

PROJETO MUAY THAI 2024

1. Nome do Projeto:	Local: Fundação Itanhanduense de Educação e Cultura Dilza Pinho Nilo
Projeto Muay Thai	

2. Custo do Projeto:	Tipo do Contrato: MEI
Valor mensal do Instrutor R\$ 1.740,00	Valor Anual: R\$ 17.400,00

3. Justificativa:
Através do Muay Thai podemos transmitir valores e objetivos sociais, a fim de promover o desenvolvimento e a construção da cidadania É relevante destacar que os custos com o desenvolvimento dessas políticas não podem ser representados como gastos, mas sim, como investimentos nas futuras gerações do país, já que o campo do esporte é uma ferramenta extremamente importante para a inclusão social.

4. Objetivo Geral:
O aluno num período de seis meses deverá desenvolver condicionamento físico e técnico, melhorando sua coordenação motora, noção de espaço, reflexo, resistência e força. Também aprenderá sobre a história da luta e das oito armas (punhos/ cotovelos / joelhos / canelas) e terá conhecimento dos equipamentos de segurança utilizados para o seu desenvolvimento com segurança e se familiarizará com uma situação de combate.

5. Objetivos Específicos:
Entre as modalidades esportivas, as artes marciais, especificamente o Muay Thai, podem ajudar no desenvolvimento total dos jovens, além de promover hábitos saudáveis, trabalhar com a interação, ter atenção, ser compreensivo, ter responsabilidade, respeitar seus amigos de treino e os professores. Por fim, a rotina se estrutura e o convívio com o próximo desperta a vontade de crescer e se tornar um cidadão consciente, responsável e que pensa na coletividade.

6. Metodologia Utilizada:
A metodologia baseia-se em utilizar exercícios físicos, tais como: abdominais, agachamentos, flexões de braço, atividades em conjunto e técnicas do Muay Thai, respeitando sempre a faixa etária, o desenvolvimento e o tempo de treinamento de cada aluno. As abordagens utilizadas iniciam-se através da repetição dos movimentos do Muay Thai, pois nesta modalidade esportiva, a postura e o padrão do movimento é de grande importância para se desenvolver a luta. O atleta deverá saber representar corretamente os movimentos e, logo após, uma prática contínua, associada ao progresso, conseguimos uma construção concreta do conteúdo abordado também no aspecto socioafetivo.

[Handwritten signatures]

7. Conteúdo Programático:

- Conceituação do Muay thai;
- Histórico do Muay thai;
- Padrões do Muay thai;
- Metodologia do Muay thai;
- Classificação das técnicas do Muay thai;
- Padrões culturais do Muay thai;
- A dinâmica da prática do Muay thai;
- Organização Internacional do Muay thai;

Elementos técnicos básicos:

_ chutes

_ joelhadas

_ cotoveladas

_ socos

_ clinchs

_ toreadas

_ projeções

_ bloqueios

8. Público-Alvo: (Faixa Etária)

Adultos, adolescentes e crianças a partir dos 05 anos de idade, residentes no município de Itanhandu- MG.

9. Carga Horária

08 horas semanais

10. Vagas Ofertadas: (Número de Alunos)

Quantidade mínima: 20 alunos

60 vagas ou de acordo com a demanda.

11. Avaliação:

- A avaliação do desempenho dos alunos deve fazer parte de um contexto que permita observar: 1) a compreensão de conceitos/regras; 2) a realização das tarefas de casa; 3) participação, interesse e respeito aos colegas de classe e ao mestre de Muay thai;
- Observação da evolução dos alunos na assimilação das atividades teóricas e práticas, através do preenchimento de um relatório mensal;
- Atividades para verificar e comprovar a consolidação da aprendizagem.

12. Instrutor do Curso:

Thiago de Oliveira Ribeiro

Handwritten signatures and initials.

13. Culminância do Projeto:

A Culminância se dará através de vários eventos:

- De demonstração do Muai Thay com a participação de um atleta profissional
- De troca de grau e
- De torneios entre os atletas do projeto com outras cidades

14. Período de Execução:

10 meses – início e término a critério da Fundação.

Itanhandu, 15 de dezembro de 2023.



Edna Villas Boas Scarpa Cavalcanti
Presidente

Fundação Itanhanduense de Educação e Cultura Dilza Pinho Nilo



Rodrigo Aparecido Ribeiro
Secretário Municipal de Esportes



Thiago de Oliveira Ribeiro
Instrutor

e

