Relatório de Atividades do Convênio N° 022/SEME/2015

PERÍODO: Janeiro/Fevereiro de 2017

LOCAL: Centro Esportivo Joërg Bruder – Av. Padre José Maria, n°555 – São Paulo/SP

NÚCLEO DE TRABALHO: Centro Nacional de Treinamento de Rugby (CNTR)

PROFISSIONAIS:

Paul Healy - Coordenador e Treinador

Matias Menutti -Treinador

Rafaela Turola- Treinadora

Aristide Guerriero - Coordenador de Preparação Física

Felipe Schultz - Preparador Físico

Cláudia Tavares - Fisioterapeuta

Aline Tritto - Nutricionista

Danielle Bassanese - Massoterapeuta

ATIVIDADES NO PERÍODO: Janeiro

Físico / Técnico

Durante o mês de Janeiro os 23 atletas do naipe Masculino da equipe principal, e 25 atletas do naipe Feminino da equipe principal, iniciaram a sua participação na área de preparação física no CNTR para o ano de 2017.

No início do mês, após a volta do recesso dos feriados de final de ano, foram realizados os testes físicos e nutricionais de todos os atletas para avaliar o estado em que se encontravam.

Todos os atletas apresentaram uma excelente forma na volta às atividades do ano 2017 denotando o profissionalismo que todos estão tendo, não se descuidando nos períodos de recesso de treinamento.

Estes testes farão parte dos quesitos que os treinadores da Seleção Nacional levarão em conta para escolher os atletas participantes do Torneio Internacional das 6 Nações da América, conhecido como América's Rugby Championship, que será disputado nos meses de fevereiro e março próximo.

Na parte técnica, os atletas desenvolveram os trabalhos com exercícios supervisionados nas diversas áreas de habilidades em especial nas áreas que já vinham sendo desenvolvidas no ano 2016 e que continuam a ser firmemente trabalhadas:

- Passe e Recepção;
- Tackle;
- Chute e Recepção de Bola Aérea;
- Entrar em contato (Ruck);
- Duelo e evasão.

Avaliação Física:

Avaliação Nutricional:

Foi efetuada uma reprogramação de objetivos individuais dos atletas para o retorno das atividades. Devido ao período de festas de final de ano, foi enfatizado o cuidado que cada atleta deveria ter para retornar a melhor forma física e a performance.

Avaliação Psicológica:

Os atletas do grupo de Elite tiveram sua avaliação Mensal e também foram assistidos individualmente neste retorno do período de férias;

Assistência de Fisioterapia e Massoterapia:

O suporte médico, de fisioterapia e massoterapia dos atletas, também foi fornecido durante todo o mês e garantiu o bom trabalho em termos de assistência prevenção e lesões durante todo o período do projeto.

Projeto Social:

Divulgação nas Escolas do entorno:

Foram estudadas uma série de novas abordagens de divulgação do projeto na comunidade do entorno e da região de Santo Amaro.
Uma série de reuniões com a ACSP – Regional Sul (Associação Comercial de São Paulo) estará nos dando acesso a contatos com veículos como a Gazeta de Santo Amaro e a a

lideres comunitários que possam se interessar em apresentar o rugby como opção para jovens na região.

Em paralelo estamos desenvolvendo em parceria com o NAR o projeto Portas Abertas que permite que escolas e projetos sociais visitem o centro de treinamento, vivenciem o rugby através de uma clínica da modalidade e covidamos esses alunos a participarem de nossas aulas e treinamentos.

Por ser um mês de férias optamos por esse trabalho de prospecção e não tivemos atividades com os alunos por ainda estarmos nas férias escolares.

ATIVIDADES NO PERÍODO: Fevereiro

Físico/Técnico Masculino:

Os atletas não convocados para os jogos da Seleção Nacional Adulta do America's Rugby Championship contra Chile no Pacaembu, USA, Uruguai e Argentina, mantiveram as atividades físicas e técnicas regularmente durante todo o mês, desenvolvendo as capacidades e habilidades de todos em geral.

Dos 25 atletas convocados para os 4 jogos do torneio no mês, 10 pertencem ao núcleo de trabalho do CNTR.Os treinamentos mantiveram a periodicidade de cinco sessões semanais das segundas-feiras às sextas-feiras.

As áreas em foco do trabalho técnico se mantiveram focadas novamente em:

- Passe e Recepção;
- Tackle;
- Chute e Recepção de Bola;
- Entrar em contato (Ruck);
- Duelo e evasão.

Físico/Técnico Feminino:

As atletas não convocadas para os jogos da Seleção Nacional Feminina de Seven na etapa do Circuito Mundial de Seven a Side realizado em Sidney, na Austrália mantiveram as atividades físicas e técnicas no mês, desenvolvendo as capacidades e habilidades dos atletas em geral.

Das 12 atletas convocados para etapa no mês, 7 pertencem ao núcleo de trabalho do CNTR.

Os treinamentos mantiveram a periodicidade de cinco sessões semanais de segundas a sextas-feiras.

Projeto Social:

A estratégia para divulgação do Projeto em fevereiro foi feita da seguinte forma:

- Atráves do projeto Portas Abertas:
  Um programa de parceria entre o NAR (Nucleo de Alto Rendimento) e a Confederação, que consiste em receber escolas e projetos sociais dentro do NAR, esses alunos conhecem a estruturam e vivênciam o rugby através de uma clínica da modalidade e covidamos esses alunos a participarem de nossas aulas.

- Envio de folders eletrônicos para um grupo de professores de escolas no entorno do CNTR contabilizando mais de 30 escolas entre esses profissionais
- Parceria com projetos que usam o rugby sem contato, usando a rede de professores para a informação das aulas chegarem ate os alunos.
- Divulgação atraves dos alunos: Premiação para aqueles alunos que levarem durante o mês mais pessoas novas para participar das aulas.

O plano de aula desse mês consistiu em um retorno a prática da modalidade, usamos as aulas para trabalharmos os fundamentos básicos tanto de ataque como defesa e a partir desses fundamentos usamos o princípio do jogo como base.

Aplicamos os exercícios de forma progressiva, terminando sempre com o princípio do dia sendo transferido para dentro de um jogo adaptado.

Focamos nos exercícios de mobilidade, posturas básicas e qualidade de movimento durante a parte física. Exercícios usando o peso corporal foram usados durante alguns momentos.

Resumo:

O apoio e treinamento do CNTR foi fundamental neste bimestre para a melhoria dos atletas de Elite das equipes nacionais Masculina e Feminina.

Certamente tem uma grande participação no resultado das vitórias por 17 a 3 no estádio Pacaembu de nossa seleção principal masculina de Rugby frente ao Selecionado do Chile, e por 24 a 23 contra o Canadá pelo campeonato America's Rugby Championship mantendo o Brasil no grupo de Elite do Rugby Americano e pela primeira vez na quarta posição.

Jogo no Pacaembu faz venda de camisas de rúgbi dobrar
(Crédito: ALE CABRAL/AGIF/ESTADÃO CONTEÚDO)
A seleção brasileira de rúgbi joga no estádio do Pacaembu, em São Paulo, na sexta-feira, às 20h15, contra o Chile. E a CBRu (Confederação Brasileira de Rugby) aproveitou o jogo para aumentar as vendas de uniformes do Brasil pela internet.
A loja virtual da entidade (www.brasilrugby.com.br) criou uma promoção: uma camiseta oficial, que custa normalmente R$ 179,00, foi vendida a R$ 150,00 (desconto de R$ 29,00) e ainda valia um ingresso para a partida desta sexta-feira (que vale R$ 15,00). Outra opção era pagar R$ 165,00 e garantir presença em dois jogos do Brasil no Pacaembu, contra o Chile e contra o Canadá, em 5 de março.
MEGA PROMO
ESCOLHE E SUA
KIT CHILE
KIT ARC

Rúgby: Seleção Brasileira faz história contra o Canadá
LANCE! - 04/03/2017 - 13:52 São Paulo (SP)
Acostumado a ser o palco de grandes feitos na história do esporte, o estádio do Pacaembu adicionou, na noite do último sábado, mais um capítulo com o rúgbi. O último compromisso brasileiro no Americas Rugby Championship (ARC) deu ao time verde e amarelo sua primeira vitória contra a Seleção Canadense, nos minutos finais. Pelo placar de 2 termina a competição com duas vitórias (ambas em casa), além
colocação.
No rúgbi, Brasil supera o Canadá pela primeira vez na história
ESTADÃO

Seleção brasileira de rugby firma parceria inédita para venda de ingressos de confronto com o Canadá
GAZETA PRESS
Na última visita ao Pacaembu, Brasil venceu o Chile
Nesta sexta-feira, às 19h15 (de Brasília), o Brasil entra em campo para seu quinto compromisso na Americas Rugby Championship 2017. O confronto acontecerá no Pacaembu, em São Paulo, palco da única vitória da equipe brasileira na competição, contra o Chile, na primeira rodada.
ESPN

Ranking World Rugby
Antes
Depois
20º
22º
33º
30º

Também teve Grande Participação na Histórica vitória da Seleção feminina de Seven contra a seleção da Inglaterra na etapa do World Seven Series em Sidney, Austrália, que permitiu as Yaras ficarem com o inédito Challenge Trophy.

Neste período tivemos uma presença de 61 atletas com menos de 18 anos no Projeto Social com uma participação de 36 participantes masculinos e 25 femininas.

Tivemos uma presença de 90 alunos de escolas e projetos sociais no programa Portas Abertas.