



Jornada Internacional de Educação Física

IMPRESSO
ESPECIAL

9.912.231.806/2010 - DR/SPI

Associação Cristã de
Moços de Sorocaba

CORREIOS

Novas tendências do mercado.

**Feira de Estandes
Palestras Gratuitas
Cursos Diversos
Y Fitness e Wellness
Natação e Pilates**

*Invista na sua capacitação
profissional!*

**22 a 26
Março**

das 8h00 as 22h

ACM JD. SÃO PAULO

Av. Luiz Mendes de Almeida, 1.180



FEFISO



ACM•YMCA
Sorocaba

Informações e Inscrições

15 **3234.9115**

fefiso.edu.br



A Jornada Internacional de Educação Física **JIEF**, surge da dificuldade dos estudantes e profissionais de Educação Física e da área da Saúde, bem como apaixonados por atividades físicas em geral de se atualizarem e participarem de eventos direcionados para eles na região de Sorocaba. Uma cidade e região como a nossa merece um evento que possa atender os anseios destes que muitas vezes necessitam fazer investimentos muito mais altos para participarem de atividades similares mais distantes ou em outros países. Nossa ideia é oportunizar aos participantes contato com Profissionais de alto nível do Brasil e de

outras países para compartilhar novos conhecimentos. Devemos lembrar que é uma jornada, e em nessa área não existem verdades únicas, nossos participantes terão a oportunidade de conhecer, por exemplo, a realidade da natação no México, e posteriormente adaptar-se a realidade do Brasil e mais especificamente de nossa região. Também o convívio de estudantes de várias localidades diferentes e com profissionais que já estão no mercado são de grande valia para construirmos nosso perfil profissional.

Mesmo tendo nos preocupado em realizarmos cursos de baixo custo, teremos também palestra abertas e gratuitas, que somente necessitam de inscrições antecipadas, pois as vagas são limitadas. Tentando atender assim até mesmo aqueles que estão sem possibilidade de investir. Desde já agradeço os palestrantes que se propuseram a dividir suas experiências e dedicaram seu tempo para isso.

Além de profissionais de alto nível teremos também a participação de expositores de materiais modernos para uso em Educação Física e Saúde. Poderemos nos atualizar com o que existe de mais moderno a disposição no mercado e muitas vezes solucionar problemas que até então não sabíamos como. Para tal, a participação dos nossos patrocinadores foi fundamental para a execução do projeto que no início foi uma ideia que através da participação destes se concretiza. Também nos dá boas perspectivas de seguir realizando novas Jornadas de Educação Física no Futuro.

Temos que agradecer o apoio das ACM / YMCA coirmãs por sua participação no projeto e especialmente a ACM de São Paulo por colaborarem com os Profissionais do sistema Y Fitness e a ACM/ACI do México por enviar um Professor para ministrar um curso de Natação.

Só a Faculdade de Educação Física da ACM de Sorocaba (FEFISO), através das ACM/YMCA de todo o mundo pode realizar tais projetos e muitas outras futuras tais como intercâmbios profissionais, estágios em outros países e cursos de idiomas. **Venham conosco participar deste Mundo Globalizado.**

Abertura dia 22.03.2011 às 18h30

Cyryno Mantovani Júnior
Secretário Geral da ACM de Sorocaba

Expediente:
Secretaria Geral ACM Sorocaba: Cyryno Mantovani Júnior

Tiragem: 1.000 exemplares
Impressão: Grafica Paratodos
Diagramação: O2 Publicidade e Mkt

Os artigos, matérias e conteúdos das
páginas aqui publicadas são de inteira
responsabilidade dos seus autores.
Todos os textos são lidos antes de serem
enviados aos leitores de forma analítica.





Natação



23.03 - Quarta
08h00 às 11h15
24.03 - Quinta
08h00 às 11h15



Marco Antonio Jimenez Morales
Prof. Educação Física
ACJ/YMCA - Cidade do México

Atualmente trabalhando na ACM da cidade do México.

Instrutor Salva Vidas nos três níveis: principiante, intermediário e avançado.

Por três anos trabalhou com a equipe avançada master, apóia classes de menores e trabalha com segurança aquática e mobilidade articular.

Há 31 anos praticando natação, dos quais 14 anos no alto rendimento, participando de provas nacionais e internacionais e em seletivas para jogos centroamericanos.

Carga Horária do curso: 6 horas

Investimento do Curso:

R\$ 40,00 (Associados da ACM ou FEFISO)

R\$ 60,00 (Demais interessados)

Incluso Certificação de Curso

Pilates



Jornada
Internacional de
Educação Física

O método Pilates tem como base a contrologia do movimento (controle corporal). É voltado para o fortalecimento do "Power House" (centro de força), que compreende as musculaturas do abdômen, da lombar e do assoalho pélvico. Seus princípios foram criados por Joseph H. Pilates levando-se em conta que os músculos devem ser fortes e flexíveis para se manterem bonitos e saudáveis. O Pilates fortalece os músculos que estão encurtados e aumenta a mobilidade das articulações. O alinhamento postural é importante em cada exercício, o que ajuda na melhora da postura global do indivíduo. O resultado está na tonificação abdominal e corporal, melhora da flexibilidade muscular e respiração, e principalmente na ausência de dores nas costas, pescoço e ombros. A respiração correta é fundamental.



Prof. Diana Bustamante ARGENTINA

Treinadora Nacional de Técnicas de Ginástica (I.S.G.A.) • Instrutora Nacional de Musculação Deportiva e Levantamento de Pesos (Instituto Privado del Deporte) • Professora de Ginástica e Dança Jazz • Professora de Danças Folclóricas Argentinas • Personal Trainer especializada em Alongamento e Pilates • Criadora e Diretora do "Stretching Team" • FTHP Coach - Treinamento Funcional para Alta Performance • YogaFit Certified • Power Plate Master Trainer • Human Sport Master Trainer - Star Trac • TRX Suspension Training Certified • Viaja constantemente para atualizar-se em Pilates e Treinamento Funcional • Desenvolvimento FIT PILATES, adaptação do Método Pilates al Fitness • Desenvolvimento da primeira e única sistematização em Alongamento orientada para Fitness na Argentina

23.03 - Quarta

14h00 às 18h00

24.03 - Quinta

14h00 às 18h00

25.03 - Sexta

14h00 às 18h00

Carga Horária do Curso: 12 horas

Investimento do Curso:

R\$ 50,00 por módulo (Associados da ACM ou FEFISO)

R\$ 150,00 (Módulo Completo)

R\$ 60,00 por módulo (Demais interessados)

R\$ 180,00 (Módulo Completo)

Incluso Certificação de Curso

Dia 23.03

Material de Pilates

Dia 24.03

Rolo e Toning Ball

Dia 25.03

Faixa Elástica e Magic Circle





Y-Fight

Modalidade de ginástica que reúne a ginástica aeróbica com noções de luta. Possibilita um trabalho cardiovascular intenso. Por ser um sistema de treinamento intervalado (que intercala picos de frequência cardíaca com momentos de recuperação), torna o metabolismo mais rápido, o que aumenta bastante o gasto calórico. Proporciona um bom trabalho muscular na região da cintura, dos glúteos e dos membros superiores.



Luís Fernando Livoratti

Prof. Educação Física
Universidade Cidade de São Paulo
Coordenador Técnico YFITNESS - Ginástica ACM SP
Especialista em Ginástica de Academias
Especialista em Treinamento Funcional
Coreógrafo dos Programas YFITNESS / YWELLNESS

Carga Horária do Curso: 4 horas e meia

Investimento do curso:

R\$ 35,00 (Associados da ACM ou FEFISO)

R\$ 40,00 (Demais Interessados)

Incluso Certificação de Curso

23.03 - Quarta

19h30 às 23h00

26.03 - Sábado

15h00 às 16h00

Y Jump

Realizada em grupo, super contagiante, utiliza para os exercícios um mini trampolim (mini cama elástica).

Os exercícios são variados e tem uma exigência motora

menor do que o STEP, ou seja, é mais fácil! Os iniciantes tendem a querer pular, mas na realidade você deve empurrar a lona elástica para baixo e ela lhe empurrará para cima. Estudos mostram que o impacto é reduzido em cerca de 80% para o mesmo exercício feito no solo (pular no chão).

Adriana Abade

Prof. Educação Física
Universidade Mogi das Cruzes - São Paulo
Coordenadora Técnica YWELLNESS - Ginástica ACM SP
Especialista em Ginástica de Academias
Especialista em PILATES, OBESIDADE e EMAGRECIMENTO
Coreógrafa dos Programas YWELLNESS e YFITNESS

Luís Fernando Livoratti

Prof. Educação Física
Universidade Cidade de São Paulo
Coordenador Técnico YFITNESS - Ginástica ACM SP
Especialista em Ginástica de Academias
Especialista em Treinamento Funcional
Coreógrafo dos Programas YFITNESS / YWELLNESS

22.03 - Terça

19h00 às 23h00

26.03 - Sábado

16h00 às 17h00



Carga Horária do Curso: 5 horas

Investimento do Curso:

R\$ 35,00 (Associados da ACM ou FEFISO)

R\$ 40,00 (Demais Interessados)

Incluso Certificação de Curso

Y-Ritmos



Jornada
Internacional de
Educação Física

Aula com movimentos coreográficos, que engloba diversos estilos e ritmos com músicas envolventes da atualidade, seguidos de muita diversão. Entre os ritmos estão: street dance, axé, samba, salsa, etc.

Andréa Toledo

Prof. Educação Física
Fac. Metropolitanas Unidas de São Paulo
Supervisora de Operações - Masters
Especialista em Ginástica de Academias
Especialista em PILATES
Coreógrafa do Programa
YFITNESS e YWELLNESS

24.03 - Quinta
19h30 às 23h00
26.03 - Sábado
14h00 às 15h00

Carga Horária do curso: 4 horas e meia

Investimento do Curso:

R\$ 35,00 (Associados da ACM ou FEFISD)

R\$ 40,00 (Demais Interessados)

Incluso Certificação de Curso

Y Step

Adriana Abade

Prof. Educação Física
Universidade Mogi das Cruzes - São Paulo
Coordenadora Técnica YWELLNESS
Ginástica ACM SP
Especialista em Ginástica de Academias
Especialista em PILATES, OBESIDADE e
EMAGRECIMENTO
Coreógrafa do Programas YWELLNESS
e YFITNESS

Luís Fernando Livoratti

Prof. Educação Física
Universidade Cidade de São Paulo
Coord. Técnico YFITNESS - Ginástica ACM SP
Especialista em Ginástica de Academias
Especialista em Treinamento Funcional
Coreógrafo dos Programas
YFITNESS / YWELLNESS

Aula com formação de coreografias sobre uma plataforma regulável (step), visando melhorar o sistema cardiovascular e coordenação motora. Contribui para o desenvolvimento da coordenação, do ritmo, da memória, da capacidade de reação e da velocidade; fortalece os ossos, tendões e ligamentos; grande queima calórica.

25.03 - Sexta
19h30 às 23h00
26.03 - Sábado
17h00 às 18h00

Carga Horária do curso: 4 horas e meia

Investimento do Curso:

R\$ 35,00 (Associados da ACM ou FEFISD)

R\$ 40,00 (Demais Interessados)

Incluso Certificação de Curso



Prof. Jediel Hosana de Carvalho

2º Curso de Atualização em Regras de Voleibol - Módulo I (20 Horas)

18/03/2011 – Sexta-feira

Das 19h00 às 23h00 – Teoria – Regras do voleibol

19/03/2011 – Sábado

Das 08h00 às 12h00 – Teoria – Regras do Voleibol

Das 13h00 às 20h00 – Teoria – Regras do Voleibol

20/03/2011 – Domingo

Das 08h00 às 13h00 – Prática – Regras do Voleibol



6º Curso de Formação de Árbitros de Voleibol

Módulo II (20 Horas)

(Obrigatória a participação no Módulo I)

25/03/2011 – Sexta-feira

Das 19h00 às 23h00

Apresentação da Liga de Voleibol
de Sorocaba e Região, explicações
sobre o curso, expectativa de
aproveitamento dos aprovados.

26/03/2011 – Sábado

Das 08h00 às 12h00 – Teoria

- Prática - Símula

Das 13h00 às 20h00 – Vôlei de Praia
Esclarecimento de dúvidas e
Avaliação Teórica

27/03/2011 – Domingo

Das 08h00 às 13h00 – Avaliação Prática

Prof. Douglas Santa Anna

Árbitro de Voleibol desde 1997

Diretor Técnico da LVSOR



Investimento do Curso:

Módulo I: R\$ 100,00

Módulos I e II: R\$ 150,00

Incluso Certificação de Curso

Vagas Limitadas

Palestras



Jornada
Internacional de
Educação Física

23.03 - Quarta Palestra Gratuita

11h30 às 12h15

Políticas Públicas do Esporte

Preparador físico das equipes de basquete da Minercal, Constecca-Sedox, Leite Moça, Paraná Basquete e Sel. Brasileira masculina e feminina categorias menores e vôlei feminino do Leite Moça Leites Nestlé. Sócio-gerente, responsável por prestação de serviços de natureza esportiva e divulgação de marcas, organização e realização de cursos e palestras, consultoria em treinamento desportivo. Exercício físico na promoção da saúde para: jovens, adultos e terceira idade.
Consultor em planejamento de treinamento das equipes de vôlei do New Jersey Institute of Technology, Newark/NJ, Estados Unidos.
Secretário Municipal de Esporte de Sorocaba (desde maio de 2008)



Cláudio Eduardo Bacci Martins
Dr. Prof. Educação Física
Duração: 45 minutos



Palestra Gratuita

26.03 - Sábado

11h00 às 12h00

Projeto Copa do Mundo

Tiago Paes

Gerente de Operações de Estádios
Copa do Mundo FIFA Brasil 2014

Bacharel em Esporte - Universidade de São Paulo - USP
MBA Gestão Empresarial - Fundação Getúlio Vargas - FGV-RJ

Experiência profissional

Mais de 10 anos trabalhando com eventos esportivos, no Brasil e no exterior.

Gerente de Serviços ao Espectador nos Jogos Pan-americanos e Parapan-americanos Rio 2007 e Campeonato Mundial de Judô 2007. Gerente de eventos de praia da Confederação Brasileira de Voleibol, atuou na área marketing da Liga Futsal e da Superliga de Vôlei, além de ter trabalhado nos Jogos Olímpicos de Inverno de 2002, em Salt Lake City.



Palestras

CREF - PEDRO ROBERTO PEREIRA DE SOUZA

Palestra Gratuita

24.03 - Quinta

11h30 às 12h15

18h30 às 19h15



Formado em Educação Física na Universidade Estadual de Maringá e Pós Graduado em Administração e Marketing na Uniso, com estágio em Esporte na University Of Pacific em Stockton, na Califórnia (EUA).

Com atuação marcante no esporte, foi preparador físico do futebol profissional no Grêmio de Maringá, Matusabara, Seleção Paranaense de Juniores, Mania Atlético Clube, Seleção Brasileira Juvenil, Noroeste de Bauru e Curitiba.

No Basquete – trabalhou na Seleção Brasileira Adulta feminina e masculina, Clube Atlético Monte Líbano – São Paulo, Prudentina, Luso de Bauru, Bauru

Tênis Clube, Mineral e no Leite Moça.

No Vôleibol – foi dirigente do Leites Nestlé e o primeiro presidente da Liga de Voleibol de Sorocaba e Região.

Em Sorocaba, além de preparador físico e dirigente, foi o idealizador e coordenador das escolinhas de basquete da Mineral, com mais de 3.000 crianças e do departamento de futebol do Clube Atlético Sorocaba e Gerente de Futebol do Esporte Clube São Bento em 2002 e 2004.

Diretor de Esportes do Lar Escola Monteiro Lobato de 2002 a 2008 onde implantou o Judô e atletismo no currículo do Ensino Fundamental.

Presidente do Panathlon Club de Sorocaba filiado ao Panathlon Internacional desde 1998, onde desenvolve mais de sessenta programas esportivos e sociais por ano.

Tendo como destaque o Esporte nas Escolas que é desenvolvido juntamente com a Faculdade de Educação Física de Sorocaba – FEFISQ/ACM que até o momento já movimentou 15.745 alunos dos estabelecimento de ensino municipal, estadual e particular e 5.061 estudantes da Fefiso.

Ganhou todos os títulos possíveis no vôleibol e basquete representando Sorocaba (dos Jogos Regionais ao Mundial) através da Mineral e Leite Moça.

Em 2007 foi homenageado pelo Comitê Internacional do Fair Play e a Unesco como um das cinco personalidades mundial que mais divulgou o Fair Play.

Em 2009 tornou membro do Conselho Regional de Educação Física do Estado de São Paulo – CREF4/SP, é presidente das comissões de Eventos e Editorial.

Hoje atua com eventos, entre os principais a Copa TV TEM de Futsal desde ano 2000, 8ª Ceagesp em Flor e a 3ª Festa das Nações e a 2ª Festa Internacional do Artesanato, 12ª Bócalhu Amigo do S06, 12ª Italianíssima do Lar Escola Monteiro Lobato, Copa das Escolas Oficiais do São Paulo Futebol Clube em 2008 em Sorocaba, movimentando mais de 1.500 atletas de 23 escolas de quatro estados.



MARCO ANTONIO OLIVATTO

Prof.º de Educação Física
Universidade - UNIMESP • Secretário Executivo
Divisão Programa Geral de ACM São Paulo
MBA MARKETING/ESPM • Especialista em
Desenvolvimento Planejamento Estratégico

Palestra Gratuita

25.03 - Sexta

18h30 às 19h15

Y FITNESS e Y WELLNESS
Um novo conceito no mercado

Palestras



Jornada
Internacional de
Educação Física

25.03 - Sexta
08h00 às 11h15

26.03 - Sábado
08h00 às 11h00

Biomecânica Aplicada aos Exercícios: Construindo um Programa Eficiente e Seguro

A importância da Biomecânica na prescrição do exercício. A eficiência do exercício:

Atividade eletromiográfica: entendo as implicações do recrutamento muscular durante a execução dos exercícios. **Análise prática dos principais exercícios para o membro inferior, superior e parede abdominal:** mitos, tabus e comprovação científica. **Ajustes da intensidade mecânica do exercício e a individualização dos programas de treinamento:** adequação às características e necessidades de alunos iniciantes e avançados. **A segurança do exercício:** Parâmetros biomecânicos que afetam a sobrecarga: discutindo os mecanismos que condicionam as lesões. **Sobrecarga mecânica nos exercícios:** estratégias de controle e manipulação. Adequação da sobrecarga mecânica: adaptação dos programas às necessidades especiais de portadores de distúrbios osteo-mio-articulares.

Carga Horária do curso: 6 horas

Investimento do Curso:

R\$ 60,00 (Associados da ACM ou FEFISD)

R\$ 75,00 (Demais interessados)

Incluso Certificação de Curso

Prof. Dr. Júlio Cerca Serrão

Graduado em Educação Física pela Escola de Educação Física e Esporte da USP

Mestrado em Biomecânica e Fisiologia pelo Instituto de Biociências da UNESP

Doutorado em Biomecânica pela Escola de Educação Física e Esporte da USP

Livre-Docente em Biomecânica pela Escola de Educação Física e Esporte da USP

Prof. (graduação e pós-graduação) da Escola de Educação Física e Esporte da USP

Coord. do Lab. de Biomecânica da Escola de Educação Física e Esporte da USP

Editor Chefe da Revista Brasileira de Biomecânica

Palestra Gratuita

23.03 - Quarta

18h30 às 19h15

Novas Tendências do Mercado na Educação Física

Consultor da ACM São Paulo - Gil de Paula





Jornada
Internacional de
Educação Física

Programa mação

**Feira de Estandes
Palestras Gratuitas
Cursos Diversos
Y Fitness e Wellness
Natação e Pilates**

*Invista na sua capacitação
profissional!*



JIEF

Dia 22/03/2011 – 3ª feira

18h30 – Abertura

19h00 às 23h00 – YJump

Dias 23/03/2011 – 4ª feira

08h00 às 11h15 – Natação/México

11h30 às 12h15 – Palestra

14h00 às 18h00 – Pilates/Argentina

18h30 às 19h15 – Palestra

19h30 às 23h00 – YFight

Dia 24/03/2011 – 5ª feira

08h00 às 11h15 – Natação/México

11h30 às 12h15 – Palestra

14h00 às 18h00 – Pilates/Argentina

18h30 às 19h15 – Palestra

19h30 às 23h00 – Y Ritmos

Dia 25/03/2011 – 6ª feira

08h00 às 11h15 – Palestra

14h00 às 18h00 – Pilates/Argentina

18h30 às 19h15 – Palestra

19h30 às 23h00 – Y Step

Dia 26/03/2011 – Sábado

08h00 às 11h00 – Palestra

11h00 às 12h00 – Palestra

14h00 às 15h00 – Y Ritmos

15h00 às 16h00 – Y Fight

16h00 às 17h00 – Y Jump

17h00 às 18h00 – Y Step

*Aulas de Sábado Y Fitness

R\$ 10,00 Associados da ACM ou FEFISO

R\$ 15,00 Demais interessados

Tradição
40 anos

R\$ 40.000,00

mensais em Bolsas de Estudo de 50% a 100%



Faculdade de
Educação
Física
da ACM
de Sorocaba

3234.9115
fefiso@ufes.br





Movement

Equipamento para Ginástica
Fone: 0800 772 40 80

PORTICO®

Fitness Equipment

Equipamentos para musculação
Fone: (11) 4487.5500

ICCP - International
Camp Counselor Program



International Language School



ICCP - International Camp Counselor Program
Membros de voluntariado
nos Estados Unidos
Reconhecido pelo governo
Norte-Americano

International Language School
1988-1991 e 2002-2011

ESD reconhecido pelo governo
Canadense em 1988-1991 por 20
anos de alta qualidade acadêmica
Presença em mais de 10 países
Região: América



ACM-YMCA
Sorocaba

☎ 3234.9110 ACM Brasil
acmsorocaba.org.br
internacional@acmsorocaba.org.br