desde já, um aspeto negativo neste estágio, o pouco tempo de duração e a época em que este se insere não me permitiu desenvolver mais atividades do que aquelas que já estavam programadas, desde o início do estágio. Gostaria de ter podido conhecer a realidade da instituição em causa noutra altura que não o início das aulas, pois é uma altura de “voltar ao trabalho” onde as atividades desenvolvidas são poucas já que se encontram em época de encerramento do ano letivo anterior.

Realizei todas as atividades com sucesso, algumas delas com uma taxa ainda maior do que a esperada, como é o caso da ação de formação de defesa pessoal. E outras ainda em que eram esperados mais alunos a participar, como foi o caso da ação de formação de natação “atividade lúdica para o ensino de croll e costas”, uma vez que era uma atividade de todo o seu interesse para a construção da sua formação enquanto técnico.

Com o nível de participação nas ações de formação, a cargo do GFCD, foi possível concluir que os temas abordados foram do interesse do público em geral e da comunidade estudantil em particular.

No que diz respeito às aulas de natação e hidroginástica, devo dizer que de alguma forma “aguçaram” o meu interesse para as modalidades. Apesar de já ter sido atleta na modalidade de natação durante alguns anos e aluna de aulas de hidroginástica, de alguma forma o leccionar e a gestão destas aulas me cativou e me levou a especializar-me na área. Procurei sempre, junto da minha orientadora, auxílio para que existisse um bom trabalho de equipa e para que também os objetivos não só do estágio mas também da piscina fossem atingidos, com a maior taxa de sucesso possível. Espero desde já que o futuro me reserve, boas expectativas na área na Animação Desportiva, nomeadamente, nas áreas abordadas ao longo deste estágio.

Em suma, estou certo que o estágio foi sem dúvida uma experiência profissional, um local de ensino permanente e enriquecedor que me permitirá transferir as competências que adquiri para o setor da minha paixão, a animação desportiva.

Bibliografia

Almeida, B. (2001). *O desempenho dos voluntários e profissionais na organização de eventos internacionais: o papel das relações humanas.*

Ander-Egg, E. (2002). *La práctica de la animación sociocultural y el léxico del animador.* Lima: Fondo Editorial PUCP.

Araújo, J. (1986). *Guia d animador e dirigente desportivo.* Alfragide: Edição Caminho.

Batista, M.^a Margarida e Andrade, Paulo (2005) – *Organizações Desportivas: um contributo para uma nova atitude.* Lisboa: FMH.

Besnard, P. (1991). *La animación sociocultural.* Barcelona: Ed. Paidós Educador.

Cembranos, F.; Montesinos, D. e Bustelo, M. (1989). *La animación sociocultural: una propuesta metodológica.* Promoción Cultural. São Paulo: Editora Popular.S.A.

Dias, P.(2006): *Os grandes eventos desportivos.*

Dumazedier, Joffre (2000). *Lazer e Cultura Popular.* São Paulo: Perspectiva.

Fernandez, P. (2002). *El médio natural como punto de encuentro del turismo y el deporte: crecimiento y diversificación.* M. Brasileiro e S.Rico (eds). *Nuevas tendencias de prácticas físico-deportiva en el médio natural.* Granada

Gonzalez, Mário Viché (1997). *Una Pedagogia de la Cultura – La Animación Sociocultural.* Zaragoza: Librería Certeza.

Kotler, Philip. (1999). *Marketing para o século XXI: como criar, conquistar e dominar mercados.* Tradução Bazán Tecnologia e Lingüística. São Paulo: Futura,

Lança, R. (2007). *O Desporto e o Lazer - uma gestão integrada.* Lisboa: Editorial Caminho.

Lima, A. (1994). *A Educação Física da Recreação como meio pedagógico estruturado de comunicar Animação Desportiva Escolar*. Tese de Mestrado apresentada à Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade de Coimbra.

Limbos, E. (1984). *La formation des animateurs des groupes de jeunes*. Paris: Les Editions ESF.

Lopes, M. (2008). *Animação Sociocultural em Portugal*. (2ª ed.). Amarante: Ed. Intervenção.

Macaya, G. (2004). *La contribucion del turismo y del deporte al desarrollo sostenible*. Apunts: Educacion Fisica y Deportes. (78), p.51-55.

Pires, G. (2007). *Gestão do desporto: Desenvolvimento organizacional*. Porto

Quintas, S. e Castaño, M^a Angeles. (1998). *Animacion Sociocultural. Nuevos Enfoques*. (3ª ed.). Salamanca: Amarú Ediciones.

Roesch, Sylvia Maria Azevedo (1996). *Projetos de estágio do curso de administração: guia para pesquisas, projetos, estágios e trabalhos de conclusão de curso*. Colaboração: Grace Vieira Becker e Maria Ivone de Mello. São Paulo: Atlas.

Sallent, O. (1991). *El deporte y el turismo: un campo fascinante*. Apunts: Educacion Fisica y Desporte.

Trilla, J. (1998). *Animação sociocultural. Teorias, programas e âmbitos*. Col. *Horizontes Pedagógicos*. Lisboa: Instituto Piaget.

Toraille, Raymond (1979). *A animação pedagógica*. Lisboa: Sociocultura.

Velve, C.(2000). *Na alternate Conception of competence: Implications for vocational education and practice*. Paper presented at The UTS research Centre Vocational education & Training Working Knowledge: Productive Learning at Work.

Ventosa, V. (2002). *Fuentes de la animacion sociocultural en Europa*. Madrid: Editorial CCS.

Webgrafia

- http://twintwo.ipg.pt/@/6CE5208576EFF31B7ED61BFA09A8E894/courses/1/TAB_INSTITUTO/content/_184082_1/Regulamento%20org%C3%A2nico%20Servi%C3%A7os%20Centrais.pdf [Online] // www.ipg.pt. - 12 de 1 de 2010. - 16 de 9 de 2011.
- http://twintwo.ipg.pt/@/A90B596ECAAFA61088B3DDE15F3821AC/courses/1/TAB_INSTITUTO/content/_184082_1/Regulamento%20org%C3%A2nico%20Servi%C3%A7os%20Centrais.pdf [Online] // IPG. - 18 de 9 de 2011.
- http://twintwo.ipg.pt/webapps/portal/frameset.jsp?tab_id=_24_1 [Online] // www.ipg.pt. - 9 de 9 de 2011.
- <http://www.citador.pt/frases/citacoes/a/fernando-pessoa> [Online] / autor Pessoa Fernando // www.citador.pt. - 23 de 9 de 2011.
- <http://www.citador.pt/frases/citacoes/t/esforco> [Online] / autor Atkinson Thomas // www.citador.pt. - 23 de 9 de 2011.
- IPG[Online] // http://twintwo.ipg.pt/webapps/portal/frameset.jsp?tab_tab_group_id=_15_1. - 13 de 9 de 2011.
- wikipedia[Online] // http://pt.wikipedia.org/wiki/Guarda#Hist.C3.B3ria_Breve. - 1 de 9 de 2011.
- www.multimedia.guarda.pt[Online] // <http://www.executivo.guarda.pt/actualidade/noticias/aregiao/Paginas/jornadas-de-gesto-instituto-politcnico-da-guarda.aspx>. - 31 de 3 de 2011. - 20 de 9 de 2011.

- <http://www.efdeportes.com> Pereira, A. e Félix, M. (2002). *Siglo XXI: Nuevos valores, nuevas profissões. Una perspectiva del ocio deportivo en la naturaleza integrado en el turismo*. Lecturas: Educacion Física y Deportes 8 (50). Consultado a 03-12-2011
- http://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/2205/1/22920_ulfp035539_tm.pdf/
Consultado em 10-01-2012
- <http://www.univrsia.com.br/materia.jsp?materia=8146/> Consultado em 10-01-2012
- http://www.citador.pt/pensar.php?pensamentos=Fernando_Pessoa&op=7&author=334
Consultado em 10-01-2012
- <http://www.online24.pt/jose-jorge-letria/> Consultado a 05-12-2011

Anexos

[Anexo 1- Férias Desportivas](#)

[Anexo 2- Receção ao Caloiro 2011](#)

[Anexo 3- Tertúlias](#)

[Anexo 4- Ação de Formação de Defesa Pessoal](#)

[Anexo 5- Ação de Formação de Natação](#)

[Anexo 6- Mega Aula de Hidroginástica Solidária](#)

[Anexo 7- II Open de Ténis](#)

[Anexo 8- Escola de Andebol](#)

[Anexo 9- Piscina](#)

[Anexo 10- Projeto BTT e Caminha](#)

[Anexo 11- Projeto Magusto](#)

[Anexo 12- Semana Aquática](#)

[Anexo 13- Cronograma de Actividade GFCD](#)



Relatório Férias Desportivas 2011

Instituto Politécnico da Guarda

Gabinete de Formação Cultura e Desporto

Índice

Agradecimentos

Introdução.....	0
1ª Semana de 04 de Julho a 08 de Julho de 2011	1
Segunda-feira, 04 de Julho de 2011	2
Terça-feira, 05 de Julho de 2011.....	3
Quarta-feira, 06 de Julho de 2011	4
Quinta-feira, 07 de Julho de 2011	5
Sexta-feira, 08 de Julho de 2011	6
2ª Semana de 11 de Julho a 15 de Julho de 2011	8
Segunda-feira, 11 de Julho de 2011	8
Terça-feira, 12 de Julho de 2011.....	9
Quarta-feira, 13 de Julho de 2011	10
Quinta-feira, 14 de Julho de 2011	11
Sexta-feira, 15 de Julho de 2011	12
Recursos	14
Recursos Físicos	14
Recursos Humanos.....	14
Recursos Financeiros	15
Receitas e Despesas.....	15
Apoios	15
Conclusão	16
Apêndices	
Anexos	

Agradecimentos

Introdução

O fim do período lectivo e a chegada da época de férias, simboliza muitas vezes, o conflito dos pais em relação à questão de, onde deixar os seus educandos, e preferencialmente num local seguro, atractivo e estimulador.

Neste âmbito, a actividade “Férias Desportivas” proporcionada pelo Instituto Politécnico da Guarda, teve como objectivo principal, proporcionar um conjunto de iniciativas de forma a promover a instituição e oferecer um intercâmbio, com a Comunidade Guardense, bem como, Sensibilizar os participantes para os valores de ética e espírito desportivo; Desenvolver nas crianças e jovens a criação de hábitos desportivos e culturais que sirvam para a vida, aprendendo a usufruir lúdica e pedagogicamente do seu tempo livre; Promover o desenvolvimento físico geral, de uma forma equilibrada e harmoniosa; Facultar aos pais o enquadramento dos seus filhos num projecto credível, seguro com qualidade, possibilitando a sua valorização; Motivar as crianças e jovens para a participação em actividades ao ar livre.

Com o intuito de consulta por parte dos encarregados de educação, foi elaborado um regulamento interno, em relação às férias desportivas, que esteve disponível do site do Gabinete de Formação Cultura e Desporto. (consultar anexo 1)

A divulgação das Férias Desportivas 2011, foi realizada através de e-mail, flyers com a ficha de inscrição, posters e site do GFCD. (consultar anexo 2)

1ª Semana de 04 de Julho a 08 de Julho de 2011

As actividades desenvolvidas, no decorrer da semana revelaram-se estimulantes e atractivas para os participantes, mediante a observação na sua participação e empenho demonstrado.

As acções realizaram-se, entre os espaços do campus do Instituto Politécnico da Guarda, a piscina do mesmo, a sala dos computadores da Escola Superior de Tecnologia e Gestão, Auditório na mesma, praia fluvial da Aldeia Viçosa, Parque Urbano do Rio Diz (Polis), Pavilhão Desportivo Municipal de S.Miguel, Ginásio e Sala de Dança da Escola Superior de Educação Comunicação e Desporto e Parque da Senhora dos Verdes em Gouveia.

Nesta semana, uma vez que se reserva o direito de fazer ajustamento no programa ao GFCD, este achou por bem, fazer algumas alterações para que torna-se o programa mais lúdico – pedagógico. Assim, a actividade descrita no flyers de divulgação, referente à segunda-feira da parte da manhã, as actividades de andebol e badminton, foram substituídas por jogos didácticos e de cooperação grupal, para que o contacto inicial entre os membros do grupo fosse de empatia.

Os almoços e lanches, foram servidos na cantina dos serviços centrais no IPG, exceptuando terça e quarta-feira, onde cada participante teve de levar o seu almoço, para o Parque da Senhora dos Verdes e no dia posterior, o almoço foi ao seu encargo no Mc'Donalds. Da mesma forma, o jantar de quinta-feira, foi servido na cantina II, situada nas residências junto aos serviços sociais e ainda o pequeno-almoço de sexta-feira, foi dado no bar na ESECD. A meio da manhã, foram distribuídas bolachas, bolos e águas a cada membro participante (ofertas da coordenadora do GFCD, Dra. Maria João Silva).

No final da manhã de sexta-feira, foi feita uma retrospectiva junto dos participantes, onde cada membro deu a sua opinião sobre as actividades desenvolvidas, aspectos positivos, negativos e aspectos a melhorar para o ano que vem. Como culminar da semana desportiva, foi visualizado um filme no auditório da ESTG, terminando com o lanche na cantina dos serviços centrais.

Segunda-feira, 04 de Julho de 2011

Participantes

Nesta primeira semana, o número de participantes constou em 27 crianças, com idades compreendidas entre os 6 e os 13 anos de idade. (consultar anexo 4)

Nesta primeira semana, podemos constatar que, o público participante foi predominante pelo sexo masculino, com 16 elementos e no sexo feminino 11 elementos. (Consultar gráfico em apêndices)

Parte da Manhã

Recepção aos Participantes

Numa primeira abordagem ao grupo, foi distribuído um cartão de identificação, uma t-shirt e um boné a cada criança/jovem. Aos encarregados de educação, foi entregue um cartão, onde constava o nome e contacto de cada um dos monitores, bem como, da mesma forma, foi fornecido a cada encarregado de educação, um plano de actividades semanal, com a descrição do material necessário para cada dia (consultar anexo 5).

Posteriormente, os participantes, foram divididos em 4 grupos em que a cada grupo correspondia uma cor sendo elas: o verde, o azul, o laranja e o vermelho. Esta identificação, era reconhecida pelos cartões de identificação que tinham, a fita da cor correspondente ao grupo.

Piscina e Jogos Didácticos no Campus do IPG

Feita a separação dos participantes por grupos, foi determinado que iriam ser divididos em dois grupos, onde iriam para a piscina enquanto o outro grupo ficava no campus a realizar as actividades propostas. No final, os grupos trocavam, passando ambos pelos dois locais.

Na piscina, foram realizados jogos de adaptação ao meio aquático e jogos pré desportivos de competição (consultar anexo 6).

Jogo “do Lixo”, Jogo “das Bóias”, “Corrida de Colchões” e Jogo “da Batata Frita”, foram as actividades que os membros das equipas puderam participar e pontuar.

No campus do IPG, as actividades consistiam na interacção grupal e cooperação, para poderem terminar as provas com sucesso.

Os jogos desenvolvidos, fundamentaram-se no jogo “da Reciclagem”, no “Caminho Invisível” e nas “Bolas de Ping – Pong”.

Parte da Tarde

Divididos por grupos, os participantes, foram encaminhados para a Escola Superior de Tecnologia e Gestão e uma parte do grupo (verdes e vermelhos) direccionou-se para a sala dos computadores, onde realizou uma capa para posteriormente colocar no livro de autógrafos, que cada um irá realizar no final da semana. Simultaneamente, a outra metade do grupo (laranjas e azuis), encontrava-se numa sala na mesma escola, a escolher um logótipo e atribuir um nome ao grupo. Terminada esta tarefa, era de responsabilidade de cada membro desenhar o logótipo e o nome do grupo nas costas da t-shirt fornecida pelo GFCD. Da mesma forma, tiveram de identificar com o seu primeiro e último nome o cartão de identificação, o boné, e a t-shirt (material cedido pelo Instituto Politécnico da Guarda).

Os dois grupos, trocaram de turno, possibilitando a mútua participação nas actividades programadas.

Terça-feira, 05 de Julho de 2011

Parte da Manhã

Recepcionadas as crianças/jovens, no átrio dos serviços centrais, estes, foram encaminhados para a camioneta. A planificação das actividades, deste dia, coube à organização do Parque da Senhora dos Verdes situada em Gouveia. Chegada a camioneta ao parque, os responsáveis encaminharam-nos para a cabana onde cada participante, que assim deseja-se, teria de se equipar com o material de segurança para efectuar a descida em slide. Avançaram dois monitores, para a torre, de onde seria o ponto de partida e outros dois ficaram no solo no ponto de chegada. Mais tarde, os restantes participantes trocaram o material para também eles participarem na actividade.

Terminada esta fase, as crianças/jovens, dirigiram-se para a zona de Arco e Flecha, onde após breve explicação do responsável, cada membro das férias desportivas pode experimentar a modalidade. Posteriormente e terminada a actividade, o grupo direccionou-se para a zona dos karts e do minigolfe. Aqui, para uma melhor organização, estipulou-se, que dois grupos estariam no minigolfe os outros dois estariam nos karts e mais tarde trocariam usufruindo ambos das modalidades.

Parte da Tarde

Findado o almoço, o grupo dirigiu-se para a zona da piscina, situada nesse mesmo parque, enquanto as crianças/jovens, faziam o período de digestão, efectuaram jogos lúdicos.

No final da tarde, feita a hora da digestão, as crianças/jovens puderam usufruir do espaço aquático e divertir-se de forma livre mediante orientação dos monitores e controlo do nadador salvador, segundo as regras de utilização da piscina.

Quarta-feira, 06 de Julho de 2011

Parque Urbano do Rio Diz (Polis)

Parte da Manhã

Na parte da manhã, foram desenvolvidas actividades, pré -desportivas de iniciação às modalidades de andebol e futebol.

Assim sendo, foram proporcionados os seguintes jogos: Jogo “dos 10 Passes”, Jogo do “Mata”, Jogo “A Jaula”, Jogo “Bola ao Capitão”.

No término das actividades, o grupo efectuou uma caminhada desde o parque polis até ao Mc'Donalds, mediante observação e orientação dos monitores.

Parte da Tarde

No findar do almoço, fez-se uma caminhada em direcção ao Pavilhão Municipal S.Miguel.

Pavilhão Municipal S.Miguel

Com o objectivo de competição e desenvolvimento motor, durante a parte da tarde foram desenvolvidas actividades, nas modalidades de Escalada e Jogos Colectivos no Andebol e Futebol.

Foi feito, um torneio de todos contra todos, num espaço de tempo pré-determinado pelos monitores e a coordenadora. As equipas, iam alterando com os restantes elementos que se encontravam na escalada.

Quinta-feira, 07 de Julho de 2011

Praia Fluvial Aldeia Viçosa

Parte da Manhã

Após concentração feita no átrio dos serviços centrais, partimos na camioneta do IPG, em direcção à praia Fluvial da Aldeia Viçosa.

Antes da hora de almoço, os grupos efectuaram actividades, enquadradas nas modalidades de voleibol, futebol de praia, jogos de mesa (pintura, stop etc.) e tabuleiro (damas, xadrez, dominó etc.). Finalizada esta fase, foi concedido ao grupo um tempo livre onde todos decidiram um momento de “água e mais água”.

Parte de Tarde

Após a hora de almoço e um período de descanso, os participantes voltaram aos jogos didácticos.

Findado o horário para cumprir a digestão, foi proporcionado ao grupo mais um momento de água, sempre mediante orientação e observação dos monitores.

Após o lanche, regressamos ao IPG. Aqui, houve a montagem das tendas e a preparação para o acampamento.

Parte da Noite

O grupo efectuou uma caminhada até à cantina II, situada nas residências, junto aos serviços sociais, onde foi servido o jantar. Sendo este, o dia autorizado para a hora do gelado, cada criança/jovem pode deliciar-se, com este, junto da natureza, no jardim José de Lemos.

Uma Caminha animada de regresso ao instituto, proporcionou ao grupo momentos de lazer, com cânticos e gritos de grupo. Durante o momento de pausa para a digestão, foram realizados, jogos lúdicos inter - grupais tais como, apanhada, congela e anaconda.

Finalmente e como encerramento das actividades deste dia o grupo, foi encaminhado para o recinto da piscina do Ipg. Aqui, participaram em actividades de hydro-ginastica, jogos com colchões e horário livre.

Assim sendo, tomado o banho e feita a higiene de cada um, foram encaminhados para as tendas, para o merecido descanso.

Sexta-feira, 08 de Julho de 2011

Parte da Manhã

Amanheceu, e logo as crianças despertaram, dando assim inicio, ao último dia das férias desportivas. Apesar do cansaço bem visível nos participantes, seguimos para o bar na ESECD, onde foi servido o pequeno-almoço aos participantes. Seguidamente, e mediante a orientação dos monitores, o grupo foi dividido em dois, ficando metade do grupo no ginásio da ESECD e outro seguindo para a Reprografia situada nos serviços centrais.

O grupo que ficou no ginásio, efectuou um circuito, entre a cama elástica, mini - trampolim, trava olímpica e banco sueco. Puderam também, experimentar num workshop de step, uma outra modalidade desportiva.

No findar desta actividade, os grupos antes de trocarem de turno, com os que estavam na reprografia, foi feita uma retrospectiva sobre toda a semana, fazendo o balanço positivo e negativo das actividades desenvolvidas e dando opinião sobre o que gostariam de realizar para o ano que vem.

O grupo na reprografia, aprendeu a fazer, a encadernação do livro de autógrafos. Foi oferecido, um certificado a cada participante dizendo que estava apto a fazer encadernações, cortesia do Sr. Daniel Ferreira (reprografia do Ipg).

Parte da Tarde

Na pausa depois do almoço, as crianças/jovens, foram trocando os seus livros de autógrafos, de forma que, pudessem levar uma recordação de cada membro do grupo.

Finalizada esta tarefa, o grupo dirigiu-se para o auditório da Escola Superior de Tecnologia e Gestão, onde visualizou um filme de animação intitulado “Entrelaçados”.

Obs. Apesar do balanço de toda a semana ser positivo, esta noite em particular, proporcionou momentos menos bons, devido a uma falha, em apesar de ter sido solicitado o encerramento do sistema de rega para aquela noite, isto não aconteceu, e foi lamentavelmente, uma noite de preocupações, em relação à segurança e protecção das crianças/jovens. Muito embora, e apesar do fatídico episódio inesperado, os monitores juntamente com a coordenadora Maria João Silva, tentaram solucionar e/ou causar menos danos possíveis nas tendas dos participantes, rodando os aspersores para não molharem as tendas; facto atingido com sucesso. Porém, apesar do esforço de todos, infelizmente, uma das tendas estava colocada anteriormente em cima de um aspersor, uma vez que estes, antes da rega, não são visíveis a olho nu. Uma das crianças, teve de ser encaminhada para outra tenda, já que a sua, ficou completamente inundada.

Apesar de tudo isto, a nossa retrospectiva em relação a toda a semana foi boa, a organização e a orientação correu conforme o planeado.

No que diz respeito à avaliação das actividades, apesar de os monitores terem feito uma avaliação junto dos participantes, foram entregues aos encarregados de educação questionários, (consultar anexo 10 e apêndices) em relação, à satisfação dos mesmos nas Férias Desportivas. Infelizmente, e apesar de os participantes terem sido no total das duas semanas, 52 crianças/jovens, apenas nos foram entregues, 15 questionários, o que não nos possibilita efectuar uma avaliação correcta e coerente.

2ª Semana de 11 de Julho a 15 de Julho de 2011

Segunda-feira, 11 de Julho de 2011

Participantes

Nesta segunda semana, o número de participantes constou em 25 crianças, com idades compreendidas entre os 6 e os 13 anos de idade. (consultar anexo 8)

Podemos constatar que, nesta semana o público participante foi predominante pelo sexo feminino, com 14 elementos e no sexo masculino 11 elementos. (Consultar gráfico em apêndices)

Parte da Manhã

Recepção aos Participantes

Numa primeira abordagem ao grupo, foi distribuído um cartão de identificação, uma t-shirt e um boné a cada criança/jovem. Aos encarregados de educação, foi entregue um cartão, onde constava o nome e contacto de cada um dos monitores, bem como, da mesma forma, foi fornecido a cada encarregado de educação, um plano de actividades semanal, com a descrição do material necessário para cada dia (consultar anexo 5).

Posteriormente, os participantes, foram divididos em 4 grupos em que a cada grupo correspondia uma cor sendo elas: o verde, o azul, o laranja e o vermelho. Esta identificação, era reconhecida pelos cartões de identificação que tinham, a fita da cor correspondente ao grupo.

Piscina e Jogos Didácticos no Campus do IPG

Feita a separação dos participantes por grupos, foi determinado que iriam ser divididos em dois grupos, onde iriam para a piscina enquanto o outro grupo ficava no campus a realizar as actividades propostas. No final, os grupos trocavam, passando ambos pelos dois locais.

Na piscina, foram realizados jogos de adaptação ao meio aquático e jogos pré desportivos de competição (consultar anexo 9).

Jogo “do Lixo”, “Cotonetes Gigantes”, “O Túnel”, “ Os Náufragos”, “Ataque ao Castelo” e Pólo Aquático, foram as actividades que os membros das equipas puderam participar e pontuar.

No campus do IPG, as actividades consistiam na interacção grupal e cooperação, para poderem terminar as provas com sucesso.

Os jogos desenvolvidos, fundamentaram-se no jogo “da Reciclagem”, “Corrida se Sacos” e nas “Bolas de Ping – Pong”.

Parte da Tarde

Divididos por grupos, os participantes, foram encaminhados para a Escola Superior de Tecnologia e Gestão e uma parte do grupo (Laranjas e Azuis) direccionou-se para a sala dos computadores, onde realizou uma capa para posteriormente colocar no livro de autógrafos, que cada um irá realizar no final da semana. Simultaneamente, a outra metade do grupo (Verdes e Vermelhos), encontrava-se numa sala na mesma escola, a escolher um logótipo e atribuir um nome ao grupo. Terminada esta tarefa, era de responsabilidade de cada membros desenhar o logótipo e o nome do grupo nas costas da t-shirt fornecida pelo GFCD. Da mesma forma, tiveram de identificar com o seu primeiro e último nome o cartão de identificação, o boné, e a t-shirt (material cedido pelo Instituto Politécnico da Guarda).

Os dois grupos, trocaram de turno, possibilitando a mútua participação nas actividades programadas.

Terça-feira, 12 de Julho de 2011

Parte da Manhã

Recepcionadas as crianças/jovens, no átrio dos serviços centrais, estes, foram encaminhados para a camioneta. A planificação das actividades, deste dia, coube à organização do Parque da Senhora dos Verdes situada em Gouveia. Chegada a camioneta ao parque, os responsáveis encaminharam-nos para a cabana onde cada participante, que assim deseja-se, teria de se equipar com o material de segurança para efectuar a descida em slide. Avançaram dois monitores, para a torre, de onde seria o ponto de partida e outros dois ficaram no solo no ponto de chegada.

Mais tarde, os restantes participantes trocaram o material para também eles, participarem na actividade. Terminada esta fase, as crianças/jovens, dirigiram-se para a zona de Arco e Flecha, onde após breve explicação do responsável, cada membro das férias desportivas pode experimentar a modalidade. Posteriormente e terminada a actividade, o grupo direccionou-se para a zona de almoço ficando para a parte da tarde as restantes actividades.

Parte da Tarde

Finalizada a hora de almoço, foi a hora dos karts e do minigolfe. Aqui, para uma melhor organização, estipulou-se, que dois grupos estariam no minigolfe os outros dois estariam nos karts e mais tarde trocariam usufruindo ambos das modalidades. O grupo dirigiu-se para a zona da piscina, situada nesse mesmo parque, depois de terminar as tarefas a que se tinham proposto anteriormente. No final da tarde, feita a hora da digestão, as crianças/jovens puderam usufruir do espaço aquático e divertir-se de forma livre mediante orientação dos monitores e controlo do nadador salvador, segundo as regras de utilização da piscina.

Quarta-feira, 13 de Julho de 2011

Parque Urbano do Rio Diz (Polis)

Parte da Manhã anexo 10

Na parte da manhã, foram desenvolvidas actividades de aquecimento com o “jogo do Lenço” e também uma actividade de cooperação grupal, realizou-se um paddy paper, no recinto do Popis (consultar anexo 10).

Parte da Tarde

No findar do almoço, fez-se uma caminhada em direcção ao Pavilhão Municipal S.Miguel.

Pavilhão Municipal S.Miguel

Com o objectivo de competição e desenvolvimento motor, durante a parte da tarde foram desenvolvidas actividades, nas modalidades de Escalada e Jogos Colectivos no Andebol e Futebol.

Foi feito, um torneio de todos contra todos, num espaço de tempo pré-determinado pelos monitores e a coordenadora. As equipas, iam alterando com os restantes elementos que se encontravam na escalada.

Quinta-feira, 14 de Julho de 2011

Praia Fluvial Aldeia Viçosa

Parte da Manhã

Após concentração feita no átrio dos serviços centrais, partimos na camioneta do IPG, em direcção à praia Fluvial da Aldeia Viçosa.

Antes da hora de almoço, os grupos efectuaram actividades, enquadradas nas modalidades de voleibol, futebol de praia, jogos de mesa (pintura, stop etc.) e tabuleiro (damas, xadrez, dominó etc.). Finalizada esta fase, foi concedido ao grupo um tempo livre onde todos decidiram um momento de “água e mais água”.

Parte de Tarde

Após a hora de almoço e um período de descanso, os participantes voltaram aos jogos didácticos.

Findado o horário para cumprir a digestão, foi proporcionado ao grupo mais um momento de água, sempre mediante orientação e observação dos monitores.

Após o lanche, regressamos ao IPG. Aqui, houve a montagem das tendas e a preparação para o acampamento. Posteriormente, o grupo efectuou uma caminhada até à cantina II, situada nas residências, junto aos serviços sociais, onde foi servido o jantar. Sendo este, o dia autorizado para a hora do gelado, cada criança/jovem pode deliciar-se, com este, junto da natureza, no jardim José de Lemos.

Uma Caminha animada de regresso ao instituto, proporcionou ao grupo momentos de lazer, com cânticos e gritos de grupo.

Durante o momento de pausa para a digestão, foi realizada uma actividade o “Balão Surpresa” (consultar anexo 10), que trouxe um momento de animação e de diversão a todos.

Finalmente e como encerramento das actividades deste dia o grupo, foi encaminhado para o recinto da piscina do Ipg. Aqui, participaram em actividades de hydro-ginastica, jogos com colchões e horário livre.

Assim sendo, tomado o banho e feita a higiene de cada um, foram encaminhados para as tendas, para o merecido descanso.

Sexta-feira, 15 de Julho de 2011

Parte da Manhã

Amanheceu, e logo as crianças despertaram, dando assim inicio, ao último dia das férias desportivas. Apesar do cansaço bem visível nos participantes, seguimos para o bar na ESECD, onde foi servido o pequeno-almoço aos participantes. Seguidamente, e mediante a orientação dos monitores, o grupo foi dividido em dois, ficando metade do grupo no ginásio da ESECD e outro seguindo para a Reprografia situada nos serviços centrais.

O grupo que ficou no ginásio, experienciou a cama elástica, podendo usufruir da mesma durante um tempo determinado pelo monitor. Puderam também, participar em dois workshops, um de Aeróbica e outro de Bodycombat, na sala de dança, outras modalidades desportivas.

No findar desta actividade, os grupos antes de trocarem de turno, com os que estavam na reprografia, foi feita uma retrospectiva sobre toda a semana, fazendo o balanço positivo e negativo das actividades desenvolvidas e dando opinião sobre o que gostariam de realizar para o ano que vem.

O grupo na reprografia, aprendeu a fazer, a encadernação do livro de autógrafos. Foi oferecido, um certificado a cada participante dizendo que estava apto a fazer encadernações, e da mesma forma foi oferecido uma bolsa para chaves e dinheiro cortesia do Sr. Daniel Ferreira (reprografia do Ipg) e Exagnocor (consultar anexo 11).

Parte da Tarde

Na pausa depois do almoço, as crianças/jovens, foram trocando os seus livros de autógrafos, de forma que, pudessem levar uma recordação de cada membro do grupo.

Finalizada esta tarefa, o grupo dirigiu-se para o auditório da Escola Superior de Tecnologia e Gestão, onde visualizou um filme de animação intitulado “Sherk 4”.

Recursos

Recursos Físicos

A principal preocupação na organização, foi proporcionar às crianças momentos de bem-estar em segurança. Assim, os locais escolhidos, a nível de instalações, foram a piscina do Ipg, o Parque do Rio Diz (Polis), a Praia fluvial da Aldeia Viçosa, O Pavilhão Desportivo Municipal de S.Miguel, o Parque da Senhora dos Verdes em Gouveia, o campus do Ipg , o Ginásio e a Sala de Dança da ESECD e ainda o Auditório, a Sala dos computadores e uma Sala de aula da ESTG.

Para o transporte dos participantes, a todos os locais programados, foi necessário o autocarro do Ipg.

Ao que diz respeito, ao material desportivo necessário para a realização das actividades, foi utilizado o material existente no Gabinete de Formação Cultura e Desporto.

Recursos Humanos

Para a Realização destas férias desportivas foi necessário, a coordenação pela Dr.^a Maria João Silva e a monitorização por um aluno do curso de Gestão Desportiva, um aluno do 2º ano do curso de Animação sociocultural, e dois estagiários do GFCD, sendo uma, finalista do curso de Animação Sociocultural e um outro estagiário do curso de Especialização Tecnológica – Treino Desportivo para Jovens Atletas.

Foi também necessário para a qualidade deste trabalho, a intervenção dos técnicos do Parque da Senhora dos Verdes e ainda os motoristas que nos permitiram a deslocação no autocarro do Instituto.

Recursos Financeiros

Receitas e Despesas

Apoios

Os apoios fornecidos, para a realização destas férias desportivas, pertenceram a variadas entidades, que sem elas esta actividade tornar-se-ia mais árida. Assim sendo, a colaboração que o GFCD teve foram das seguintes entidades:

- Bolsas Porta-chaves – Exagnocor;
- Pavilhão Desportivo Municipal de S. Miguel – Câmara Municipal da Guarda;
- Rebuçados – Vanessa Sequeira;
- Balões – Vanessa Sequeira;
- Águas – Maria João Silva;
- Bolachas – Maria João Silva;
- Certificados – Daniel Ferreira;
- Bonés – Gabinete de informação e Comunicação, Instituto Politécnico da Guarda;
- Fitas para Cartões de Identificação – Gabinete de informação e Comunicação, Instituto Politécnico da Guarda;
- Parque Urbano do Rio Diz (Polis) – Câmara Municipal da Guarda;
- Entrada na Praia Fluvial – Junta de Freguesia da Aldeia Viçosa;
- Bolo – Encarregada de Educação Maria da Conceição

Conclusão

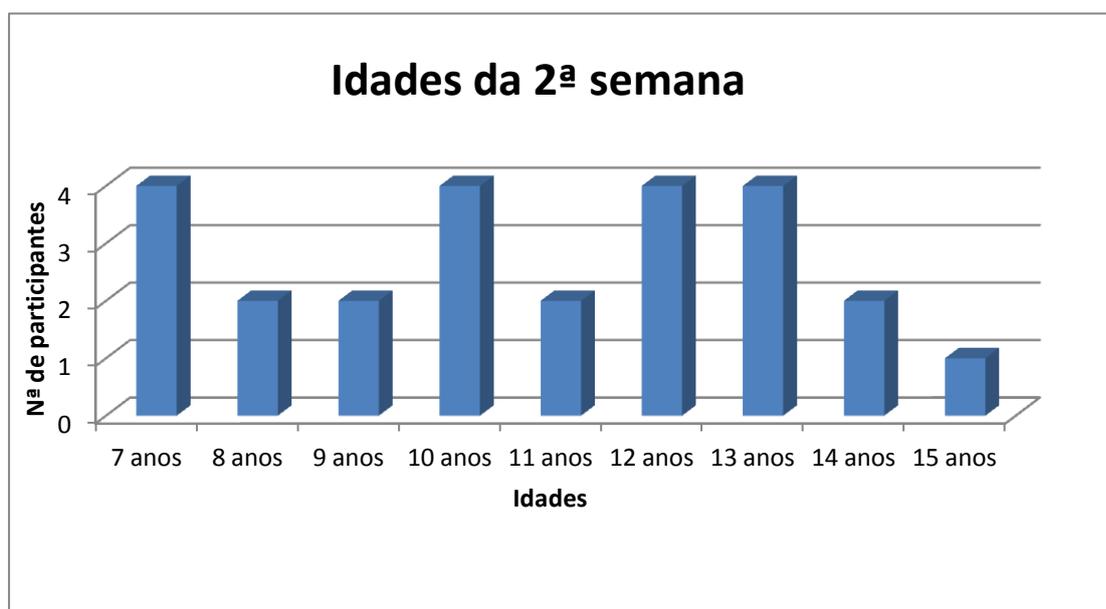
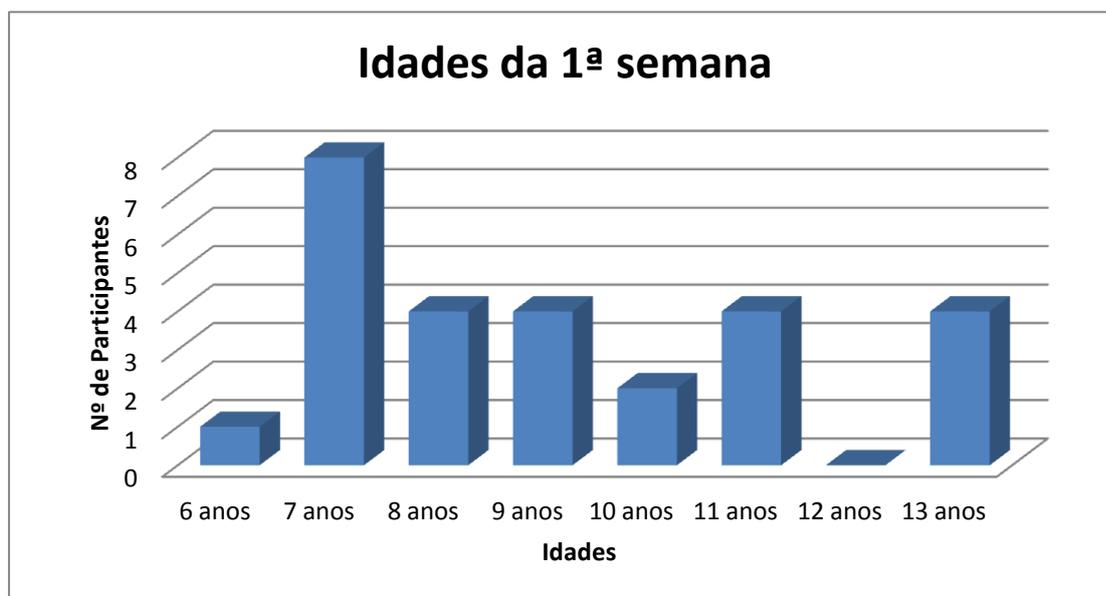
Em suma, podemos finalizar dando um balanço positivo, acerca das férias desportivas, apesar dos incidentes, tudo correu dentro da normalidade. Como todo o bom profissional, é de frisar que existem factores que podemos melhorar para o ano, tornando esta actividade ainda mais dinâmica e cativante aos participantes.

Terminada esta fase, e com todos os intervenientes e colaboradores empenhados e responsáveis, podemos dizer que esta actividade foi de todo enriquecedora e para jamais esquecer por parte de todos os membros deste as crianças/jovens que nos permitiram realizar estas semanas, bem como, todos os monitores e coordenadora do GFCD. Aguardamos ansiosamente, pelo ano que vem.

Apêndices

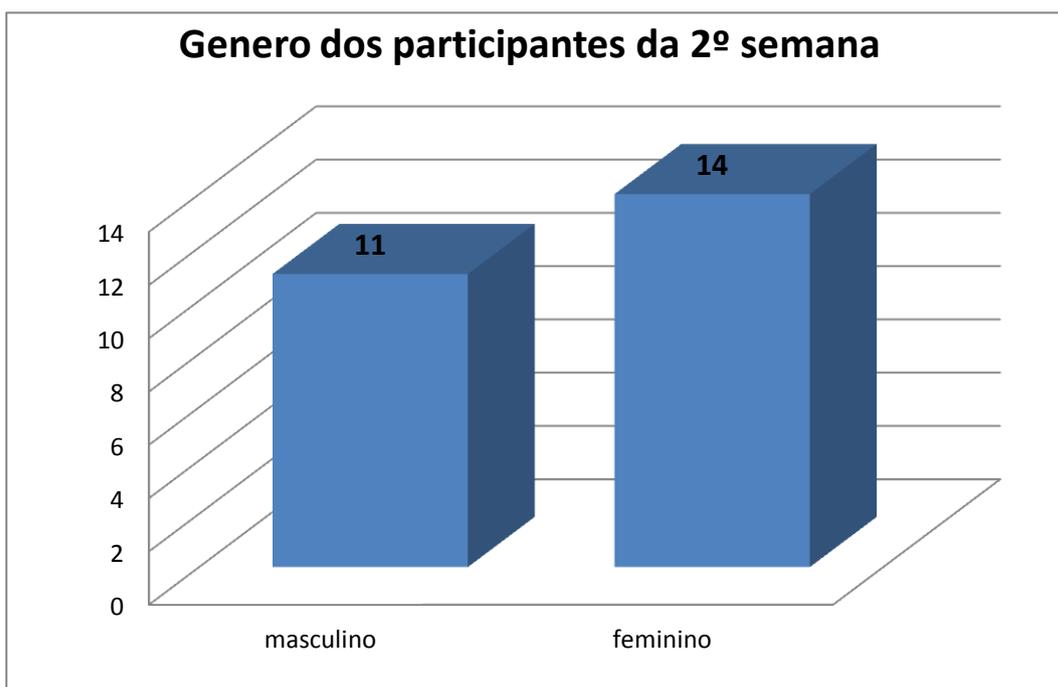
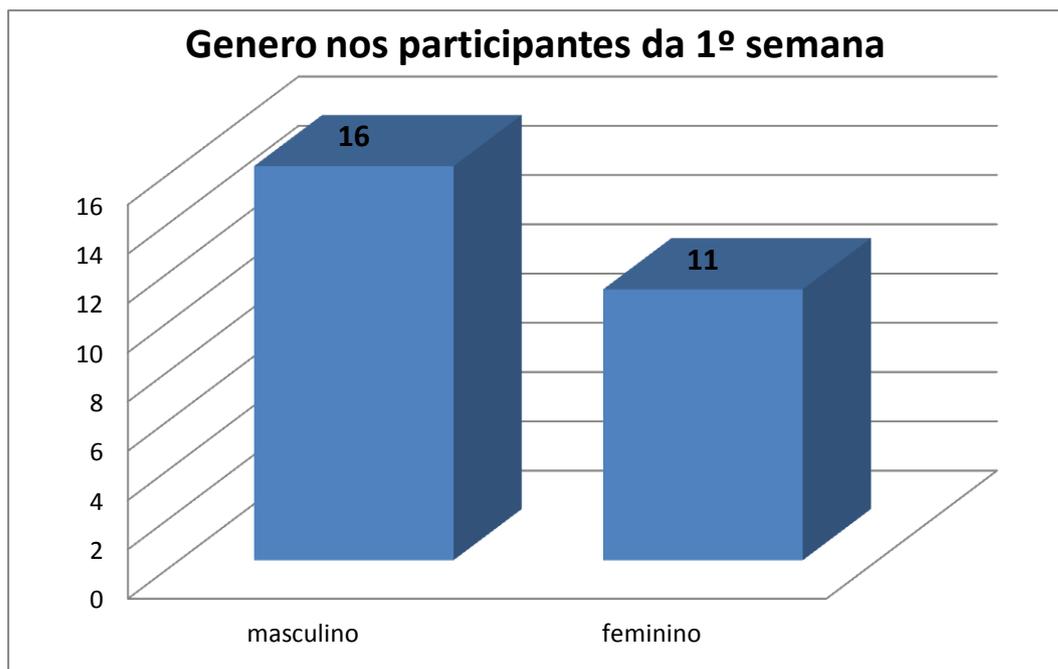


Gráficos Relativos ao Público Participante nas Duas Semanas das Férias Desportivas



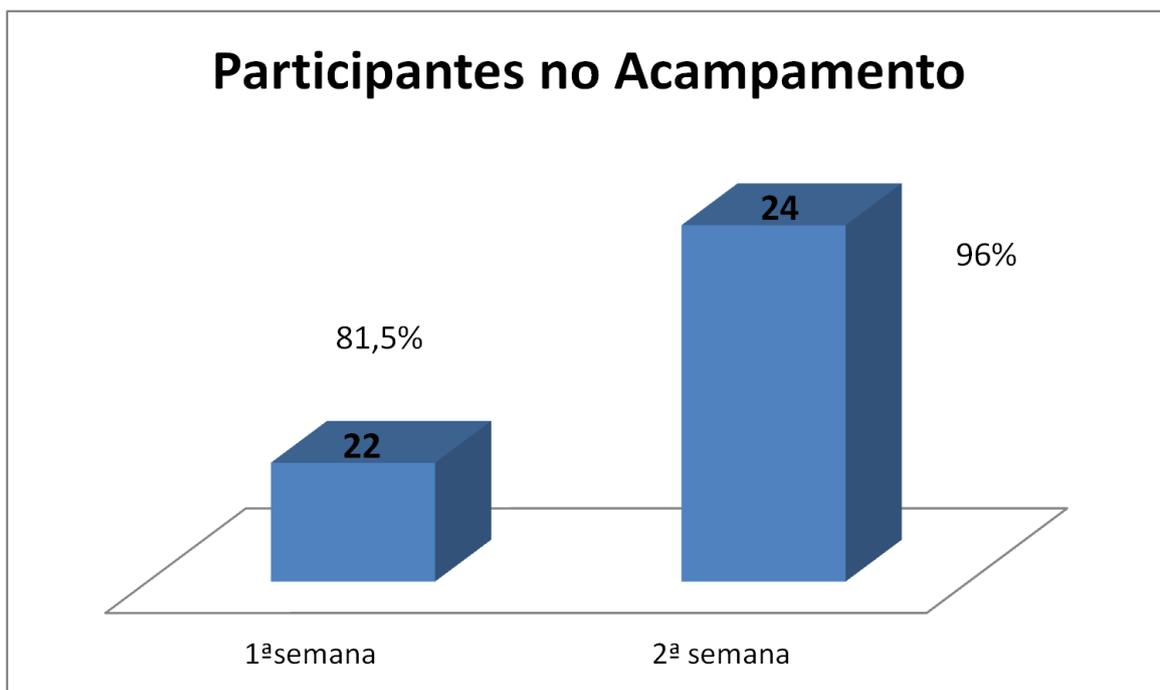
Análise do gráfico:

Na leitura dos gráficos acima apresentados concluímos que houve um aumento na média de idades na 2ª semana em relação à 1ª semana.



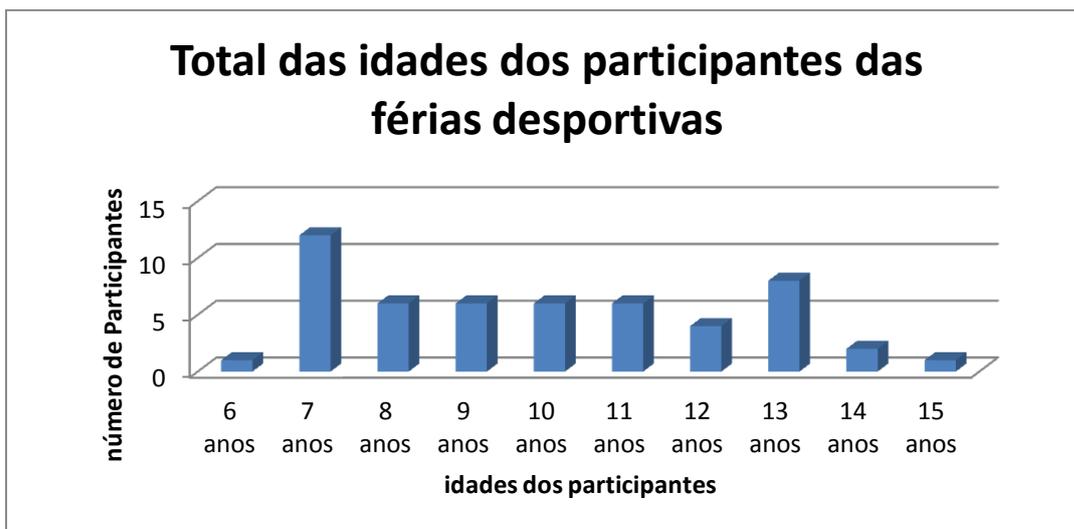
Análise do gráfico:

Nos gráficos apresentados em cima podemos concluir que na primeira semana houve mais rapazes, sendo 16 crianças do sexo masculino e 11 do sexo feminino, num total de 27 crianças. Na segunda semana ocorreu o inverso, num total de 25 crianças 14 dessas eram do sexo feminino e 11 dessas crianças pertencem ao sexo masculino.



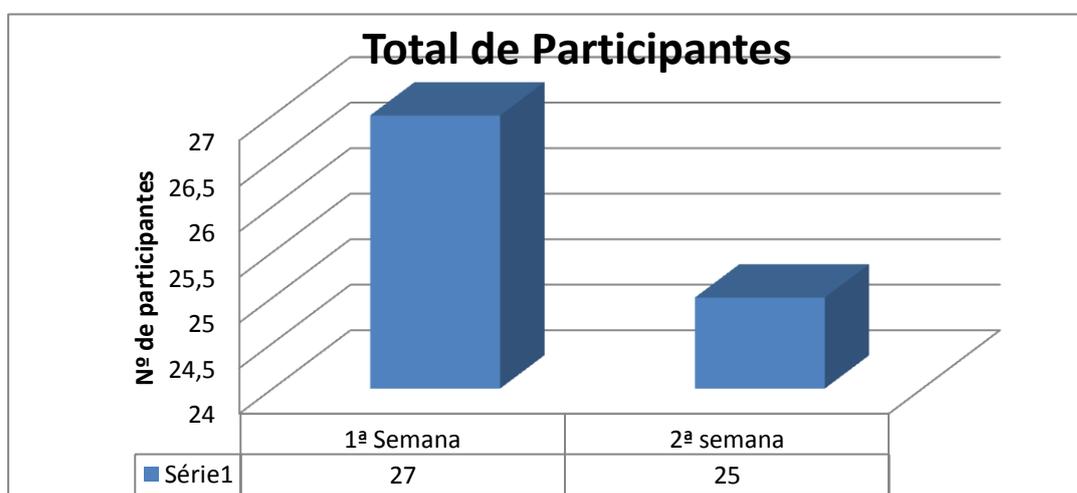
Análise do gráfico:

Sendo esta actividade uma novidade para alguns participantes e monitores, e sendo também a 1ª vez que é realizada nas férias desportivas do Instituto Politécnico Da Guarda, concluímos que houve uma maior afluência na segunda semana, atingindo 96% das crianças participantes, podendo ser devido ao facto de a média de idades ser maior.



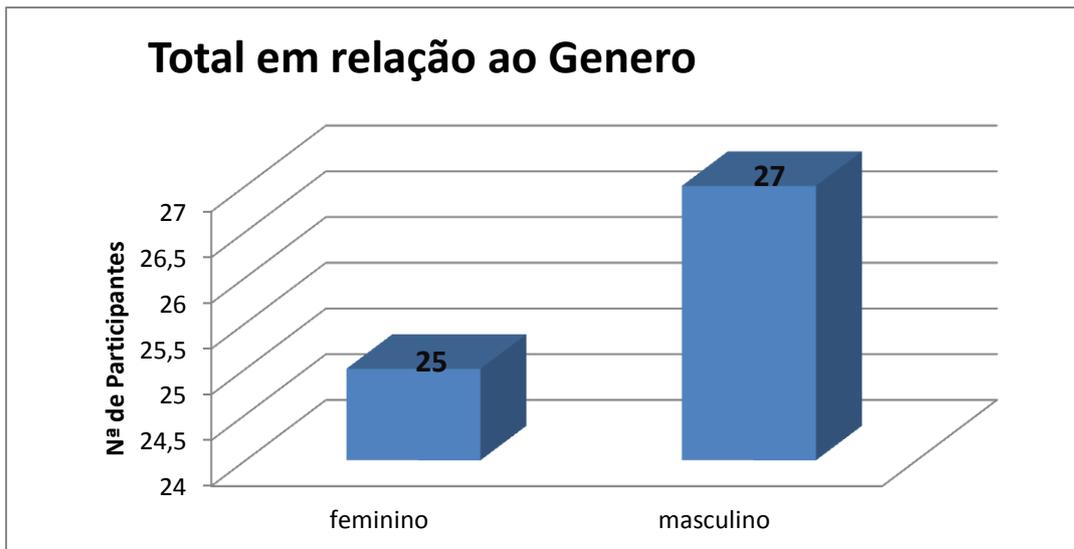
Análise do gráfico:

No presente gráfico, acima mencionado, podemos fazer a seguinte leitura, relativamente à adesão nas férias desportivas por idades concluímos que dos 52 participantes, os de 7 anos de idade seguidamente dos de 13 anos foram, por idades, os mais afluentes. Analisando segundo o desenvolvimento cognitivo da criança/ Jovem, podemos constatar que, houve uma maior adesão ao nível dos participantes que se encontram no estágio de infância em relação ao grupo de menor participação que se encontra no estágio de pré adolescência.



Análise do gráfico:

O que podemos averiguar após análise do gráfico antecedente, é que comparativamente, nas duas semanas de férias desportivas, o nível de participação foi maior na primeira semana em relação à segunda posterior a esta, com 27 intervenientes na primeira, e 25 na segunda, fazendo um total de 52 crianças/jovens.



Análise do gráfico:

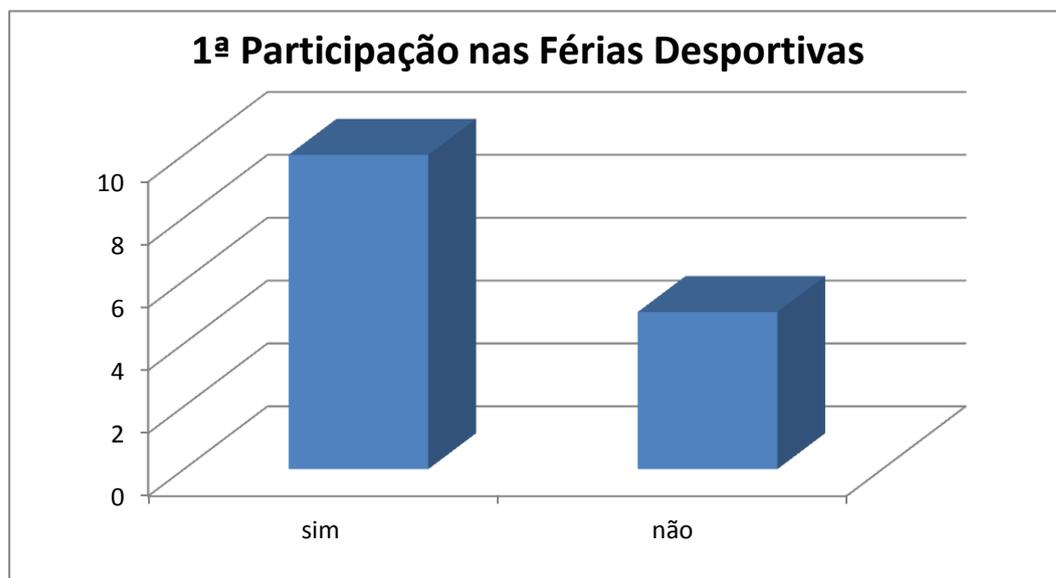
Como podemos observar, no gráfico acima representado, o total de participantes em relação ao género é em maior número do sexo masculino com 27 crianças/ Jovens. Mas não ocorrendo uma diferença significativa, o sexo feminino difere do masculino em apenas 2 elementos, tendo assim um total de 25 crianças / jovens.

**Gráficos relativos aos resultados obtidos nos questionários
preenchidos pelos encarregados de educação.**



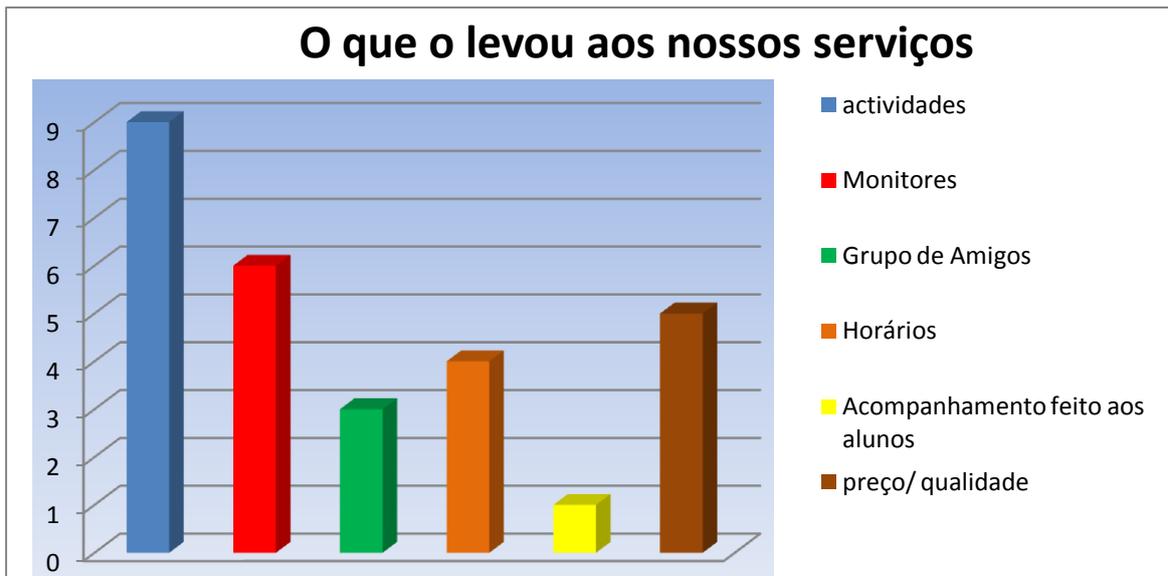
Análise do gráfico:

Na leitura do gráfico acima representado, concluímos que, tomaram conhecimento dos nossos serviços, maioritariamente, através de emails e cartazes, seguidamente por amigos e por último pelo site do IPG.



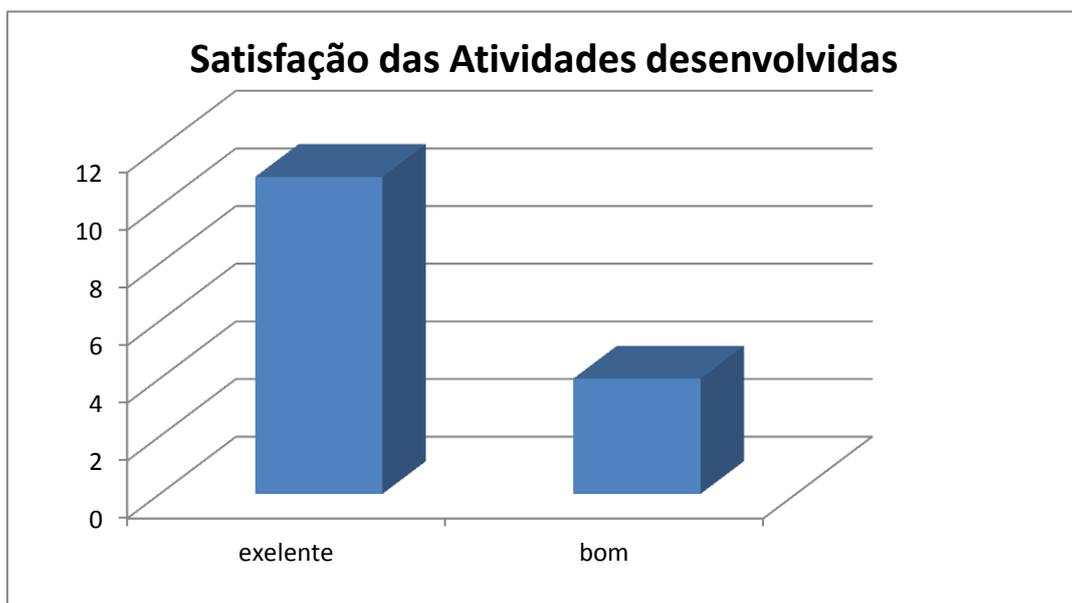
Análise do gráfico:

No ano corrente podemos concluir que na sua grande maioria, as crianças/jovens participaram pela 1ª vez nas férias desportivas do IPG.



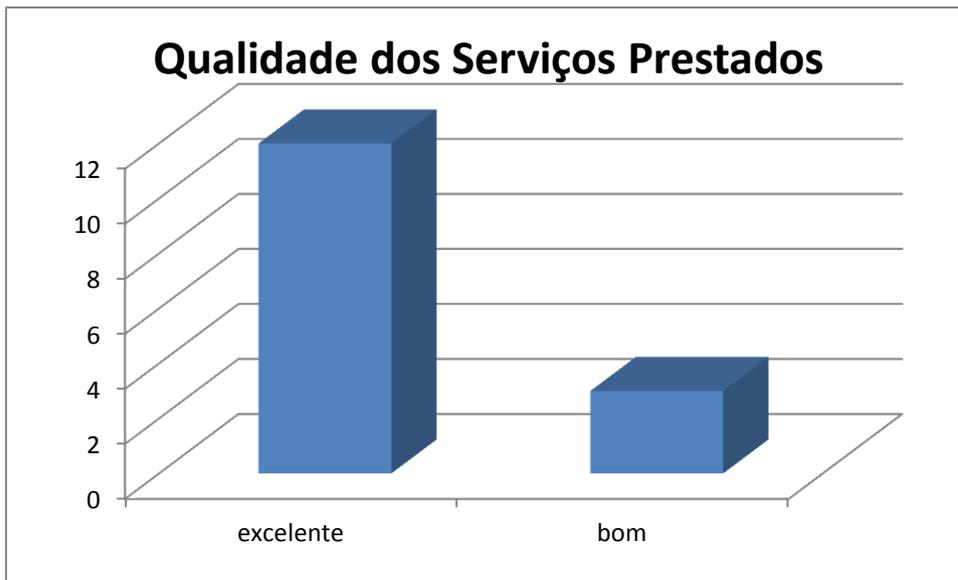
Análise do gráfico:

Mediante a leitura e análise do gráfico podemos afirmar que, o que levou a escolher os nossos serviços foram as actividades, seguidamente dos monitores, do preço / qualidade e devido aos horários.



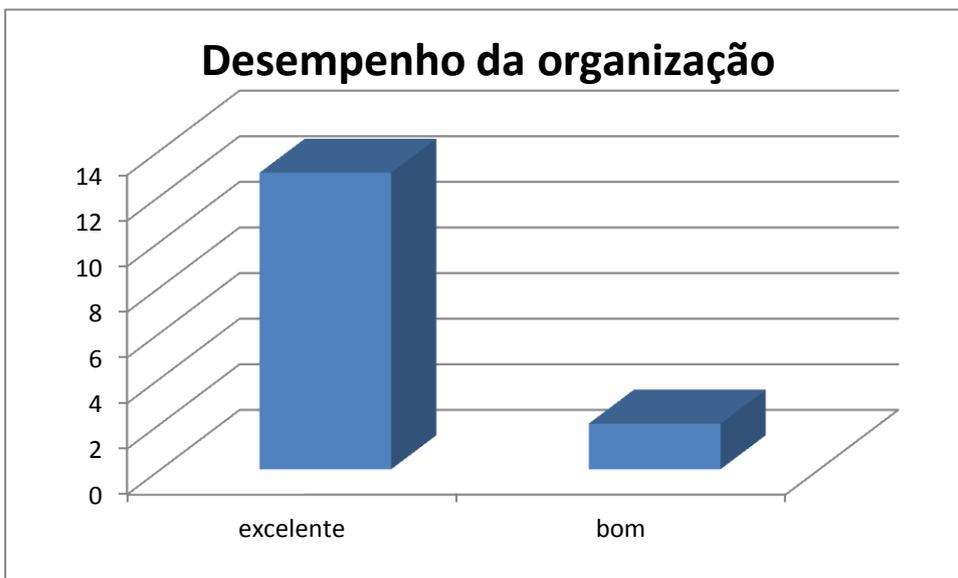
Análise do Gráfico:

Podemos concluir, segundo a análise dos dados, que a satisfação das actividades desenvolvidas foi excelente.



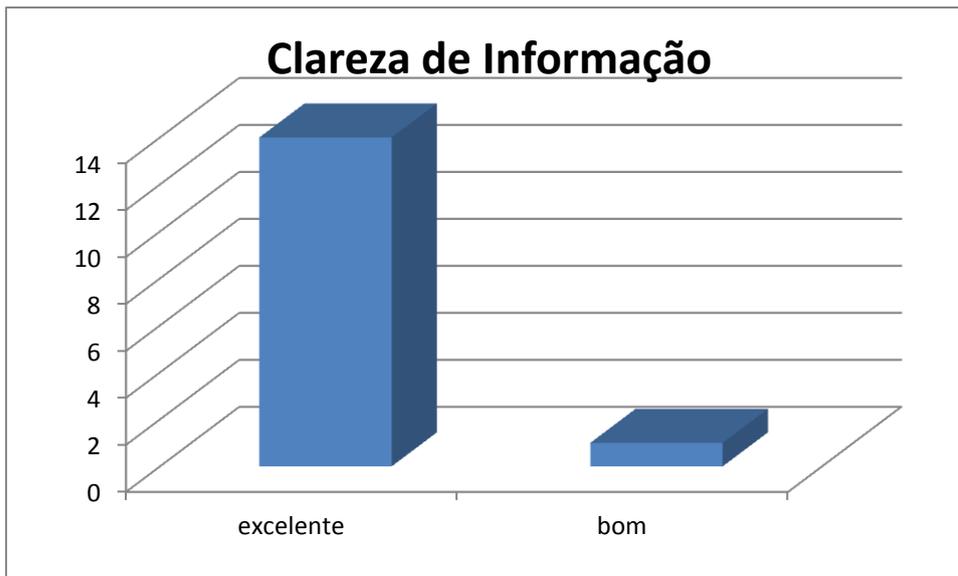
Análise do Gráfico:

Podemos concluir, segundo a análise dos dados, que a qualidade dos serviços prestados foi excelente.



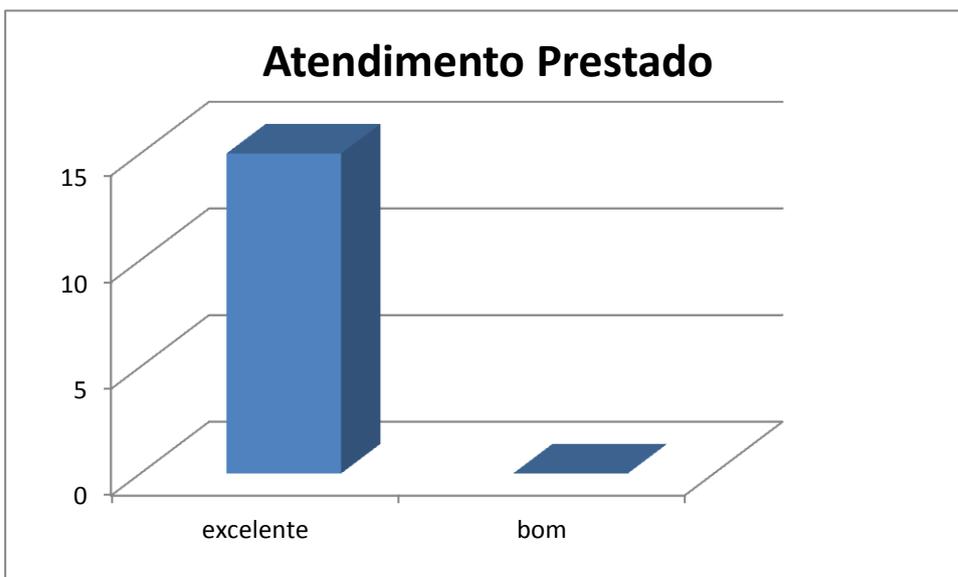
Análise do Gráfico:

Podemos concluir, segundo a análise dos dados, que o desempenho exercido pela organização foi excelente.



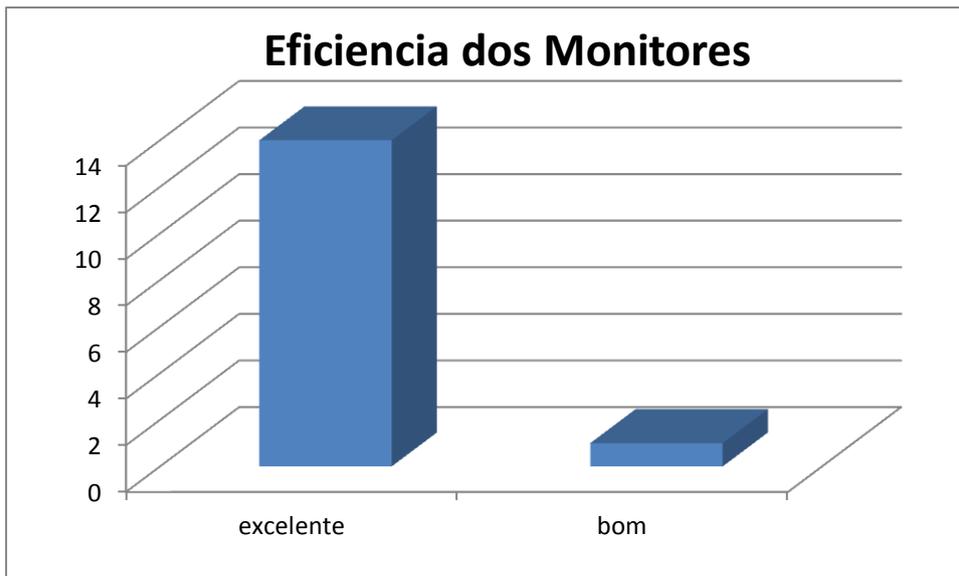
Análise do Gráfico:

Podemos concluir, segundo a análise dos dados, que a clareza da informação sobre os nossos serviços foi excelente.



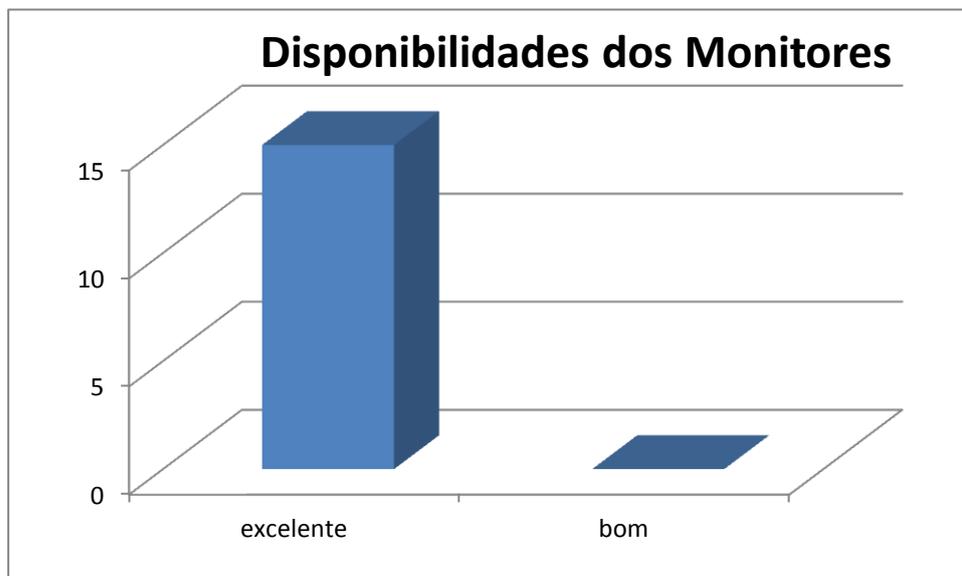
Análise do Gráfico:

Podemos concluir, segundo a análise dos dados, que o atendimento prestado por parte da organização antes, durante e após as actividades foi excelente.



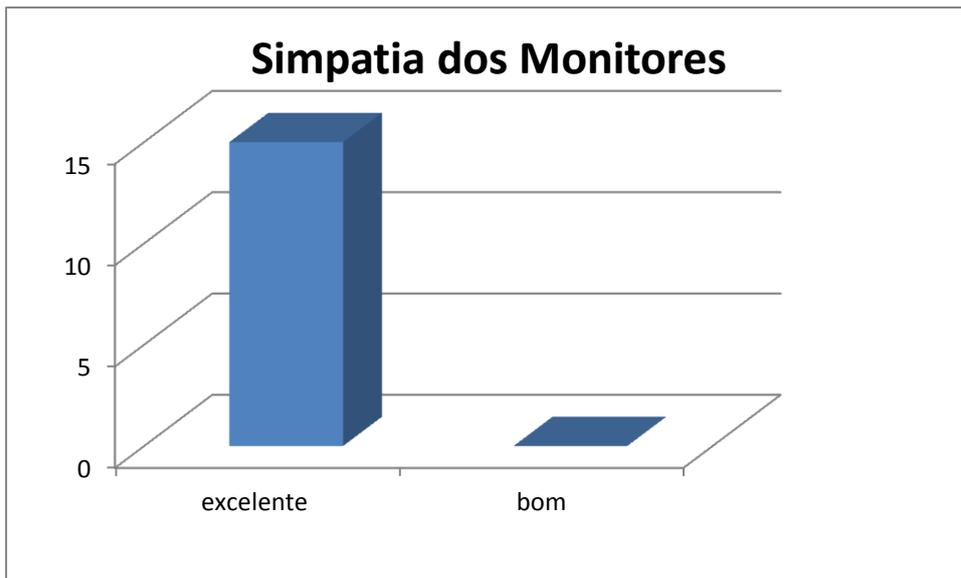
Análise do Gráfico:

Podemos concluir, segundo a análise dos dados, que a eficiência demonstrada pelos monitores foi excelente.



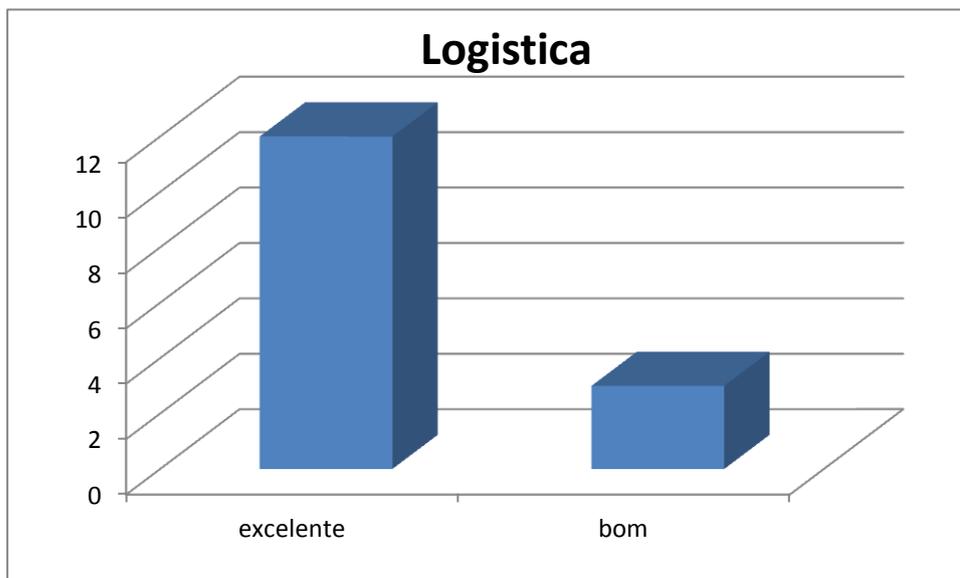
Análise do Gráfico:

Podemos concluir, segundo a análise dos dados, que a disponibilidade ao longo deste processo foi excelente.



Análise do Gráfico:

Podemos concluir, segundo a análise dos dados, que a simpatia apresentada pelos monitores ao longo destas duas semanas, foi excelente.



Análise do Gráfico:

Podemos concluir, segundo a análise dos dados, que a logística utilizada para a execução das actividades, foi excelente.

AneXos



Anexo 1

Regulamento Interno

Regulamento do Programa e

Declaração de autorização do Encarregado de Educação

ou quem o represente legalmente

Objectivo

É objectivo do Campo de Férias do IPG proporcionar um programa organizado de carácter educativo, cultural, desportivo ou meramente recreativo destinado a crianças e jovens com idades compreendidas entre os 6 e os 16 anos.

Artigo 1º

Inscrições, vagas e lista de espera

1. A inscrição dos participantes será feita através do preenchimento de formulário próprio.
2. No acto da inscrição, os encarregados de educação dos participantes, ou quem os represente legalmente devem fazer a correcta inscrição e facultar a documentação necessária, assim como devem prestar todas as informações importantes à sua integração no turno de campo de férias.
3. As inscrições estão sujeitas ao número limite de vagas existentes para cada uma das actividades que integram o programa.
4. As vagas existentes por actividade serão preenchidas conforme ordem de chegada da inscrição.
5. Não existindo vagas, o participante pode optar por se inscrever, ficando em lista de espera.
6. O participante apenas poderá optar por integrar a lista de espera, caso não esteja inscrito em nenhuma outra actividade que decorra em período coincidente.
7. Em caso de desistência de um participante inscrito, a vaga será automaticamente preenchida pelo primeiro participante em lista de espera, que será contactado durante as 24 horas seguintes, devendo, nesse prazo proceder aos necessários pagamentos.

Artigo 2º

Representante Legal/Encarregado de Educação

1. A participação de jovens menores nas actividades deste programa só será efectiva se devidamente autorizada pelo respectivo Encarregado de Educação ou Representante Legal.
2. A autorização é efectuada pela assinatura do termo de aceitação do programa de actividades.
3. No caso da inscrição em actividades deste programa ser efectuada pela Internet, a autorização, devidamente assinada, poderá ser enviada por correio, para a sede deste Instituto.
4. A autorização poderá ainda ser entregue à entidade promotora quando da comparência do jovem na actividade em que se encontrar inscrito.
5. O horário de contacto entre os participantes e os encarregados de educação, é feito no período da refeição principal (almoço), entre as 12h30m e as 14h00m, incluindo os contactos por telemóvel.
6. Serão facultados aos encarregados de educação os seguintes documentos: Plano de actividades; regulamento interno; identificação da entidade organizadora e respectivos contactos e valor da inscrição a pagar.
7. Será facultada informação sobre a existência de livro de reclamações e seguros pelos quais os participantes estejam abrangidos.

Artigo 3º

Pagamento

1. O pagamento da inscrição poderá ser efectuado por cheque ou numerário ou, ainda, através de Multibanco.
2. A inscrição do participante no Campo de Férias através do pagamento por Multibanco fica condicionada à sua efectiva transferência. O pagamento por Multibanco deverá ser efectuado até 2 dias após a inscrição, sem o que a esta será automaticamente anulada.
3. O pagamento por cheque ou numerário apenas se aplica às inscrições realizadas directamente a esta Instituição (no caso do Campo de Férias), devendo o pagamento ser efectuado no acto de inscrição.

Artigo 4º

Objecto do Programa

1. Com o presente Programa a Entidade Promotora obriga-se, nos termos do regulamento, a assegurar a prestação dos seguintes serviços:

Campos de férias não residenciais

- a) Seguro de acidentes pessoal durante o período circunscrito ao programa em que decorre a actividade;
- b) Uma refeição durante o período em que decorre a actividade;
- c) Acompanhamento dos jovens durante o desenrolar das actividades.

NOTA: Cabe ao representante legal do jovem inscrito fazê-lo chegar ao local do Campo de Férias no início do período de actividade e aí o recolher no final desse mesmo período, conforme explícito no programa de actividade.

Artigo 5º

Equipa Pedagógica

1. A equipa pedagógica é constituída por Coordenadores e Monitores de Campo de Férias.

1.1 Funções do Coordenador

O coordenador é o responsável pelo funcionamento do campo de férias, coordenando a parte técnica, pedagógica e administrativa do campo, competindo-lhe:

- a) Elaborar e operacionalizar o plano de actividades, assim como acompanhar a sua boa execução.
- b) Coordenar o corpo técnico – pedagógico.
- c) Assegurar que o campo de férias cumpra com os requisitos da legislação em vigor, assim como o descrito no presente regulamento interno.
- d) Zelar pela correcta utilização dos equipamentos, assim como pela conservação dos equipamentos e instalações.
- e) Garantir o cumprimento das normas de saúde, higiene e segurança.

1.2 Função dos Monitores

1.21-Os monitores têm de acompanhar os participantes durante a execução das actividades do campo de férias, de acordo com o plano de actividades, assim como prestar-lhes a ajuda e apoio de que necessitem. Nos períodos de saída, de repouso e transportes, existirão sempre monitores a acompanhar os participantes.

1.22-Os monitores ajudarão o coordenador do campo de férias na organização das actividades e obedecerão às suas instruções.

1.23-Têm também o dever de assegurar o cumprimento por parte dos participantes das normas de saúde, higiene e segurança, assim como zelar pela boa conservação, manutenção e utilização dos equipamentos e materiais a utilizar pelos participantes.

1.3-Os coordenadores e monitores têm direito a receber uma bolsa pelo seu trabalho, sendo o seu valor e regime de pagamento acordados entre os mesmos e a entidade promotora. Terão ainda direito ao seguro de acidentes pessoais, transportes e alimentação de acordo com o âmbito do Campo de Férias.

2. A distribuição dos participantes pelas equipas/grupos educativos é da responsabilidade da equipa pedagógica, atendendo aos escalões etários existente no programa.

3. Assistência Médica. Como assistência médica entende-se as actuações de prevenção, actividades realizadas com material e equipamento de primeiros socorros, qualquer tratamento simples realizado por um monitor socorrista, bem como o transporte a qualquer Centro Hospitalar.

4. Monitores/pessoal técnico - O Campo de Férias terá no mínimo:

1 Coordenador.

1 Monitor para cada 06 participantes dos 06 aos 09 anos.

1 Monitor para cada 10 participantes dos 10 aos 15 anos.

1 Monitor para cada 15 participantes dos 16 aos 18 anos.

Artigo 6º

Participantes

1. O participante deve respeitar os regulamentos em vigor e é responsável pelos prejuízos causados à entidade promotora ou a terceiros, podendo incorrer na pena de exclusão quando a sua acção tenha afectado o normal funcionamento da actividade.
 2. O participante deve prestar informações correctas e apresentar toda a documentação necessária à sua participação solicitada nos termos do presente Regulamento ou de outros que venham a ser elaborados.
 3. Cada participante é abrangido por um seguro de acidentes pessoais e responsabilidade civil. Mediante interesse de Entidades e/ou Encarregados de Educação, as condições do mesmo poderão ser alteradas.
 4. O IPG reserva-se o direito de, após prévia informação e contacto com os Encarregados de Educação, fazer regressar a casa qualquer participante que pelo seu comportamento prejudique de forma significativa o funcionamento do Campo de Férias.
 5. Todos os participantes devem cumprir as instruções que lhe sejam dadas pelos monitores e respectivos coordenadores dos campos de férias, assim como cumprir o descrito no presente regulamento interno.
 6. Os participantes terão acesso a todas as actividades de acordo com os seus interesses, salvo razões pessoais, de ordem técnica, meteorológica ou por indicação dos Encarregados de Educação.
 7. Sugere-se ao participante o uso de vestuário adequado às actividades do Campo de Férias, chapéu, fato de treino, mochila pequena, estojo de higiene pessoal, protector solar, fato de banho, chinelos e touca, etc.
8. Não é permitido levar para o campo de férias:
- a) Bebidas alcoólicas e estupefacientes;
 - b) Medicamentos, excepto nos casos em que o participante se encontre medicado. Nestes casos o encarregado de educação deverá entrega-los ao monitor ou coordenador do campo de férias.
 - c) Objectos cortantes ou outros que pela sua perigosidade coloquem em risco a integridade física dos participantes.
9. Não se aconselha levar para o Campo de Férias, objectos de valor. Se tal acontecer, a Entidade Promotora não poderá responsabilizar-se pelo seu desaparecimento.

Artigo 7º

Desistências

1. O participante, ou o seu representante legal, pode desistir da inscrição no Programa comunicando essa intenção ao IPG, nas seguintes condições:

1.1. Para as comunicações de desistência chegadas antes do fim do prazo das inscrições é devolvida uma percentagem de 75% do total da inscrição;

1.2. Para as comunicações de desistência após o final do prazo de inscrições ou a não comparência na actividade, não há lugar a qualquer reembolso.

Artigo 8º

Visitas e Saídas

1. Os encarregados de educação não deverão visitar os participantes no período de duração do campo de férias, exceptuando no dia da visita que o coordenador estipular, para todos os encarregados de educação.

2. Os participantes apenas podem sair para dar um passeio fora das instalações do campo de férias, com os seus encarregados de educação.

3. Não é permitido aos familiares e amigos levarem os participantes a passear fora das instalações do campo de férias, excepto nos casos devidamente autorizados pelo encarregado de educação.

4. Sempre que o participante sair do campo de férias durante o período de duração do mesmo, quer de uma forma definitiva ou por um curto período de tempo, é obrigatório o preenchimento de um formulário de saída onde deverá constar o motivo que originou essa mesma saída.

Artigo 9º

Funcionamento

Programa de Actividades

1.1. Articulação diária, das actividades ao longo do turno do campo de férias com a seguinte tipologia: desportivas, exploração, expressão, lúdicas, construção e movimento.

1.2 O programa pode prever saídas e visitas fora das instalações do campo de férias, assim como pode ser alterado devido as condições climatéricas ou outras que a equipa pedagógica, considere relevantes tomando em linha de conta a segurança e adequação dos interesses e motivação dos participantes.

Artigo 10º

Alteração/Cancelamento

1. O IPG reserva-se o direito de fazer modificações no programa das actividades ou de as cancelar, em caso de força maior e devidamente justificada.

Artigo 11º

Responsabilidades

1. O IPG não é responsável por qualquer dano pessoal sofrido na deslocação até ao ponto de encontro, identificado no programa, bem como após a partida.

2. Os representantes legais são responsáveis pela informação preenchida no formulário de inscrição e toda a informação complementar relativa ao participante.

Artigo 12º

Casos Omissos

Nos casos omissos do presente regulamento, aplicar-se-á a legislação em vigor, decreto-lei nº. 32/2001, 7 de Março, assim como as respectivas portarias que vierem a ser publicadas.

Aceitação do programa da actividade

O representante legal do participante, mediante assinatura deste termo de aceitação e o preenchimento do formulário de inscrição, aceita incondicionalmente as condições aqui descritas e o programa da actividade onde o participante se encontra inscrito.

Local: _____, ____/____/_____

Nome do participante: _____

O Representante Legal: _____

Nº do B.I. do Representante: _____

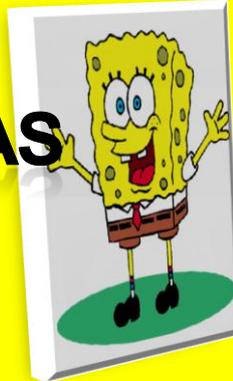
Actividade em que participa: _____

Assinatura: _____

Data: _____

Anexo 2

FÉRIAS DESPORTIVAS IPG 2011



DATAS

1ª Semana: 4 a 8 de Julho

2ª Semana: 11 a 15 de Julho

3ª Semana: 18 a 22 de Julho

4ª Semana: 25 a 29 de Julho

Nota: podem inscrever-se em mais do que uma semana

LOCAIS DE REALIZAÇÃO

- ↪ Campus do IPG
- ↪ Pavilhão SAS
- ↪ Piscinas
- ↪ Polis
- ↪ Praia Fluvial
- ↪ Pavilhão S. Miguel
- ↪ Biblioteca
- ↪ Parque Srª dos Verdes



ATIVIDADES

Acampamento

Natação

Futebol

Voleibol

Basquetebol

Jogos pedagógicos

Computadores

Praia Fluvial

Escalada

Andebol

Mini-Golfe

Orientação

Peddy-Paper

Badminton



PREÇO: 50€ por participante/semana.

O preço inclui:

Atividades devidamente acompanhadas, material de apoio, seguro, refeições e oferta surpresa.



Destinatários: Crianças e Jovens dos 6 aos 16 anos

Informações/Inscrições:

Gabinete de Formação Cultura e Desporto

Tel: 271220111(ext.404) Fax: 271222690

e.mail: gfdc@ipg.pt

Site: www.ipg.pt/gfdc

Inscrições até dia 24 de Junho 2011



Instituto Politécnico da Guarda
Gabinete de Formação, Cultura e Desporto

Apoios:



terrasdabeira



Junta de Freguesia
de Aldeia Velha

Serviços de Ação Social do IPG.

ALVARÁ Nº 631

Eximocor
Artes Gráficas e Brindes Publicitários

Casal de Cinza - Apartado 170*966 908 724
6301-909 Guarda * Tel./Fax: 271 963 897

Escola Superior de Tecnologia e Gestão
Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto

Imagem 1- Poster de divulgação das Férias Desportivas

TERMO DE RESPONSABILIDADE

No âmbito das atividades físicas e desportivas desenvolvidas nas férias desportivas do IPG 2011, constitui especial obrigação do praticante ou seu representante (encarregado de educação) assegurar-se, previamente, de que não tem contra-indicações para a sua prática. Neste sentido, declaram que o meu educando

_____ não possui nenhum problema de saúde ou outro, que o impossibilite de praticar as atividades desportivas inscritas nas férias desportivas do IPG 2011.

Mais informo, que autorizo o meu educando, durante os dias em que frequenta as férias desportivas do IPG 2011, desenvolvidas pelo Gabinete de Formação Cultura e Desporto, a participar em todas as atividades desportivas / recreativas que fazem parte do programa.

O Encarregado de Educação

Apoios



Junta de Freguesia de Aldeia Viçosa



Serviços de Ação Social do IPG







ALVARÁ Nº 631



Informações/Inscrições:
 Gabinete de Formação Cultura e Desporto
 Tel: 271220111(ext.404) Fax: 271222690
 e.mail: gfdc@ipg.pt
 Site: www.ipg.pt/gfdc
 Inscrições até dia 24 de Junho 2011



Férias Desportivas
IPG 2011

Imagem 2- flyers de divulgação e ficha de inscrição (frente)

O IPG através do GFCD proporciona mais um ano de boas férias desportivas

Locais de Realização:
 Campus do IPG
 Polis
 Piscinas
 Praia Fluvial
 Pavilhão S. Miguel
 Biblioteca
 Parque Sr. dos Verdes

Destinatários:
 Crianças e Jovens dos 6 aos 16 anos

1ª Semana: 4 a 8 de Julho
 2ª Semana: 11 a 15 de Julho
 3ª Semana: 18 a 22 de Julho
 4ª Semana: 25 a 29 de Julho

Nota: podem inscrever-se em mais do que uma semana

Programa Semanal de Atividades

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Manhã	Piscina Jogos pedagógicos Andebol Badmington	Parque Sr. dos Verdes (Comida por conta dos participantes)	Polis Caminhada Almoço Mc Donald's (por conta dos participantes)	Praia Fluvial (Aldeia Viçosa)	Desportos individuais Orientação
Tarde	Biblioteca Computadores		Desportos coletivos Escalada	Acompanhamento no IPG	Filme Inquirito

Nota: O GFCD reserva-se o direito de fazer ajustamentos ao programa. O almoço de terça e quarta-feira é por conta de cada participante.

Programa Diário

Horas	Atividades
08.30h às 09.15h	Recepção aos participantes
09.15h às 09.30h	Aquecimento
09.30h às 10.30h	Atividades semanais programadas
10.30h às 10.45h	Merenda
10.45h às 12.30h	Atividades semanais programadas
12.30h às 13.30h	Almoço
13.30h às 15.00h	Repouso/ Atividades Lúdicas
15.00h às 16.00h	Atividades semanais programadas
16.00h às 16.30h	Lanche
16.30h às 17.30h	Atividades semanais programadas



Preço: 50€ por participante/semana.
 O preço inclui: Atividades devidamente acompanhadas,
 material de apoio, seguro, refeições.

Edição de Inscrição

Nome: _____ Idade: _____ anos Sexo: _____ e-mail: _____

Data de Nascimento: ____/____/____

Semana em que se inscreve: 1ª Semana _____ 2ª Semana _____ 3ª Semana _____ 4ª Semana _____

Encarregado de Educação

Nome: _____ Telefone/Teléfono: _____

Morada: _____ Código Postal: _____ Localidade: _____

Teléfono: _____ Telefone: _____ Email: _____

Forma de Pagamento: Cheque: _____ Banco: _____ Número: _____ Euros

O Encarregado de Educação

Imagem 3- flyers de divulgação com ficha de inscrição (verso)



Instituto Politécnico da Guarda

Exmo. Senhor

Presidente da Junta de Freguesia da
Aldeia Viçosa

Rua Abílio Aleixo Curto (EM 556)
6300-025 Guarda

Assunto: Férias Desportivas – IPG/2011

Exmo. Senhor Presidente

O Gabinete de Formação Cultura e Desporto do Instituto Politécnico da Guarda, vai realizar em Julho, mais uma edição de “Férias Desportivas - IPG/2011”, dirigidas a crianças dos 6 aos 16 anos.

Neste âmbito, vimos solicitar a colaboração da Junta de freguesia da Aldeia Viçosa no sentido de disponibilizarem o acesso livre à praia fluvial nos dias 7,14,21 e 28 de Julho/2011.

Agradecendo a atenção de V.Ex.^a para este assunto e apresentamos, com elevada consideração e estima, os nossos melhores cumprimentos.

Guarda, 7 de Junho de 2011

O Vice-presidente

(Prof. Doutor Gonçalo José Poeta Fernandes)



Instituto Politécnico da Guarda

Exmo. Senhor

Comandante dos Bombeiros Voluntários
da Guarda

Rotunda Bombeiros Voluntários
6300 Guarda

Assunto: Férias Desportivas – IPG/2011

Exmo. Senhor

O Instituto Politécnico da Guarda através do Gabinete de Formação Cultura e Desporto, vai organizar o programa de Férias Desportivas destinado a crianças dos 6 aos 16 anos, no período de 04 de Julho a 29 de Julho de 2011.

De acordo com o Dec-Lei nº 32/2011 de 7 de Março de 2011, artigo 12º, ponto 3, vimos por este meio informar V.Exa. da realização do programa anteriormente referido, aproveitando a oportunidade para remeter o cartaz relativamente ao mesmo.

Agradecendo a atenção de V.Exa. para este assunto.

Apresentamos com elevada consideração e estima, os nossos melhores cumprimentos.

Guarda, 7 de Junho de 2011

O Vice-presidente

(Prof. Doutor Gonçalo José Poeta Fernandes)

Ex.mo Senhor Presidente
da Câmara Municipal da Guarda
Praça do Município
6300 Guarda

Assunto: Férias Desportivas

Ex.mo Senhor Presidente

O Instituto Politécnico da Guarda, através do Gabinete de Formação Cultura e Desporto vai realizar em Julho, mais uma edição de “Férias Desportivas - IPG/2011”

Assim, vimos por este meio, respeitosamente solicitar a colaboração dessa Autarquia no apoio de cedência do pavilhão de S. Miguel a título gratuito, nos dias 6,13,20 e 27 da parte da tarde (14.00h às 17.00h), para levar a cabo actividades de escalada e outras com os participantes.

Agradecendo a atenção de V.Ex.^a para este assunto apresentamos, com elevada consideração e estima, os nossos melhores cumprimentos.

Guarda,

O Presidente do IPG

(Prof. Dr^o Constantino Rei)



Instituto Politécnico da Guarda

Exmo.

Senhor

Delegado de Saúde

Centro de Saúde da Guarda

Av. Rainha D. Amélia

6300 Guarda

Assunto: Férias Desportivas – IPG/2011

Ex.mo Senhor

O Instituto Politécnico da Guarda através do Gabinete de Formação Cultura e Desporto, vai organizar o programa de Férias Desportivas destinado a crianças dos 6 aos 16 anos, no período de 04 de Julho a 29 de Julho/2011.

Vimos por este meio solicitar a V. Exa. uma declaração em como as instalações do IPG, onde decorre o programa “Férias Desportivas – IPG/2011”, reúnem as condições higieno- sanitárias de acordo com a lei.

Agradecendo a atenção de V.Exa. para este assunto apresentamos, com elevada consideração e estima, os nossos melhores cumprimentos.

Guarda, 7 de Junho de 2011

O Vice-presidente

(Prof. Doutor Gonçalo José Poeta Fernandes)



Instituto Politécnico da Guarda

Assunto: Divulgação do Programa “Férias Desportivas – IPG/2011”

O Gabinete de Formação Cultura e Desporto do Instituto Politécnico da Guarda, vai realizar em Julho, mais uma edição de “Férias Desportivas - IPG/2011”

Vimos por este meio, respeitosamente solicitar a colaboração desse Jornal na promoção e divulgação desse evento, pelo que junto remetemos cartaz e desdobrável do evento.

Agradecemos a atenção de V.Ex.^a para o assunto apresentado, com elevada consideração e estima, os nossos melhores cumprimentos.

Guarda, 7 de Junho de 2011

GFGD

(Maria João Silva)



Instituto Politécnico da Guarda

Assunto: Divulgação do Programa “Férias Desportivas – IPG/2011”

O Gabinete de Formação Cultura e Desporto do Instituto Politécnico da Guarda, vai realizar em Julho, mais uma edição de “Férias Desportivas - IPG/2011”

Vimos por este meio, respeitosamente solicitar a colaboração dessa Escola na promoção e divulgação desse evento, pelo que junto remetemos cartaz e desdobrável do evento.

Agradecemos a atenção de V.Ex.a para o assunto apresentado, com elevada consideração e estima, os nossos melhores cumprimentos.

Guarda, 6 de Junho de 2011.

GFGD

(Maria João Silva)



Instituto Politécnico da Guarda

Exmo. Senhor

Comandante da Polícia de Segurança
Pública

Largo Frei Pedro, 17

6300-852 Guarda

Assunto: Férias Desportivas – IPG/2011

Exmo. Senhor

O Instituto Politécnico da Guarda através do Gabinete de Formação Cultura e Desporto, vai organizar o programa de Férias Desportivas destinado a crianças dos 6 aos 16 anos, no período de 4 de Julho a 29 de Julho de 2011.

De acordo com o Dec-Lei nº 32/2011 de 7 de Março de 2011, artigo 12º, ponto 3, vimos por este meio informar V.Exa. da realização do programa anteriormente referido, aproveitando a oportunidade para remeter o cartaz relativamente ao mesmo.

Agradecendo a atenção de V.Exa. para este assunto e apresentamos com elevada consideração e estima, os nossos melhores cumprimentos.

Guarda, 7 de Junho de 2011

O Vice-presidente

(Prof. Doutor Gonçalo José Poeta Fernandes)



Instituto Politécnico da Guarda

Ex.mo Senhor

Presidente da Gelgurte

Assunto: Férias Desportivas/IPG2011

Ex.mo Senhor

O Gabinete de Formação Cultura e Desporto do Instituto Politécnico da Guarda, vai realizar em Julho, mais uma edição de “Férias Desportivas - IPG/2011”

Assim, vimos por este meio, respeitosamente solicitar a colaboração dessa instituição, que se poderá traduzir na oferta de logurtes para as semanas de 4 a 8 de Julho e 11 a 15 de Julho para os participantes (30 participantes em cada semana).

Agradecendo a atenção de V.Ex.^a para este assunto apresentamos, com elevada consideração e estima, os nossos melhores cumprimentos.

Guarda, 27 de Julho de 2011

Gabinete de Formação Cultura e Desporto

(Maria João Silva)



Instituto Politécnico da Guarda

Ex.mo Senhor

Presidente do Instituto Português da
Juventude

6300 Guarda

Assunto: Férias Desportivas – IPG/2011

Ex.mo Senhor

O Instituto Politécnico da Guarda através do Gabinete de Formação Cultura e Desporto, vai organizar o programa “Férias Desportivas” destinado a crianças dos 6 aos 16 anos no período de 04 de Julho a 29 de Julho de 2011.

De acordo com o Dec-Lei nº 32/2011 de 7 de Março de 2011, artigo 12º, ponto 1, vimos por este meio informar V. Exa. da realização do programa anteriormente referido, aproveitando a oportunidade para remeter o plano de actividades do mesmo.

Agradecendo a atenção de V.Exa. para este assunto e apresentamos com elevada consideração e estima, os nossos melhores cumprimentos.

Guarda, 7 de Junho de 2011

O Vice-presidente

(Prof. Doutor Gonçalo José Poeta Fernandes)

Anexo 3



Imagem 4- T-shirt da 1ª Semana



Imagem 5- Cartões e Fitas de Identificação

Anexo 4

Participantes da 1ª Semana

4 a 8 de Julho de 2011

	Nome	Idade
1	[REDACTED]	7 Anos
2	[REDACTED]	10 Anos
3	[REDACTED]	9 Anos
4	[REDACTED]	11 Anos
5	[REDACTED]	9 Anos
6	[REDACTED]	11 Anos
7	[REDACTED]	8 Anos
8	E [REDACTED]	7 Anos
9	[REDACTED]	13 Anos
10	[REDACTED]	13 Anos
11	[REDACTED]	6 Anos
12	[REDACTED]	13 Anos
13	[REDACTED]	7 Anos
14	[REDACTED]	7 Anos
15	[REDACTED]	8 Anos
16	[REDACTED]	9 Anos
17	[REDACTED]	8 Anos
18	[REDACTED]	11 Anos
19	[REDACTED]	8 Anos
20	[REDACTED]es	9 Anos
21	[REDACTED]	10 Anos
22	[REDACTED]	7 Anos
23	[REDACTED]	7 Anos
24	[REDACTED]	7 Anos
25	[REDACTED]	7 Anos
26	[REDACTED]	13anos
27	[REDACTED]	11 Anos

Anexo 5

	Atividades				Material para Levarem
	Manhã 8h:30		Tarde		
Segunda-feira	9:00 - 9:30	Chamada	13:30 - 15:00	Sala na ESTG / PC	<ul style="list-style-type: none"> Fato de banho Touca e óculos de natação Chinelos Produtos de Higiene Protetor Solar Chapéu/boné (Trazer todos os dias)
	9:30 - 10:50	Piscina / Jogos Lúdicos	15:00 - 15:10	Troca de turnos	
	11:00 - 12:20	Jogos Lúdicos / Piscina	15:10 - 16:40	PC / Sala na ESTG	
	12:30 - 13:30	Almoço (Febras com arroz)	16:50 - 17:30	Lanche (sandesh/sumo ou leite)	
Terça-feira	8:30 - 9:00	Chamada	13:00 - 15:00	Atividades no parque	<ul style="list-style-type: none"> Levar Almoço Fato de banho e chinelos Toalha Protetor Solar Chapéu/boné (Trazer todos os dias)
	9:00 - 10:30	Saída de Autocarro para Gouveia	15:00 - 16:30	Piscina	
	10:40 - 12:00	Atividades no parque Srª dos verdes	16:30 - 18:30	Viagem de Regresso ao IPG (sandesh/sumo ou leite)	
	12:00 - 13:00	Almoço (POR CONTA DO PARTICIPANTE)			
Quarta-feira	8:30 - 9:00	Chamada	13:30 - 14:00	Caminhada até ao pavilhão	<ul style="list-style-type: none"> Dinheiro para almoçar Calçado apropriado para caminhada (outro par de Ténis/sapatilhas) para a entrar no pavilhão de Sº Miguel. Chapéu/boné (Trazer todos os dias)
	9:00 - 9:15	Saída de Autocarro para o Popis	14:00 - 16:30	Escalada / jogos colectivos (troneio)	
	9:50 - 12:00	Jogos didáticos	16:30 - 16:50	Viagem de Regresso ao IPG	
	12:00 - 13:30	Caminhada até ao Almoço (Mc.Donald) (POR CONTA DO PARTICIPANTE)	16:50 - 17:30	Lanche (sandesh/sumo ou leite)	
Quinta-feira	8:30 - 9:00	Chamada	13:00 - 15:30	Jogos de Mesa e Tabuleiro	<ul style="list-style-type: none"> Fato de banho e chinelos Toalha Protetor Solar Chapéu/boné Trazer todos os dias) Higiene pessoal Tenda, fato de treino, Saco Cama, almofada, lanterna...
	9:00 - 10:10	Saída de Autocarro para a praia fluvial Aldeia Viçosa	15:30 - 16:40	Continuação de Água	
	10:10 - 12:30	Água e mais Água	16:40 - 17:00	Lanche (sandesh/sumo ou leite)	
	12:00 - 13:00	Almoço (Panadinhos com arroz)	17:00 - 17:30	Viagem de Regresso ao IPG Dia de acampamento	
Sexta-feira	9:00 - 9:30	Pequeno Almoço (sandesh/sumo ou leite)	13:30 - 14:00	Preenchimento de inquéritos	<ul style="list-style-type: none"> Protetor Solar Chapéu/boné
	9:30 - 12:00	Reprografia (aprender a fazer encadernações) /e Ginásio da ESECD	14:00 - 16:30	Filme a designar	
	12:30 - 13:30	Almoço (lombo assado com batatas Fritas)	16:30 - 17:30	Lanche (sandesh/sumo ou leite)	

Tabela 1-Plano Semanal das Actividades entregue aos encarregados de educação

Férias Desportivas IPG/2011

Gabinete de Formação, Cultura e Desporto

MONITORES

Drº João Almeida 966081582/916589960

Diogo Correia 961296357

Vanessa Sequeira 913501322

Igor Pereira 966100810

Coordenadora (Drª Maria João Silva) 913371387

Imagem 6- Contactos dos monitores entregue aos encarregados de educação

Anexo 6

Descrição dos jogos para a 1ª semana das férias desportivas 2011

Segunda-feira/ Manhã

- Jogos na piscina

1. Jogo do lixo - num determinado tempo pôr a maior quantidade de lixo na área do adversário, ganha quem tiver menos lixo na sua área de jogo.

(A pontuação é atribuída da seguinte forma; equipa vencedora 5 pontos e a equipa derrotada é lhe atribuída uma pontuação de 3 pontos).

2. Jogo das bóias (tipo jogo das cadeiras) por número de bóias (-1) conforme o número de participantes, fazendo 2 grupos, dividir as equipas de igual modo e misturar uns com os outros. Ao sinal do professor têm de entrar na bóia, o aluno que não entrar sai e é retirada + uma bóia, ganha a equipa que tenha o maior número de participantes no fim.

(A pontuação é atribuída da seguinte forma; equipa vencedora 5 pontos e a equipa derrotada é lhe atribuída uma pontuação de 3 pontos)

3. Corrida de colchões, 2 a 2 num colchão e chegar dum lado ao outro da piscina. (corrida estafeta), dividir a equipa ao meio para ficar o mesmo número de participantes nas margens da piscina para trocarem com os que executam a prova chegarem a margem. Ganha a equipa que terminar primeiro.

(A pontuação é atribuída da seguinte forma; equipa vencedora 5 pontos e a equipa derrotada é lhe atribuída uma pontuação de 3 pontos).

4. Jogo da “batata frita” fazer uma corrida em cima da batata frita de modo a formar um “cavalinho”, ganha a **equipa** que chegar primeiro.

(A pontuação é atribuída da seguinte forma; equipa vencedora 5 pontos e a equipa derrotada é lhe atribuída uma pontuação de 3 pontos).

- Campus IPG

1. Jogo da reciclagem requer muita atenção ao sítio em que se encontram as peças, quando descobrirem o par tem de o levar para a respectiva caixa da equipa, no final quem tiver o maior número de pares dentro da caixa ganha. A cada par é atribuída uma pontuação de **2 pontos**

Depois se houver tempo é atribuído um tempo para as equipas separarem o lixo na respectiva cor é atribuída uma pontuação extra a quem terminar no menor tempo possível. E descontado **1 ponto** se errarem na separação do lixo.

2. Caminho invisível, um elemento de cada vez, tem de descobrir o caminho, quando falharem o trajecto sai e o elemento que estiver atrás tem de decorar o trajecto que o colega percorreu e tentar descobrir até chegar ao fim, e assim sucessivamente, se não chegarem ao fim vai ser atribuída a equipa vencedora aquela que ficou mais perto do fim do trajecto.

(A pontuação é atribuída da seguinte forma; equipa vencedora 5 pontos, se houver empate é atribuída uma pontuação de 3 pontos e a equipa derrotada é lhe atribuída uma pontuação de 2 pontos).

3. Bolas de ping-pong, as bolas vão se encontrar espalhadas pelo espaço descrito. Os participantes vão ter de apanhar as bolas com uma colher de plástico e transportar a bola na colher suspensa pela boca e meter a bola na caixa que é atribuída á respectiva equipa. Ganha quem tiver um maior número de bolas dentro da caixa.

(A pontuação é atribuída da seguinte forma; equipa vencedora 5 pontos e a equipa derrotada é lhe atribuída uma pontuação de 2 pontos).

Quarta-feira / Manhã

- Parque Urbano do Rio Diz

1. Jogo dos 10 passes, duas equipas uma delas com a posse de bola, num espaço limitado. Os participantes da equipa que tem a posse de bola têm de fazer 10 passes consecutivos entre a equipa, sem que a bola caia no chão ou seja interceptada por elementos da outra equipa.

Não é permitido fazer drible com a bola;

Não pode haver mais que três passes seguidos entre as mesmas pessoas;

Não é permitido tirar a bola das mãos do adversário;

Não é permitido contacto físico entre participantes.

(A pontuação é atribuída da seguinte forma; em cada 10 passes consecutivos entre a equipa é atribuído 2 pontos).

2. Jogo do “Mata”, Separa-se o grupo em duas equipas (A e B) com o mesmo número de jogadores e divididas num campo igual ao que se vê na imagem, Cada equipa coloca-se no seu meio campo (marcado a mais escuro), excepto o «piolho» de cada uma que se coloca no «piolho», a «zona dos mortos» (na parte de trás da equipa adversária), Os jogadores de uma equipa vão trocando a bola entre o «piolho» e o seu campo, tentando cada equipa atingir com a bola em todos os jogadores adversários, O jogo termina quando uma equipa conseguir “matar” todos os adversários.

A bola é jogada sempre com as mãos;

Sempre que a bola sai dos limites do campo, pertence ao jogador que a conseguir apanhar, que reinicia o jogo da posição em que está no campo.

(A pontuação é atribuída da seguinte forma; equipa vencedora 5 pontos e a equipa derrotada é lhe atribuída uma pontuação de 2 pontos).

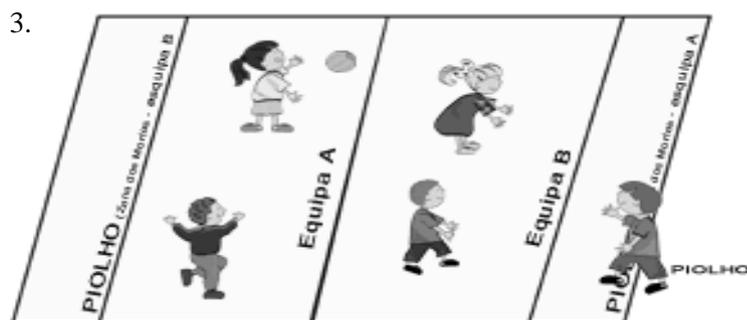


Imagem 7- explicação do jogo (O Mata)

4. Jogo “A Jaula”, um grupo de crianças dispostos em círculos (lado a lado sem darem as mãos) formam a jaula. O outro grupo, cujos elementos representam os “animais”, se dispersa pelo terreno, o professor usará um apito.

Ao sinal do professor os “animais” começam a correr, ora entrando ora saindo da jaula, a um novo apito, as crianças que se encontram no círculo dão as mãos fechando a jaula e prendendo os animais, deste modo, os que ficarem dentro do círculo, vão fazer parte do mesmo (a jaula), juntando-se aos que formam a jaula.

A seguir o jogo acaba assim que todos os animais tenham sido apanhados.

Ganha a equipa que demorar mais tempo a ser apanhada.

(A pontuação é atribuída da seguinte forma; equipa vencedora 5 pontos e a equipa derrotada é lhe atribuída uma pontuação de 2 pontos).

5. Jogo da bola ao capitão, Duas equipas uma delas com bola, num espaço limitado, com dois círculos desenhados nos extremos ou com arcos Cada equipa tenta passar a bola ao seu “capitão”, colocado no círculo do campo adversário, tentando evitar que a outra equipa o faça. Sempre que o “capitão” receba a bola sem a deixar cair, a sua equipa marca um ponto. Ganha a equipa que fizer mais passes com sucesso ao seu capitão.

- As duas equipas (A e B) podem deslocar-se por todo o espaço de jogo, excepto pelos círculos dos capitães.
- A bola é jogada com as mãos, através de passes, recepções e demarcações.
- O jogador em posse da bola só pode fazer dois apoios com a bola na mão, não pode haver drible.
- Nenhum outro jogador, para além do designado “capitão”, pode entrar nos círculos.
- O contacto físico entre os jogadores não é permitido.
- Não é permitido a qualquer jogador tirar a bola das mãos do adversário.

(A pontuação é atribuída da seguinte forma; equipa vencedora 5 pontos e a equipa derrotada é lhe atribuída uma pontuação de 2 pontos).



Imagem 8- explicação do jogo (Bola ao Capitão)

Quarta-feira / Tarde

- Pavilhão de S. Miguel

1. Escalada, o objectivo é alcançar o topo da parede. Ganha a equipa que mais vezes o consigam.

(A pontuação é atribuída da seguinte forma; equipa vencedora 5 pontos e a equipa derrotada é lhe atribuída uma pontuação de 2 pontos).

2. Jogos Colectivos (andebol ou Futebol). Fazer um torneio de todos contra todos num determinado espaço de tempo estipulado pela coordenadora. As equipas vão alternando com as que se encontram a fazer escalada.

Vermelhos vs Verdes	Laranjas vs Vermelhos	Vermelhos Vs Azuis
Azuis vs Laranjas	Verdes vs Azuis	Verdes vs Laranjas

Tabela 2-calendário dos jogos

A Vitoria	3 Pontos
O empate	2 Pontos
A derrota	1 Ponto

Tabela 3- Classificações atribuídas

Anexo 7



Imagem 9-T-shirt da 2ª Semana



Imagem 10-Cartões e fitas de identificação

Anexo 8

Participantes da 2ªSemana

11 a 15 de Julho de 2011

	Nome	Idade
1	██████████	9 Anos
2	██████████	7 Anos
3	██████████	8 Anos
4	██████████	10 Anos
5	██████████	14 Anos
6	██████████	14 Anos
7	██████████	13 Anos
8	██████████	7 Anos
9	██████████	9 Anos
10	██████████	12 Anos
11	██████████	7 Anos
12	██████████	13 Anos
13	██████████	11 Anos
14	██████████	12 Anos
15	██████████	8 Anos
16	██████████	13 Anos
17	██████████	7 Anos
18	██████████	13 Anos
19	██████████	10 Anos
20	██████████	10 Anos
21	██████████	10 Anos
22	██████	16 Anos
23	████	13 Anos
24	██████████	11 Anos
25	██████████	12 Anos

Anexo 9

Descrição dos jogos para a 2ª semana das férias desportivas 2011

Segunda-Feira

Jogos na Piscina:

Aquecimento Geral e Especifico

1. **Jogo do Lixo** -Num determinado tempo pôr a maior quantidade de “lixo” na área do adversário, ganha quem tiver menos lixo na sua área de jogo.
2. **Cotonetes Gigantes** - Cada equipa deverá eleger um elemento que se tentará colocar em pé em cima de um colchão flutuante, posto isto, terão de derrubar o elemento da equipa adversária como o auxílio de um “cotonetes gigantes”sem cair. Perde aquele que cair a água em primeiro lugar, passando a vez a outro colega de equipa.
3. **O Túnel** – Cada equipa terá de posicionar-se na piscina para que fiquem em fila (atrás uns dos outros). O elemento que fica atrás terá de passar para a frente do primeiro elemento, passando por baixo das pernas dos restantes colegas de equipa. Ganha a equipa que chegar mais rápido ao outro lado da piscina.
4. **Náufragos** – os participantes distribuem-se pela piscina introduzidos dentro de um arco – a ilha -, menos um jogador que fica livre que é o náufrago. Ao sinal do professor todos deverão trocar de ilha tentando que o náufrago não ocupe nenhuma das ilhas. Se o náufrago conseguir ocupar uma ilha, o jogador que ficou sem ilha passará a ocupar o sítio e a missão do náufrago.
5. **Ataque ao Castelo** – cada equipa deverá posicionar-se dentro da piscina em círculo virados para fora de mãos dadas – os defensores. A outra equipa fora do círculo deverá tentar atacar o castelo – atacantes – usando todas as estratégias possíveis. Passada esta barreira, os papéis invertem-se e os defensores passam a atacantes. Ganha a equipa que conseguir defender melhor o seu castelo durante mais tempo.

6. **Pólo Aquático**

Relaxamento

Alongamentos

Campus do IPG:

Jogos Tradicionais

1. **Jogo da reciclagem** requer muita atenção ao sítio em que se encontram as peças, quando descobrirem o par tem de o levar para a respectiva caixa da equipa, no final quem tiver o maior número de pares dentro da caixa ganha. A cada par é atribuída uma pontuação de **2 pontos**
Depois se houver tempo é atribuído um tempo para as equipas separarem o lixo na respectiva cor é atribuída uma pontuação extra a quem terminar no menor tempo possível. E descontado **1 ponto** se errarem na separação do lixo.
2. **Bolas de ping-pong**, as bolas vão se encontrar espalhadas pelo espaço descrito. Os participantes vão ter de apanhar as bolas com uma colher de plástico e transportar a bola na colher suspensa pela boca e meter a bola na caixa que é atribuída á respectiva equipa. Ganha quem tiver um maior número de bolas dentro da caixa.

(A pontuação é atribuída da seguinte forma; equipa vencedora 5 pontos e a equipa derrotada é lhe atribuída uma pontuação de 2 pontos).

3. **Corrida de Sacos** – Os participantes terão de percorrer um percurso previamente delimitado saltando dentro de sacos, não podendo cair nem sair do mesmo. Ganha a equipa que chegar mais rápido à meta passando todos os elementos da equipa.

Quarta – Feira

Parque Polis

1. **Jogo do Lenço** - Fazem-se duas equipas com o mesmo número de jogadores aos quais serão atribuídos números iguais (1,2,3,4, etc.) para ambas, decididos secretamente por cada equipa. As equipas ficam frente a frente separadas pela mesma distância. No meio do terreno, num dos lados, fica o juiz com um lenço pendurado na mão, que vai chamando, um de cada jogada, os vários números que estão em jogo. Os jogadores das duas equipas, que tenham o número chamado, correm e tentam ficar com o lenço sem serem tocados pelo adversário, e, seguidamente, fugir para uma das barras (zona das equipas), para assim somar pontos. A cada jogador de uma equipa corresponde um número igual ao de outro jogador da equipa adversária. (Pode atribuir-se mais do que um número a cada jogador, se forem poucos, mas sempre em paralelo com os da equipa adversária.) Quando o juiz que está no meio das duas equipas chama um número, os jogadores de cada equipa que têm esse número, correm em direcção ao lenço e tentam apanhá-lo. Ganha o jogo a equipa que primeiro fizer 10 pontos. O juiz poderá chamar, se assim o entender, as duas equipas completas dizendo: FOGO! Se o juiz gritar: ÁGUA! As equipas deverão ficar imóveis. Para tornar as corridas mais divertidas o juiz poderá chamar os números fazendo-lhes

corresponder nomes que definem a maneira como o número se deve movimentar até chegar à barra:

- Vinagre: só podem andar ao pé-coxinho,
- Azeite: têm de ir de cócoras,
- Caranguejo: de costas,

2. *Paddy-Papper*

Pavilhão S.Miguel

3. Escalada
4. Jogos Colectivos – Torneio de Futebol e Andebol.

Quinta – Feira

Praia fluvial

1. Jogos desportivos
 - Futebol praia
 - Voleibol
 - Jogos de Raquete
 - Jogos de tabuleiro
 - Jogos de mesa

Campos IPG

1. ***Balões Surpresa*** – numa primeira fase, um elemento de cada equipa terá que rebentar os balões, que no seu interior têm 2 rebuçados, quem conseguir rebentar o balão com as costas, cabeça e com o rabo fica com os rebuçados. Posteriormente, a tarefa passa a ser executada por dois elementos de equipas adversárias, aquele que conseguir rebentar mais balões é a equipa que ganha.
2. Piscina IPG

Hydro-ginástica

Corrida nos colchões

Actividades livres

Sexta - Feira

- Introdução à cama elástica
- Workshop de Body- Combat
- Workshop de Aeróbica

Anexo 10

Grupo_____

Hora de Partida_____Hora de Chegada_____

Grupo_____

Hora de Partida _____Hora de Chegada_____

Grupo_____

Hora de Partida _____Hora de Chegada_____

Grupo _____

Hora de Partida_____Hora de Chegada_____

	Grupo:	Grupo:	Grupo:	Grupo:
Posto 1				
Posto 2				
Posto 3				
Posto 4				
Posto 5				
Posto 6				
Posto 7				
Posto 8				
Posto 9				
Posto 10				
Total:				

Quadro 1- Quadro de Classificações do Peddy- Paper

Pontuações: Resposta certa 5 pontos, errada 3 pontos. A não passagem pelos postos (obrigatórios) tem uma penalização de 2 pontos.

Posto 1

Vais partir à descoberta no mundo do Polis, lembra-te que todas as perguntas e provas têm pontuação, por isso, responde correctamente a todas as perguntas e faz todas as provas que te mandarem para assim somares mais pontos, o tempo também conta, tenta fazer o percurso no menor tempo possível. Os envelopes depois de feitos, entrega ao teu monitor, no final do percurso.

Boa sorte

Completa o seguinte provérbio:

Grão a Grão enche a Galinha_____.

Dirige-te à casa dos gelados e procura o envelope correspondente ao teu grupo.

Posto 2

Responde à seguinte adivinha:

Qual é coisa, qual é ela, que é redonda como o Sol, tem mais raios do que uma trovoada e anda sempre aos pares?

Dirige-te à “Nave” e depois de a percorreres encontra a próxima pista.

Posto 3

Completa o Provérbio:

Devagar se vai ao _____.

Cada elemento do grupo tem de dar 5 voltas em torno da Nave.

Dirige-te para o escorrega mais próximo e depois de fazerem o circuito procurem a próxima pista.

Posto 4

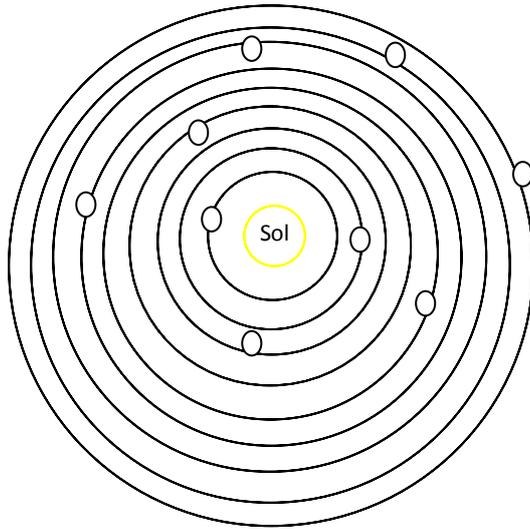
Qual é coisa, qual é ela, que atravessa todas as portas sem nunca entrar nem por elas sair?

Cada elemento do grupo tem de dar uma cambalhota.

Dirige-te ao foguetão, sobe e encontra a pista. Depois os elementos do grupo têm de escorregar dois a dois.

Posto 5

Completa a imagem com os nomes dos planetas, começando no número 1 pelo planeta mais próximo do sol e seguindo o mesmo raciocínio para os restantes planetas.



- 1. _____
- 2. _____
- 3. _____
- 4. _____
- 5. _____
- 6. _____
- 7. _____
- 8. _____
- 9. _____

Já acabas-te a tarefa? Procura a próxima pista perto dos Baloços.

Posto 6

Numa casa de 12 meninas, cada uma tem quatro quartos, todas elas usam meias, nenhuma usa sapatos.

O que é?



Olha à tua volta, terás uma ponte onde passa água por baixo. Qual o nome do Rio que nasce em Espanha e desagua no Norte de Portugal? _____

Procura a tua Próxima pista junto à Ponte.

Posto 7

Por quantos F's é a Guarda conhecida? _____

Quais são? _____

Vai até aos túneis lá encontrarás a tua próxima pista.

Posto 8

Onde teve origem os jogos olímpicos? _____

Completa o Provérbio:

Quem não tem cão _____.

Cerca do séc. VIII a.c a população reunia-se em coliseus ou anfiteatros para realizar os jogos, procura-o e encontra a próxima pista.

Posto 9

Cansados? Já estamos na recta final só mais algumas questões para pontuar:

Qual o desporto em que se utilizam 22 jogadores? _____

Em que desporto é utilizado um taco e os jogadores se movimentam de patins? _____

Em que competição de Futebol Portugal foi à Final? _____

Para a Realização destes desportos colectivos é necessário um campo. Procura-o e encontrarás a tua Próxima pista.

Posto 10

Parabéns estamos mesmo no fim, inspira um último fôlego e juntamente com todos os colegas de equipa façam remates à baliza até que cada um tenha marcado 5 golos.

Para concluíres a tua prova vai ao edifício vermelho e procura os monitores no ponto de chegada, entrega todos os envelopes e aguarda as pontuações.

Boa Sorte

Posto 1- Entrada do Popis

Posto 2- Casa dos Gelados

Posto 3- Dentro da Nave

Posto 4- Escondido no Escorrega

Posto 5- Foguetão

Posto 6- Ao pé dos Baloços

Posto 7- Na ponte em frente aos Baloços.

Posto 8- Túneis

Posto 9- Anfiteatro

Posto 10- Iglodromo

Soluções:

Posto 1 - Grão a Grão enche a Galinha o papo.

Posto 2- A Roda da Bicicleta.

Posto 3- Devagar se vai ao longe.

Posto 4- A Fechadura

Posto 5- 1-Mercúrio ; 2- Vénus; 3- Terra; 4- Marte; 5- Júpiter; 6-Saturno; 7- Úrano; 8- Neptuno;9 – Plutão

Posto 6- O Relógio ; Rio Douro

Posto 7- 5 : Forte, Fria , Fiel, Formosa, Farta.

Posto 8- Grécia; Quem não tem cão caça com gato.

Posto 9- Futebol; Hóquei; Euro2004

Posto 10- (Golos)

Anexo 11

Questionário de satisfação para os pais dos participantes nas férias desportivas do IPG

Identificação da Organização: Gabinete de formação Cultura e Desporto do IPG

Instruções de resposta ao questionário:

A procura da melhoria contínua, com vista a uma **melhor prestação do serviço público**, é o principal compromisso estabelecido na nossa organização.

Por conseguinte, a sua opinião é fundamental para que possamos criar novas alternativas e oferecer um atendimento cada vez mais eficaz.

Não **há respostas certas ou erradas** relativamente a qualquer um dos itens, pretendendo-se apenas a sua opinião pessoal e sincera.

Este questionário é de natureza **confidencial e anónima**.

A sua colaboração é fundamental para prestarmos um serviço de Qualidade!

Teve conhecimento do nosso serviço – “Férias Desportivas”, através de:

Email ___ Jornais/ rádio ___ Cartaz ___ Amigos ___
___ Site do IPG ___

É a primeira vez que frequenta as “Férias Desportivas”?

Sim ___ Não ___

O que o levou a escolher o nosso serviço?

Horários _____ Preço/ Qualidade _____

Actividades _____

Monitores _____

Outros _____

Quais? _____

Questões adaptadas ao contexto da organização:

		Grau de Satisfação				
		Excelente	Bom	Suficiente	Medíocre	Mau
Serviços	Satisfação das actividades desenvolvidas					
	Qualidade dos serviços prestados					
	Desempenho da Organização					
	Logística					
Atendimento	Clareza de Informação					
	Atendimento Prestado					
Monitores	Eficiência dos Monitores					
	Disponibilidade dos Monitores					
	Simpatia dos Monitores					

Identifique quais os aspectos a melhorar.

Indique de que forma esta actividade atingiu, ou não, as suas expetativas.

Obrigado pela sua colaboração!

Anexo 12



Imagem 11- Porta-moedas



Imagem 12- Certificado

Receção ao Calóiro 2011

Vem participar nas atividades que
preparámos para ti!!!

14:00 h

Workshops de Aeróbica e Ritmos

15:30 h

Futsal, Voleibol e Jênis

16:30 h

Workshop de Zumba e Axé

27 de Setembro (Terça-Feira)

Campus do IPG



Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto
Instituto Politécnico da Guarda

Organização

Gabinete de Formação Cultural e Desporto

AUDITÓRIO DA AAG/IPG

31 | Outubro | 2011 | 21h.00



Desportos de Academia na Guarda

Convidados



Helena Trindade



Fernando Lima



Elvira Matos



Carlos Caramelo



Ricardo Simão

Moderador

Bernardete Jorge

Entrada Livre



Instituto Politécnico da Guarda

Gabinete de Formação, Cultura e Desporto
UTC de Desporto e Expressões da ESECD



Associação
Académica da Guarda
Secção Cultural e Desportiva

AUDITÓRIO DA AAG/IPG

28 | Novembro | 2011 | 21h.00

Desporto de Formação na Guarda

Desportos Colectivos

Convidados



Carlos Lucas



Carlos Sacadura



Jorge Florêncio



Miguel Fonseca
Joaquim Escada

Moderador

António Albino

Entrada Livre



Instituto Politécnico da Guarda

Gabinete de Formação, Cultura e Desporto
UTC de Desporto e Expressões da ESECD



Associação
Académica da Guarda
Secção Cultural e Desportiva

Relatório Ação de Formação Defesa Pessoal

No dia 16 de Novembro de 2011, quarta-feira, pelas 14h deu inicio na sala de Dança da ESECD, uma ação de formação de defesa pessoal, com o intuito de incentivar os participantes para a prática desta modalidade e proporcionar bases de defesa, no dia-a-dia, caso o indivíduo se encontre em situação de risco.

A cada participante foi entregue uma garrafa de água e um inquérito a preencher e entregar no final da ação.

Na abertura os prelectores apresentaram-se e deram inicio a uma parte teórica sobre a modalidade e conselhos sobre a mesma, mencionando que a intenção desta “defesa” não é o ataque nem a agressão, mas sim em caso de perigo eminente, o indivíduo se possa defender, mas sem causar danos de maior intensidade no adversário sim proporcionar situações que nos permitam escapar de outras mais perigosas e embaraçosas.

Terminada esta fase, deu inicio à parte prática, onde os participantes iam experimentando técnicas de defesa com um parceiro, ou mais dependendo do exercício proposto.

Por volta das 16:00h foi dado 5 minutos de intervalo permitindo aos participantes ingerir um pouco de água e descansar.

Retomada a actividade, o chão da sala foi “fornado” com colchões e os prelectores passaram á explicação de exercícios, caso estas situações de perigo nos obriga a passar para um plano inferior, como proceder.

Esta ação teve o seu encerramento pelas 17:15h, onde o GFCD entregou lembranças aos prelectores e fez o agradecimento à ESECD pela cedência do espaço para o desenrolar da ação.

O balanço foi positivo, apontando apenas um aspecto menos positivo, uma vez que grande maioria apenas se inscreveu no dia, tivemos uma grande afluência de pessoas e o espaço tornara-se pequeno para ação.



Instituto Politécnico da Guarda

Ação de Formação de Natação **” Atividade Lúdica para o Ensino de Crol e Costas ”**

18 de Novembro de 2011
Pelas 9:00h

Formador:
Prof. Doutor Tiago Barbosa

LOCAL: Auditório dos Serviços Centrais

Informações / Inscrições
Gabinete de Formação, Cultura e Desporto
Edifício Central
Tel.271220111 E-mail: gfgcd@ipg.pt

Apoios:



Organização:

Gabinete de Formação, Cultura e Desporto
Escola Superior de Educação Comunicação e Desporto



Instituto Politécnico da Guarda

Mega Aula de Hidroginástica

Solidária

Dia 26 de Novembro de 2011

Local: Piscina do Instituto Politécnico Da Guarda

Pelas 21 Horas

Entrada Livre (Donativo Facultativo)

Professores: Irina Sequeira, Maria João Silva

Organização:

Gabinete de Formação Cultura e Desporto

O Valor angariado reverterá a favor da Instituição:

 **CÁRITAS**
diocesana
da GUARDA

Apoios:





Instituto Politécnico da Guarda

II OPEN DE TÊNIS IPG

27 de Outubro

Inscrições até dia 24 de Outubro

Sorteio dia 26 de Outubro

Preço por inscrição 2,5€

Prémios : 1º Bilhete Geral Semana do Caloiro

2º e 3º Bilhete diário Semana do Caloiro

Informações/inscrições

Gabinete de Formação, Cultura e Desporto

Edifício Central

Telefone: 271220111

E-mail: gacd@ipg.pt

WWW.ipg.pt/gacd

Organização:

Gabinete Formação, Cultura e Desporto

Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto

APOIOS:



PASSEIO BTT E CAMINHADA DO IPG 2011

Dia XX Setembro de 2011
Participa!

Pagamento e Inscrição
Gabinete de Formação Cultural e Desporto
Edifício Central
Tel: 271220111
Fax: 271222690

Organização

Gabinete de Formação Cultural e Desporto



Escola Superior de Educação Comunicação e Desporto
Instituto Politécnico da Guarda



Instituto Politécnico da Guarda

Magusto do IPG

26 de Outubro 2011

A partir das 14:00 h no Campus do IPG com Jogos Tradicionais

Corrida de Sacos;

Tração à Corda;

Malha;

Jogo do Prêgo;

Corrida de Evos....

Pelas 17h no Teu Bar Académico Magusto e Muita Animação !!!

Organização:

Gabinete de Formação, Cultura e Desporto





Instituto Politécnico da Guarda

Semana Aquática e Atividades Desportivas

Na semana de 26 a 30 de Dezembro de 2011, o Gabinete de Formação, Cultura e Desporto, pretende levar a cabo a primeira edição das Férias Aquáticas e atividades desportivas no Instituto Politécnico da Guarda.

A água é o ambiente ideal para a prática de exercício físico, sendo eleita por muitos praticantes de desporto, pois promove a leveza do corpo e favorece a resistência dos movimentos. As atividades aquáticas têm um papel fundamental no programa de atividades, podendo ser praticadas em família ou individualmente. Desde a Natação à Hidroginástica, as atividades de Piscina são divertidas e diversificadas.

Neste âmbito, pretende-se criar uma semana inteiramente dedicada a atividades aquáticas e desportivas diversificadas.

Os objetivos principais, para esta actividade são:

- Incentivar os utentes para a prática de actividade física;
- Promover a escola de natação do IPG;
- Incentivar o espírito competitivo entre os jovens, onde impere o Fair-Play;
- Criar momentos onde os jovens possam demonstrar as habilidades apreendidas, mas também de recreação e de superação;
- Fomentar a participação ativa dos alunos;
- Fomentar, entre os participantes, um clima de boas relações interpessoais e de uma competição leal;
- Promover os espaços dentro do Campus do IPG.

Destinatários:

Esta actividade destina-se essencialmente, a crianças e jovens, que se sintam motivados para participar nas atividades.

Recursos Físicos:

- Piscina do IPG;
- Campus do IPG;
- Sala de Dança da ESECD;

Recursos Materiais:

- Rádio Leitor de CD;
- CDS;
- Certificados de Participação;

Recursos Financeiros:

- Certificados de Participação;
- Gastos para a Realização do Evento.

Cronograma Anual das Atividades realizadas em 2011

Projecto	Atividade	Número de Participantes	Destinatários	Cronograma												Realizadas		
				Janeiro	Fevereiro	Março	Abril	Maió	Junho	Julho	Agosto	Setembro	Outubro	Novembro	Dezembro			
Ação de Formação	Esqui	54	Comunidade em Geral				5										Sim	
	Suporte Básico de Vida	80						26										Sim
	Guarda-Redes – “Da Formação ao Rendimento”	64						30										Sim
	“ Defesa Pessoal”	43														16		Sim
	“Atividade Lúdica para o Ensino de Crol e Costas”	62														18		Sim
Organizações Internas	Torneio de Futsal Masculino	240	Comunidade Politécnica														Sim	
	Torneio de Futsal Feminino	36																Sim
	I Torneio de Ténis IPG	21								1								Sim
	Jogo Futsal masculino e feminino amigável IPGXUBI	48	Alunos IPGXUBI													3	Sim	
	II Torneio de Ténis IPG	11	Comunidade Politécnica											28			Sim	
	Tertúlias Desportivas	Desportos de Academia	70	Comunidade em geral											31			Sim
		Desportos Coletivos	50														28	
Atividades de Lazer e Recreação	Hidro Solidária	18	Comunidade em Geral													26	Sim	
	IV Festival Aquático	70	Utentes da Piscina							2							Sim	
	Férias Desportivas	52	6 aos 16 anos Comunidade em Geral							4a15							Sim	
	Férias da pascoa	--	6 aos 16 anos Comunidade em Geral														Não	
	Magusto no IPG	----	Comunidade Politécnica											26			Não	
Atividades de organização e Gestão	Escola de Andebol	50	Comunidade em Geral														Sim	
	Piscina	Média por mês 150	Comunidade em Geral														Sim	
	Modalidades do IPG	60	Comunidade Politécnica														Sim	
	FADU	Futsal Feminino	20	Estudantes Universitários													7	sim
Andebol Masculino		20														21 e 22		

Nota: As atividades assinaladas à cor rosa, são as atividades que eu participei (organização, colaboração e trabalho no terreno) dentro do GFCD.

