



PLANO DE TRABALHO PANDEMIA
1- DADOS GERAIS
Modalidade: Ginástica Acrobática e Ginástica Rítmica
Técnicos Responsáveis: Reinaldo Rahyn Bento
Dias e horários que as atividades serão executadas: Horário matutino: segunda a quinta 8h as 11h30min. Horário vespertino: segunda a quinta 12h45min as 16h45min.
2 – DESCRIÇÃO DA REALIDADE
Atualmente a pandemia da Covid devido aos elevados números de pessoas infectadas e a busca pela redução de infectados, fez com que os treinos presenciais fossem suspensos. Assim, o treino online veio para tentar suprir a necessidade de manter as ginastas em atividade constante, treinando e não perder o condicionamento físico adquirido nos treinos presenciais, com isso, mantemos as ginastas focadas, treinando e se dedicando a modalidade.
3- DESCRIÇÃO DAS METAS
<ul style="list-style-type: none">> Manter as ginastas em atividade e treinando;> Manter o condicionamento físico;> Trabalhar suas potencialidades em casa;> Não ter desistência;
4- OBJETIVO GERAL DA PROPOSTA
Manter as ginastas atividade e treinando.



5- OBJETIVOS ESPECÍFICOS DA PROPOSTA

- > Possibilitar a continuidade do trabalho de condicionamento físico;
- > Trabalhar as especificidades das modalidades;
- > Manter as ginastas em atividade e treinamento.

6- ABRANGÊNCIA DA PROPOSTA

Atender as ginastas online no mesmo período em que estariam treinando presencialmente.

7- METODOLOGIA E ABORDAGEM DA PROPOSTA

Treino pela plataforma Zoom com todas as ginastas.

8- PÚBLICO BENEFICIÁRIO

Ginastas de 6 a 22 anos.



9- META DE ATENDIMENTO

Atender aproximadamente 60 ginastas;
Atender todas as categorias;

Local e data: Toledo/PR, 14 de junho de 2021.