



INSTITUTO CARIOCA DE ATIVIDADES - ICA
AVISO DE COTAÇÃO Nº 001/2022
TERMO DE COLABORAÇÃO Nº 001/2022

MODALIDADE: MENOR PREÇO UNITÁRIO

OBJETO: EMPRESA ESPECIALIZADA EM SERVIÇOS DE ASSESSORIA MÉDICA PARA O PROJETO CTS – CENTRO DE TREINAMENTO DE SURF DE SAQUAREMA

Termo de Referência

1. Objeto:

O objeto do presente certame é a prestação de serviço de assessoria técnica médica especializada para o Projeto CTS – Centro de Treinamento de Surf – Léo Neves.

2. Objetivo:

O Projeto CTS - CENTRO DE TREINAMENTO DE SURF DE SAQUAREMA visa promover o desenvolvimento técnico, de acordo com a categoria, habilidades físicas, psicológicas, estimulando através das atividades adquiridas no projeto para as categorias sub 10 ao Sub 20.

3. Projeto Pedagógico

Objetivos pedagógicos:

Atender as necessidades biopsicossociais dos alunos;

Desenvolver a eficiência física;

Desenvolver a consciência corporal e a qualidade do movimento;

Estabelecer hábitos saudáveis;

Desenvolver consciência ambiental;

Desenvolver técnica e segurança aplicadas ao surf.

Unidade 1: Aprendizado motor e performance; história do Surf - tudo começou na Polinésia - Quem é surfista; Estilos de Surf; outros esportes de prancha.

Unidade 2: Aprendizado motor e performance; meio ambiente: seres marinhos; oceanografia: formação de ondas, tipos de praias e fundos; oceanografia: ventos e fatores locais: correntezas, canais, pedras etc.

Unidade 3: Aprendizado motor e performance; segurança no mar: natação, apneia, salvamento, primeiros socorros.

4. Aprendizagem motor e Performance no Surf

Aprendizagem motora pode ser definida como uma mudança em processos internos, que determinam a capacidade de um indivíduo para produzir uma tarefa motora. O nível de aprendizagem motora de um indivíduo aumenta com a prática e é frequentemente inferido pela observação de níveis relativamente estáveis da performance motora da pessoa, ou seja, sua tentativa observável para produzir uma ação voluntária, onde o nível desta é suscetível a flutuações em fatores temporários (motivação, ativação, fadiga e condição física).

Cada indivíduo possui habilidades específicas bem particulares, sendo que, por este motivo alguns tem maior facilidade em executar determinada tarefa em comparação a outros que apresentam maior dificuldade para a realização da mesma.

Na fase de aprendizagem desta modalidade, o surf, podemos mensurar os resultados de desempenho da tarefa de diversas formas, ou seja, que indiquem o resultado ou efeito do desempenho da habilidade motora em questão.

A aprendizagem do surf pode ser definida como uma alteração na capacidade da pessoa em desempenhar uma habilidade, que deve ser inferida como uma melhoria relativamente permanente no desempenho (comportamento observável), devido a prática ou a experiência.

Pode-se observar quatro características gerais do desempenho, à média em que ocorre a aprendizagem de habilidades: Aperfeiçoamento, consistência, persistência e adaptabilidade.

Aperfeiçoamento: O desempenho da habilidade é aperfeiçoado ao longo do tempo. Isso significa que, num dado instante, a pessoa desempenhará uma certa habilidade melhor do que antes. A aprendizagem não está necessariamente limitada ao aperfeiçoamento do desempenho. Há casos em que a prática desenvolve maus hábitos que, por sua vez, resultam na falta de aperfeiçoamento do desempenho observado, podendo desta forma tornar o desempenho pior à medida que a prática prossegue.

Consistência: à medida que a aprendizagem avança, o desempenho torna-se cada vez mais consistente, portanto, de uma tentativa para outra os níveis de desempenho da pessoa devem se tornar mais semelhantes. No início da Aprendizagem os níveis de desempenho normalmente variam muito de uma tentativa para outra. No, entretanto, com o passar do tempo, o desempenho torna-se mais consistente.

Um outro termo a ser mencionado aqui é a estabilidade. A medida que a consistência do desempenho de uma habilidade aumenta, certas características comportamentais do desempenho tornam-se mais estáveis. Isso significa que o novo comportamento adquirido, não será facilmente perturbado por pequenas alterações nas características pessoais ou ambientais.

Persistência: a capacidade melhorada de desempenho é marcada por uma quantidade maior de persistência. Isto significa que, à medida que a pessoa melhora a aprendizagem de uma habilidade, sua capacidade melhorada de desempenho se estende por períodos maiores.

Uma característica importante da aprendizagem de habilidades é que uma pessoa que já aprendeu uma habilidade deve ser capaz de demonstrar o nível de desempenho atingido hoje, amanhã, semana que vem, e assim por diante. A persistência está relacionada ênfase dada na definição de aprendizagem, como uma melhora permanente do desempenho.

Adaptabilidade: é a adaptação do desempenho aperfeiçoado a uma grande variedade de características do contexto de desempenho. Nunca é desempenhada uma habilidade em que todas as condições no contexto do desempenho sejam exatamente idênticas. Cada vez que uma habilidade é desempenhada, há sempre algo diferente. Esta diferença pode ser o próprio estado emocional, as características da habilidade, uma diferença ambiental, como uma variação nas condições do Mar. O grau de adaptabilidade exigido depende das situações da habilidade e do desempenho. À medida que evolui na aprendizagem da habilidade, em determinadas circunstâncias, aumenta sua capacidade de desempenhar a habilidade com sucesso.

5. Da pedagogia aplicada ao Surf

I – Introdução: Definição do Contexto do Processo Educativo

Condição essencial para o sucesso no ensino de qualquer atividade, os OBJETIVOS a serem alcançados pelos alunos merecem atenção especial na sua elaboração por parte do educador.

As atividades que fazem parte de um processo de ensino–aprendizagem devem seguir orientações ou normas gerais que são referências e balizamentos à condução do ensino, que chamamos de Objetivos gerais da metodologia.

Cada atividade, seja qual for a matéria a ser desenvolvida, deverá seguir finalidades próprias a que chamamos de objetivos específicos da metodologia.

II – Objetivos gerais da Metodologia

Ao definirmos o objetivo geral no âmbito de qualquer processo de ENSINO - APRENDIZAGEM devemos nos apoiar nas finalidades da EDUCAÇÃO que apontam para um desenvolvimento integral e harmônico de um ser criativo, aspirando à liberdade a apto a viver em relação estreita com a comunidade, amplitude de sua cidadania.

No caso do ensino do SURF, podemos orientar nossos objetivos gerais para:

- A realização pessoal e social através do ESPORTE.
- A criação de referências fundamentais de autoconhecimento.
- O desenvolvimento biopsicossocial.

O que nos leva a delimitar os objetivos gerais, no ensino do SURF, em:

- Assegurar a formação de uma imagem favorável de si mesma (autoestima)
- Permitir a integridade da comunicação interpessoal
- Assegurar e desenvolver qualidade de ação e expressão.
- Permitir acesso a experiências de movimento que satisfaçam o sentido de curiosidade e prazer.
- Garantir o pleno exercício da cidadania.

III – Objetivos Específicos da metodologia

Ao determinar as atividades que deverão constar de uma aula de técnicas circenses, como tema central, qualquer modalidade que seja escolhida (Ex.: acrobacia de solo ou aérea, técnicas de equilíbrio, malabares etc.), deveremos considerar a sua ação conjugada sobre os domínios MOTOR, AFETIVO e MENTAL (cognitivo) indicando condutas cada vês mais organizadas e conscientes.

São referências na elaboração de objetivos específicos para qualquer atividade, a sua adequação à:

| | |
|-----------|--|
| MOTOR | <p>OBJETIVOS FISIOLÓGICOS Que levam em conta a solicitação dos aparelhos osteoarticular, neuromuscular, respiratório e cardiovascular; Nível de atividade pessoal</p> <p>OBJETIVOS PSICOMOTORES Domínio do corpo em movimento e referimento perceptivo (conhecimento do esquema corporal, simetria e lateralização) Coordenação geral e específica; Regulação do tônus muscular; Estruturação espacial; Equilíbrio; Ritmo.</p> |
| AFETIVO | <p>OBJETIVOS SOCIOCOMPORTAMENTAIS Cooperação e participação; Adequação a regras e comportamentos “combinados”; “Espírito de grupo”; Solidariedade</p> |
| COGNITIVO | <p>OBJETIVOS CULTURAIS/AMBIENTAIS Conhecimento da história e cultura do surf Aperfeiçoamento do sentido ecológico/sustentável Domínio básico de aspectos oceanográficos/meteorológicos Ampliação da cultura geral</p> |

6. Dos Recursos Humanos necessários

Para atendimento da metodologia acima são necessários os seguintes profissionais;

| EQUIPE/QUALIFICAÇÃO | | Quantidade | CARGA HORÁRIA SEMANAL |
|------------------------------|---|------------|-----------------------|
| Preparador Físico | Profissional graduado em Educação Física, devidamente registrado junto ao CREF, preferencialmente com experiência de Surf. | 1 | 10hs |
| Psicólogo do esporte | Profissional com registro no respectivo conselho da classe. É o responsável por entender como os fatores psicológicos influenciam o desempenho físico e compreender como a participação nessas atividades afeta o desenvolvimento emocional, a saúde e o bem-estar de uma pessoa nesse contexto | 1 | 4hs |
| Assistente Social do esporte | Profissional com registro no respectivo conselho da classe. É o responsável por buscar a promoção da cidadania, bem como a melhoria das relações interpessoais e da qualidade de vida dos atletas. | 1 | 4hs |
| Médico do esporte | Profissional com registro no respectivo conselho da classe. É profissional que atua de forma ampla, tendo como norte a fisiologia do exercício, a prevenção de problemas de saúde e a melhoria de desempenho de pacientes envolvidos em práticas esportivas competitivas profissionais e não competitivas amadoras. Trata-se de profissional de | 1 | 4hs |

| | | | |
|--------------------------|--|---|------|
| | formação clínica com conhecimento em diferentes áreas da medicina, como a cardiologia, ortopedia, imunologia, endocrinologia, nutrologia e até mesmo medicina do sono. | | |
| Fisioterapeuta esportivo | Profissional com registro no respectivo conselho da classe. É o profissional responsável por encontrar os melhores exercícios e as práticas para cada um dos seus pacientes, guiando a pessoa para a prática de atividades que potencializem o seu desempenho e, é claro, ajude no trabalho de prevenção de lesões | 1 | 10hs |
| Nutricionista esportivo | Profissional com registro no respectivo conselho da classe. É o profissional responsável por fornecer a orientação adequada sobre alimentação, exercícios físicos e uso de vitaminas, minerais e suplementos para atletas e praticantes de atividades físicas alcançarem os objetivos esperados de forma saudável. | 1 | 4hs |

Todos os profissionais devem estar habilitados em seus respectivos conselhos de classe.

A proposta deverá vir acompanhada dos currículos com comprovação de trabalho na área esportiva.

7. Valor do termo de referência

Para a execução do serviço de assessoria técnica médica esportiva o valor será de **R\$ 25.449,87 (Vinte e cinco mil quatrocentos e quarenta e nove reais e oitenta e sete centavos).**



8. Do período de recebimento das propostas

As propostas deverão ser enviadas para o e-mail gestaoctssaquarema@gmail.com até o dia 22 de julho, impreterivelmente.

9. Do Resultado

O resultado será publicado no dia 25 de julho no site <https://institutocarioca.org.br/> a partir das 13 horas.

Rio de Janeiro, 20 de julho de 2022.



Nicodemos de Carvalho Mota
Diretor-Presidente
Instituto Carioca de Atividades - ICA