

EDITAL PROAC 08/2026

SELEÇÃO DE AÇÕES, PROJETOS E PROGRAMAS DE
ATIVIDADE FÍSICA DA UENF – 2026

Título da proposta	Ação de Atividade Física: Futebol Futuro Craque
Coordenador da proposta	PNS Educação Física Guilherme Gomes Côrtes
Público alvo e expectativa de participação	Previsão de 100 pessoas atendidas

RESUMO (*máximo 4000 caracteres*)

A UENF localiza-se em uma região da cidade com escassez de espaços adequados para lazer e prática esportiva. Em razão da infraestrutura disponível e das condições de segurança oferecidas, o campus é frequentemente utilizado pela comunidade para atividades físicas e recreativas. Nesse contexto, o futebol destaca-se como uma das manifestações da cultura corporal mais difundidas e valorizadas pela população, constituindo importante meio de desenvolvimento físico, social e educacional.

Reconhecendo a importância do esporte na formação de crianças, adolescentes e adultos, surge a proposta da Escolinha de Futebol na UENF "Futuro Craque". O projeto pretende oferecer atividades sistematizadas de futebol em ambiente seguro e acolhedor, promovendo o desenvolvimento das capacidades físicas, habilidades motoras e competências socioemocionais, além de favorecer valores relacionados ao respeito, cooperação, disciplina e convivência social.

As atividades serão destinadas a crianças e adolescentes da comunidade do entorno da UENF e também a estudantes e servidores da universidade, para os quais serão disponibilizados horários específicos de atendimento. Dessa forma, o projeto busca ampliar

as oportunidades de acesso ao esporte, fortalecer a integração entre a UENF e a sociedade e contribuir para a promoção da saúde, educação e qualidade de vida dos participantes.

JUSTIFICATIVA (máximo 4000 caracteres)

O projeto Futuro Craque utiliza o futebol como instrumento de promoção da saúde, inclusão social, formação cidadã e desenvolvimento humano. Como uma das manifestações da cultura corporal mais difundidas no país, o futebol favorece o desenvolvimento das capacidades físicas, habilidades motoras e competências socioemocionais, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida de crianças e adolescentes.

A região do entorno da UENF apresenta demanda por espaços seguros e qualificados destinados à prática regular de atividades físicas. Nesse contexto, a universidade exerce importante papel social ao disponibilizar sua infraestrutura esportiva para ações que promovam saúde, convivência comunitária, inclusão e desenvolvimento integral dos participantes. Em atendimento ao edital, serão destinados horários específicos para estudantes e servidores da UENF, garantindo o acesso da comunidade universitária às atividades propostas, sem prejuízo do atendimento à comunidade externa.

O projeto utiliza o futebol como ferramenta educativa, favorecendo o desenvolvimento motor, cognitivo, emocional e social, contribuindo para a redução do sedentarismo, fortalecimento da autoestima, ampliação das relações sociais e construção de hábitos saudáveis. Além dos benefícios físicos, a modalidade favorece o aprendizado de valores fundamentais para a convivência em sociedade, como respeito às diferenças, cooperação, disciplina, responsabilidade e solidariedade.

A proposta busca oferecer oportunidades de participação esportiva orientada, promovendo a inclusão social e reduzindo vulnerabilidades associadas à ociosidade e a comportamentos de risco. Ao proporcionar um ambiente seguro e acolhedor, o projeto contribui para o desenvolvimento da autonomia, do senso de pertencimento e da cidadania.

Ao reunir participantes de diferentes contextos sociais, o Futuro Craque fortalece a convivência, a integração entre universidade e comunidade e a construção de valores relacionados à cultura de paz e ao respeito mútuo. Dessa forma, o projeto apresenta relevante impacto social ao contribuir para a promoção da saúde, melhoria da qualidade de



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO

Secretaria de Estado de Ciência, Tecnologia e Inovação
Universidade Estadual do Norte Fluminense Darcy Ribeiro
Pró-Reitoria de Assuntos Comunitários

vida, fortalecimento dos vínculos comunitários e desenvolvimento humano, utilizando o futebol como instrumento de educação, inclusão e cidadania.

OBJETIVOS GERAIS E ESPECÍFICOS (*máximo 4000 caracteres*)

Objetivo Geral

Promover o desenvolvimento integral de crianças, adolescentes e adultos da comunidade universitária por meio da prática sistematizada do futebol, contribuindo para a promoção da saúde, desenvolvimento motor, cognitivo, emocional e social, formação cidadã, inclusão social e fortalecimento dos vínculos entre a universidade e a comunidade.

Objetivos específicos

- Desenvolver capacidades físicas, habilidades motoras e fundamentos do futebol adequados às diferentes faixas etárias e níveis de experiência;
- Promover hábitos de vida fisicamente ativos e saudáveis por meio da prática regular do futebol;
- Favorecer o desenvolvimento cognitivo, emocional, social e psicomotor dos participantes por meio de atividades esportivas e educativas;
- Promover valores relacionados à ética, respeito, cooperação, disciplina, responsabilidade, autonomia, trabalho em equipe e convivência social;
- Estimular a inclusão, a diversidade e o senso de pertencimento, proporcionando ambiente acolhedor e participativo para todos os envolvidos;
- Incentivar a permanência de crianças e adolescentes em atividades físicas regulares e a participação de estudantes e servidores da UENF em práticas esportivas voltadas à saúde e qualidade de vida;
- Promover festivais esportivos, jogos amistosos e experiências de integração entre os participantes, podendo ocorrer participação complementar em competições quando houver interesse dos participantes e condições institucionais adequadas;
- Integrar as ações do projeto com outras iniciativas esportivas, culturais e educativas desenvolvidas pela UENF, fortalecendo a relação entre universidade e comunidade.

METODOLOGIA DETALHADA (máximo 4000 caracteres)

O projeto será desenvolvido nas dependências da UENF, sob supervisão do setor de Educação Física da Pró-Reitoria de Assuntos Comunitários (PROAC), com duração de 12 meses, podendo ser renovado conforme as condições estabelecidas no edital.

As atividades utilizarão o futebol como instrumento de promoção da saúde, desenvolvimento humano e formação cidadã. O processo pedagógico buscará desenvolver capacidades físicas, habilidades motoras, competências socioemocionais e valores relacionados ao respeito, cooperação, disciplina, responsabilidade, autonomia e convivência social.

Os participantes serão organizados em turmas de acordo com a faixa etária e nível de desenvolvimento. As atividades contemplarão conteúdos técnicos, táticos e motores do futebol, adaptados às características dos participantes, respeitando os princípios do desenvolvimento integral e da participação esportiva orientada.

O público-alvo será composto por crianças e adolescentes de 10 a 15 anos da comunidade externa e por estudantes e servidores da UENF. Para participação nas atividades, os menores de idade deverão apresentar autorização dos pais ou responsáveis legais.

As turmas serão organizadas em horários compatíveis com o contraturno escolar, favorecendo a participação contínua dos estudantes. Cada turma terá até 20 participantes, possibilitando acompanhamento adequado das atividades e maior qualidade no processo de ensino-aprendizagem.

Além das atividades regulares, poderão ser realizados festivais esportivos, jogos amistosos e ações de integração entre os participantes. A participação em competições poderá ocorrer de forma complementar, de acordo com o interesse dos participantes e as condições institucionais disponíveis.

Os horários serão distribuídos da seguinte forma:

HORÁRIO	TERÇA	QUARTA	QUINTA
14:00 às 15:00	10 aos 11 anos	10 aos 11 anos	10 aos 11 anos
15:00 às 16:00	12 aos 13 anos	12 aos 13 anos	12 aos 13 anos
16:00 às 17:00	14 aos 15 anos	14 aos 15 anos	14 aos 15 anos
17:00 às 18:00	Adultos UENF	Adultos UENF	Adultos UENF



As turmas funcionarão em dois grupos semanais (terças e quintas-feiras; quartas e sextas-feiras), permitindo a continuidade do processo pedagógico e o atendimento aproximado de 100 participantes ao longo do período de execução do projeto.

INDICADORES DE CUMPRIMENTO DAS ATIVIDADES PROPOSTAS E FORMA DE AVALIAÇÃO DAS ATIVIDADES (máximo 4000 caracteres)

O projeto Futuro Craque busca promover o desenvolvimento integral dos participantes por meio da prática sistematizada do futebol, contribuindo para a promoção da saúde, inclusão social, formação cidadã e fortalecimento dos vínculos entre a universidade e a comunidade. Espera-se que as atividades proporcionem melhorias nos aspectos físicos, motores, cognitivos, emocionais e sociais, além de favorecer valores relacionados ao respeito, cooperação, disciplina, responsabilidade e convivência pacífica.

Resultados Esperados

- Atendimento anual de aproximadamente 100 participantes;
- Ampliação do acesso gratuito ao esporte para crianças, adolescentes e comunidade universitária;
- Redução dos níveis de sedentarismo;
- Melhoria da aptidão física relacionada à saúde;
- Desenvolvimento das habilidades motoras fundamentais e específicas do futebol;
- Desenvolvimento de capacidades cognitivas, emocionais e sociais;
- Fortalecimento da autoestima, autoconfiança e autonomia;
- Ampliação das relações sociais e do sentimento de pertencimento;
- Promoção de valores relacionados à ética, respeito, cooperação e responsabilidade;
- Realização de festivais esportivos e jogos amistosos;
- Fortalecimento da integração entre universidade e comunidade;
- Utilização qualificada dos espaços esportivos da UENF;
- Consolidação da UENF como espaço promotor de saúde, inclusão e desenvolvimento social.

AVALIAÇÃO

A avaliação será contínua e processual, considerando o desenvolvimento motor, cognitivo, emocional e social dos participantes, bem como a adequação dos conteúdos e

estratégias pedagógicas às diferentes faixas etárias e níveis de desenvolvimento. Serão utilizados registros sistemáticos, observação das atividades e instrumentos quantitativos e qualitativos.

Objetivo Geral

Promover, por meio do futebol, o desenvolvimento cognitivo, emocional, social e psicomotor dos participantes, utilizando o esporte como instrumento de promoção da saúde, formação cidadã e integração social.

Objetivo Específico	Ação	Resultados Esperados
Desenvolver habilidades motoras, capacidades físicas e competências cognitivas	Realização de atividades motoras e situações-problema relacionadas ao futebol	Desenvolvimento das habilidades motoras e ampliação das vivências corporais
Desenvolver habilidades específicas do futebol	Aplicação de conteúdos técnicos, táticos e psicomotores adequados às faixas etárias	Aprendizagem dos fundamentos do futebol e autonomia para prática da modalidade
Promover valores relacionados à formação humana	Atividades cooperativas, respeito às diferenças e resolução de conflitos	Desenvolvimento de valores éticos, sociais e convivência pacífica
Incentivar festivais esportivos e atividades integrativas	Realização de jogos amistosos e festivais	Participação em eventos esportivos e fortalecimento da integração entre os participantes

Indicadores Quantitativos

- Número de inscritos;
- Frequência média;
- Taxa de permanência;



- Número de participantes da comunidade externa;
- Número de participantes da UENF;
- Participação em festivais e jogos amistosos;
- Número de eventos esportivos realizados.

Indicadores Qualitativos

- Satisfação dos participantes;
- Satisfação dos responsáveis;
- Percepção de melhoria da aptidão física;
- Percepção do desenvolvimento motor;
- Percepção da integração social;
- Desenvolvimento de valores relacionados à respeito, cooperação e responsabilidade;
- Sentimento de pertencimento e vínculo com a universidade.

PLANOS DE TRABALHO DETALHADOS E INDIVIDUALIZADOS DOS BOLSISTAS COM RESPECTIVOS CRONOGRAMAS

Bolsista de Iniciação à Extensão – Discente UENF

- Apoiar as atividades administrativas do projeto;
- Realizar controle de frequência e organização dos documentos;
- Aplicar instrumentos de avaliação e questionários de satisfação;
- Organizar e sistematizar dados referentes às atividades desenvolvidas;
- Realizar registros fotográficos e audiovisuais das ações;
- Auxiliar na divulgação do projeto e dos eventos esportivos;
- Colaborar na organização dos festivais e jogos amistosos;
- Elaborar relatórios periódicos e participar da Mostra de Extensão e Assuntos Comunitários.

Bolsista Universidade Aberta – Nível Médio (Graduando em Educação Física)

- Auxiliar na organização dos materiais e dos espaços utilizados;
- Apoiar a condução das aulas e atividades práticas;
- Colaborar no ensino dos fundamentos técnicos e atividades recreativas;
- Acompanhar os participantes durante as atividades;
- Auxiliar na organização dos festivais esportivos e jogos amistosos;



- Apoiar a aplicação dos instrumentos de avaliação;
- Contribuir para a promoção de valores relacionados ao respeito, cooperação e trabalho em equipe.

Bolsista Universidade Aberta – Nível Superior (Educação Física)

- Planejar e conduzir as atividades pedagógicas do projeto;
- Desenvolver conteúdos técnicos, táticos e motores adequados às diferentes faixas etárias;
- Supervisionar as atividades práticas e a utilização dos espaços esportivos;
- Avaliar continuamente o desenvolvimento motor, cognitivo e socioemocional dos participantes;
- Organizar festivais esportivos, jogos amistosos e atividades integrativas;
- Elaborar relatórios técnicos e acompanhar os indicadores do projeto;
- Produzir e organizar dados para apresentações em eventos e ações de extensão;
- Coordenar as atividades desenvolvidas pelos demais bolsistas, assegurando a qualidade pedagógica das ações.

CRONOGRAMA DE EXECUÇÃO

Duração do projeto: 12 meses renováveis.

Mês 1 – Planejamento e início das atividades

Semanas 1

- Organização da equipe executora e definição dos horários das turmas;
- Planejamento das atividades pedagógicas e estratégias de desenvolvimento do projeto;
- Divulgação e campanha informativa do projeto.

Semanas 2

- Inscrições e caracterização do perfil dos participantes;
- Organização das turmas;
- Início das atividades.

Meses 3 e 4 – Desenvolvimento das atividades



- Realização das aulas e atividades esportivas;
- Desenvolvimento dos fundamentos técnicos e motores do futebol;
- Acompanhamento da frequência e participação dos alunos.

Mês 5 – Avaliação intermediária

- Avaliação do desenvolvimento motor, cognitivo e socioemocional dos participantes;
- Readequação das atividades e objetivos pedagógicos, quando necessário;
- Análise da frequência e participação nas atividades.

Meses 6 – Continuidade das atividades

- Desenvolvimento das aulas e atividades complementares;
- Acompanhamento dos indicadores do projeto;
- Realização de jogos amistosos e atividades integrativas.

Meses 7 a 11 – Consolidação das atividades

- Continuidade das aulas e das ações educativas;
- Desenvolvimento progressivo dos conteúdos técnicos e táticos;
- Avaliações periódicas e acompanhamento do desenvolvimento dos participantes;
- Realização de festivais esportivos e atividades de integração.

Mês 12 – Avaliação final

- Avaliação dos resultados alcançados;
- Aplicação dos instrumentos de avaliação e satisfação dos participantes;
- Sistematização dos dados obtidos;
- Elaboração dos relatórios finais;
- Divulgação dos resultados do projeto.

**NECESSIDADE DE BOLSISTAS E JUSTIFICATIVA ALINHADA AO PLANO DE EXECUÇÃO.
QUANTOS? QUAL CATEGORIA DE BOLSISTA?**

DADOS DO PROJETO / QUANTITATIVO DE BOLSAS		PERFIL DO BOLSISTA	VALOR UNITÁRIO	
Discente UENF	1 vaga	PERFIL 01	Qualquer graduação	R\$ 700,00
UA/NM 20h	1 vaga	PERFIL 02	Graduando em Bacharel e/ou Licenciatura em Educação Física	R\$ 900,00
UA/NS 20h	1 vaga	PERFIL 03	Bacharel e/ou Licenciatura em Educação Física	R\$ 1.600,00
TOTAL				3.200,00

Para a execução das atividades previstas no projeto Futuro Craque serão necessários três bolsistas com funções complementares, sendo 01 bolsista de Iniciação à Extensão (Discente UENF), 01 bolsista Universidade Aberta de Nível Médio, graduando em Bacharelado e/ou Licenciatura em Educação Física, e 01 bolsista Universidade Aberta de Nível Superior, graduado em Bacharelado e/ou Licenciatura em Educação Física. A composição da equipe visa garantir o desenvolvimento das ações pedagógicas, administrativas e operacionais necessárias ao adequado funcionamento do projeto.

O bolsista de Iniciação à Extensão será responsável pelo apoio administrativo, controle de frequência, aplicação dos instrumentos de avaliação, organização dos dados, registros fotográficos e audiovisuais, divulgação das atividades e elaboração de relatórios, além de auxiliar na organização dos festivais esportivos e eventos promovidos pelo projeto.

Os bolsistas Universidade Aberta atuarão diretamente no desenvolvimento das atividades esportivas. O bolsista de Nível Médio, regularmente matriculado em curso de Bacharelado e/ou Licenciatura em Educação Física, auxiliará na organização dos materiais, preparação dos espaços, acompanhamento dos participantes e apoio às aulas e atividades recreativas. O bolsista de Nível Superior será responsável pelo planejamento pedagógico, condução e supervisão das atividades, avaliação contínua dos participantes, organização dos festivais esportivos, elaboração de relatórios técnicos e acompanhamento dos indicadores do projeto.

A composição da equipe justifica-se pelo atendimento contínuo das turmas de crianças e adolescentes da comunidade externa e dos horários destinados aos estudantes e servidores da UENF, totalizando aproximadamente 100 participantes distribuídos em diferentes faixas etárias. A diversidade do público atendido, a necessidade de acompanhamento pedagógico sistemático e a realização de atividades integrativas exigem a atuação conjunta dos três bolsistas, assegurando a qualidade das ações, a segurança dos participantes e a efetiva execução das atividades previstas no plano de trabalho.